

**Приложение к рабочей программе №1**  
**Календарно-тематическое планирование (с указанием основных видов учебной деятельности обучающихся) для обучающихся**  
**7 класс**

№ п/п	Тема урока	Содержание предмета	Планируемые результаты			Дата проведения	
			Личностные	Метапредметные	Предметные	План	Факт
1	<b>История и современное развитие физической культуры.</b> Вводный инструктаж по технике безопасности	Олимпийские игры древности. Возрождение Олимпийских игр и олимпийского движения. Олимпийское движение в России. Современные олимпийские игры. Физическая культура в современном обществе. Организация и про	Научатся характеризовать историю физической культуры. Научится различать символику Олимпийских игр.	<b>Р:</b> Используя знания о пропаганде Олимпийского движения и ЗОЖ. <b>П:</b> Самостоятельно изучает историю развития вида спорта. <b>К:</b> Находит контакт с бывшими спортсменами.	Уметь оценивать значение физической культуры для себя. Роль Олимпийских игр в становлении межнациональных отношений.		

		<p>ведение пеших туристских походов.</p> <p>Требования к технике безопасности и бережное отношение к природе.</p>					
2	<p><b>Беговые упражнения.</b></p> <p>Спринтерский бег.</p> <p>Высокий старт от 10 до 15 м. Бег с ускорением от 30 до 40 м.</p>	<p>Беговые упражнения.</p>	<p>Уметь пробегать с максимальной скоростью до 15 метров</p>	<p><b>Р:</b><i>целеполагание</i> – формулировать и удерживать учебную задачу; <i>планирование</i> – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.</p>	<p>Освоение техники низкого старта.</p>		
3	<p><b>Развитие физических качеств.</b></p> <p><b>Беговые упражнения.</b></p> <p>Бег на короткие дистанции.</p> <p>Бег на результат 30м,60м.</p>	<p>Беговые упражнения.</p> <p>Физическая подготовка и ее связь с укреплением здоровья, развитием физических качеств.</p>	<p>Уметь пробегать с максимальной скоростью</p>	<p><b>П:</b><i>общеучебные</i> – использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми.</p> <p><b>К:</b><i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью.<b>Р:</b><i>контроль и самоконтроль</i> – сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона. Оценка качества уровня усвоения.</p>	<p>Усвоить специальные беговые упражнения.</p>		

4	<p><b>Развитие физических качеств.</b></p> <p><b>Беговые упражнения.</b></p> <p>Бег на короткие дистанции.</p> <p>Бег на результат 30м,60м.</p>	<p>Беговые упражнения.</p> <p>Физическая подготовка и ее связь с укреплением здоровья, развитием физических качеств.</p>	<p>Уметь пробегать с максимальной скоростью</p>	<p><b>П:общеучебные</b> – использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми.</p> <p><b>К:инициативное сотрудничество</b> – ставить вопросы, обращаться за помощью.<b>Р:контроль и самоконтроль</b> – сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона. Оценка качества уровень усвоения.</p>	<p>Усвоить специальные беговые упражнения.</p>		
5	<p><b>Метание малого мяча:</b></p> <p>в горизонтальную и вертикальную цель с расстояния 10 м.</p>	<p>Метание малого мяча.</p>	<p>Уметь метать мяч в горизонтальную цель</p>	<p><b>П:общеучебные</b> – использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми.</p> <p><b>К:инициативное сотрудничество</b> – ставить вопросы, обращаться за помощью.<b>Р:контроль и самоконтроль</b> – сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона. Оценка качества уровень усвоения.</p>	<p>Овладеть техникой метания.</p>		
6	<p><b>Метание малого мяча:</b></p> <p>в горизонтальную и вертикальную цель с расстояния</p>	<p>Метание малого мяча.</p>	<p>Уметь метать мяч в горизонтальную цель</p>	<p><b>П:общеучебные</b> – использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и</p>	<p>Овладеть техникой метания.</p>		

	10 м.			<p>спортивными играми.</p> <p><b>К:</b><i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью.<b>Р:</b><i>контроль и самоконтроль</i> – сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона. Оценка качества уровень усвоения.</p>			
7	<b>Режим дня, его основное содержание и правила планирования.</b> Метание малого мяча на дальность с места и разбега.	Режим дня, его основное содержание и правила планирования	Уметь метать мяч на дальность	<p><b>П:</b><i>общеучебные</i> – выбирать наиболее эффективные способы решения задач.</p> <p><b>К:</b><i>планирование учебного сотрудничества</i> – задавать вопросы, обращаться за помощью; определять общую цель и пути ее достижения.</p> <p><b>Р:</b><i>контроль и самоконтроль</i> – сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью</p>	Овладеть техникой метания.		
8	<b>Развитие выносливости.</b> Бег в равномерном темпе от 10 до 12 мин.	Развитие выносливости силы,быстроты, координации движений.	Уметь бегать в равномерном темпе до 15 минут	<p><b>Р:</b><i>прогнозирование</i> – предвидеть возможности получения конкретного результата при решении задач.</p> <p><b>П:</b><i>знаково-символические</i> – создавать и преобразовывать модели и схемы для решения задач; <i>логические</i> – устанавливать причинно-следственные связи.</p> <p><b>К:</b><i>планирование учебного сотрудничества</i> – задавать вопросы, обращаться за помощью; формулировать собственное мнение.</p>	Освоить распределение своих физических возможностей на дистанции.		

9	<p><b>Развитие выносливости.</b> Бег в равномерном темпе от 10 до 12 мин.</p>	<p>Развитие выносливости силы,быстроты, координации движений.</p>	<p>Уметь бегать в равномерном темпе до 15 минут</p>	<p><b>Р:</b><i>прогнозирование</i> – предвидеть возможности получения конкретного результата при решении задач.</p> <p><b>П:</b><i>знаково-символические</i> – создавать и преобразовывать модели и схемы для решения задач; <i>логические</i> – устанавливать причинно-следственные связи.</p> <p><b>К:</b><i>планирование учебного сотрудничества</i> – задавать вопросы, обращаться за помощью; формулировать собственное мнение.</p>	<p>Освоить распределение своих физических возможностей на дистанции.</p>		
10	<p><b>Развитие выносливости.</b> Бег 1000 м.</p>	<p>Развитие выносливости силы, быстроты, координации движений.</p>	<p>Уметь пробегать 1000 м. на</p>	<p><b>П:</b><i>общеучебные</i> – выбирать наиболее эффективные способы решения задач.</p> <p><b>К:</b><i>планирование учебного сотрудничества</i> – задавать вопросы, обращаться за помощью; определять общую цель и пути ее достижения.</p> <p><b>Р:</b><i>контроль и самоконтроль</i> – сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона. Оценка качества уровень усвоения.</p>	<p>Освоить распределение своих физических возможностей на дистанции.</p>		
11	<p><b>Прыжковые упражнения.</b> Прыжки в длину с 7-9 шагов разбега.</p>	<p>Прыжковые упражнения.</p>	<p>Уметь прыгать в длину с 7-9 шагов разбега.</p>	<p><b>Р:</b><i>контроль и самоконтроль</i> – сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона. Оценка качества уровень усвоения.</p> <p><b>П:</b><i>общеучебные</i> – выбирать наиболее эффективные способы решения задач.</p> <p><b>К:</b><i>планирование учебного сотрудничества</i> – задавать вопросы, обращаться за помощью; определять</p>	<p>Понять фазы прыжка: разбег, толчок, прыжок, приземление.</p>		

				общую цель и пути ее достижения.			
12	<b>Прыжковые упражнения.</b> Прыжки в длину с 7-9 шагов разбега.	Прыжковые упражнения.	Уметь прыгать в длину с 7-9 шагов разбега.	<b>Р:</b> <i>контроль и самоконтроль</i> – сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона. Оценка качества уровень усвоения. <b>П:</b> <i>общеучебные</i> – выбирать наиболее эффективные способы решения задач. <b>К:</b> <i>планирование учебного сотрудничества</i> – задавать вопросы, обращаться за помощью; определять общую цель и пути ее достижения	Овладеть техникой прыжка.		
13	<b>Баскетбол:</b> <b>Характеристика вида спорта. Закаливание организма.</b> <b>Инструкция по технике безопасности.</b> Основные правила игры в баскетбол.	Закаливание организма. Правила безопасности и гигиенические требования. Основные правила игры в баскетбол.	Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия	<b>Р:</b> <i>планирование</i> – определять общую цель и пути ее достижения; <i>прогнозирование</i> – предвосхищать результат. <b>П:</b> <i>общеучебные</i> – выбирать наиболее эффективные способы решения задач; контролировать и оценивать процесс в результате своей деятельности. <b>К:</b> <i>инициативное сотрудничество</i> – формулировать свои затруднения	Освоить правила игры.		
14	<b>Баскетбол:</b> Основные стойки в сочетании с передвижениями. Ходьба, бег приставными шагами с поворотами на 180° и 360°. Овладение техникой передвижений,	Знать и демонстрировать основные стойки баскетболиста в сочетании с передвижениями	Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия	<b>Р:</b> <i>планирование</i> – определять общую цель и пути ее достижения; <i>прогнозирование</i> – предвосхищать результат. <b>П:</b> <i>общеучебные</i> – выбирать наиболее эффективные способы решения задач; контролировать и оценивать процесс в результате своей деятельности. <b>К:</b> <i>инициативное сотрудничество</i> – формулировать свои затруднения	Освоить перемещения игрока.		

	остановок, поворотов и стоек.						
15	<b>Баскетбол:</b> Освоение ловли и передача мяча. Прыжки толчком одной ноги с короткого разбега (доставание края щита двумя руками).	Развитие выносливости силы, быстроты, координации движения. Знать и называть способы передвижения и основы технических приёмов.	Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия	<b>Р:</b> <i>контроль и самоконтроль</i> – различать способ и результат действия; <i>прогнозирование</i> – предвосхищать результаты. <b>П:</b> <i>общеучебные</i> – ориентироваться в разнообразии способов решения задач; самостоятельно создавать ход деятельности при решении проблем. <b>К:</b> <i>взаимодействие</i> – формулировать собственное мнение, слушать собеседника; <i>управление коммуникацией</i> – разрешать конфликты на основе учета интересов и позиции всех участников	Освоить ловлю и передачу мяча		
16	<b>Баскетбол:</b> Освоение техники ведение мяча. Прыжки толчком двумя ногами с места. Остановка в медленном беге.	Развитие выносливости силы, быстроты, координации движений.	Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия	<b>Р:</b> <i>целеполагание</i> – преобразовывать практическую задачу в образовательную. <b>П:</b> <i>общеучебные</i> – осознанно строить сообщения в устной форме. <b>К:</b> <i>взаимодействие</i> – задавать вопросы, формулировать свою позицию	Освоить технику ведения мяча.		

17	<b>Баскетбол: Овладение техникой бросков мяча.</b> Броски одной и двумя руками с места и в движении. Остановка в среднем беге. Остановка в беге по прямой, с изменением направления.	Развитие выносливости силы, быстроты, координации движений.	Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия	<b>Р:</b> <i>контроль и самоконтроль</i> – сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона. <b>П:</b> <i>общеучебные</i> – ориентироваться в разнообразии способов решения задач. <b>К:</b> <i>инициативное сотрудничество</i> – формулировать свои затруднения	Освоить технику бросков		
18	<b>Баскетбол: Овладение техникой бросков мяча.</b> Броски одной и двумя руками с места и в движении. Остановка в среднем беге. Остановка в беге по прямой, с изменением направления.	Развитие выносливости силы, быстроты, координации движений.	Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия	<b>Р:</b> <i>контроль и самоконтроль</i> – сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона. <b>П:</b> <i>общеучебные</i> – ориентироваться в разнообразии способов решения задач. <b>К:</b> <i>инициативное сотрудничество</i> – формулировать свои затруднения	Освоить технику бросков		
19	<b>Баскетбол: Освоение индивидуальной техники защиты.</b> Вырывание и выбивание мяча. Баскетбол. Игра по правилам. Тактика свободного нападения. Позиционное	Развитие выносливости силы, быстроты, координации движений. Демонстрировать и применять в игре технические приёмы и	Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия	<b>Р:</b> <i>целеполагание</i> – формулировать и удерживать учебную задачу. <b>П:</b> <i>общеучебные</i> – использовать общие приемы решения задач. <b>К:</b> <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы и обращаться за помощью.	Овладеть техническими действиями.		

	нападение без изменения позиций игроков.	тактические действия.					
20	<b>Баскетбол:</b> Закрепление техники владения мяча. Комбинация из освоенных элементов. Ловля одной и двумя руками высоко летящего мяча; с низкого отскока; быстро летящего мяча. Ловля мяча при поступательном движении. Сочетание приемов.	Развитие выносливости силы, быстроты, координации движений.	Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия	<b>Р:</b> <i>контроль и самоконтроль</i> – различать способ и результат действия; использовать установленные правила в контроле способа решения. <b>П:</b> <i>общеучебные</i> – использовать общие приемы решения задач. <b>К:</b> <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы и обращаться за помощью	Овладеть техническими действиями.		
21	<b>Баскетбол:</b> Закрепление техники владения мяча. Комбинация из освоенных элементов. Ловля одной и двумя руками высоко летящего мяча; с низкого отскока; быстро летящего мяча. Ловля мяча при поступательном движении. Сочетание	Развитие выносливости силы, быстроты, координации движений.	Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия	<b>Р:</b> <i>контроль и самоконтроль</i> – различать способ и результат действия; использовать установленные правила в контроле способа решения. <b>П:</b> <i>общеучебные</i> – использовать общие приемы решения задач. <b>К:</b> <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы и обращаться за помощью	Овладеть техническими действиями.		

	приемов.						
22	<b>Баскетбол:</b> Закрепление техники владения мяча. Комбинация из освоенных элементов. Ловля одной и двумя руками высоко летящего мяча; с низкого отскока; быстро летящего мяча. Ловля мяча при поступательном движении. Броски мяча в кольцо. Сочетание приемов.	Развитие выносливости силы, быстроты, координации движений.	Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия	<b>Р:</b> <i>контроль и самоконтроль</i> – различать способ и результат действия; использовать установленные правила в контроле способа решения. <b>П:</b> <i>общеучебные</i> – использовать общие приемы решения задач. <b>К:</b> <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы и обращаться за помощью	Овладеть техническими действиями.		
23	<b>Баскетбол:</b> Закрепление техники владения мяча. Комбинация из освоенных элементов. Броски мяча в кольцо.	Баскетбол: Закрепление техники владения мяча. Комбинация из освоенных элементов. Ловля мяча при поступательном движении. Сочетание приемов	Баскетбол: Закрепление техники владения мяча. Комбинация из освоенных элементов. Ловля мяча при поступательном движении. Сочетание приемов	Баскетбол: Закрепление техники владения мяча. Комбинация из освоенных элементов. Ловля мяча при поступательном движении. Сочетание приемов	Баскетбол: Закрепление техники владения мяча. Комбинация из освоенных элементов. Ловля мяча при поступательном движении. Сочетание приемов		
24	Баскетбол: Освоение индивидуальной техники защиты. Вырывание и	Баскетбол: Закрепление техники владения мяча. Комбинация из освоенных элементов. Ловля	Баскетбол: Закрепление техники владения мяча. Комбинация из освоенных элементов. Ловля	Баскетбол: Закрепление техники владения мяча. Комбинация из освоенных элементов. Ловля мяча при поступательном движении. Сочетание приемов	Баскетбол: Закрепление техники владения мяча. Комбинация из освоенных элементов. Ловля мяча при поступательном движении. Сочетание приемов		

	выбивание мяча.	мяча при поступательном движении. Сочетание приемов	мяча при поступательном движении. Сочетание приемов				
25	Баскетбол:  Освоение индивидуальной техники защиты. Вырывание и выбивание мяча.	Баскетбол: Закрепление техники владения мяча. Комбинация из освоенных элементов. Ловля одной и двумя руками высоко летящего мяча; с низкого отскока; быстро летящего мяча.	Баскетбол: Закрепление техники владения мяча. Комбинация из освоенных элементов. Ловля одной и двумя руками высоко летящего мяча; с низкого отскока; быстро летящего мяча.	Баскетбол: Закрепление техники владения мяча. Комбинация из освоенных элементов. Ловля одной и двумя руками высоко летящего мяча; с низкого отскока; быстро летящего мяча.	Баскетбол: Закрепление техники владения мяча. Комбинация из освоенных элементов. Ловля одной и двумя руками высоко летящего мяча; с низкого отскока; быстро летящего мяча.		
26	Баскетбол: Закрепление техники владения мяча. Комбинация из освоенных элементов. Ловля одной и двумя руками высоко летящего мяча; с низкого отскока; быстро летящего мяча.	Игра по правилам.	Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять правильно технические действия	<b>П:общеучебные</b> – выбирать наиболее эффективные способы решения задач; узнавать, называть и определять объекты в соответствии с содержанием учебных предметов. <b>К:взаимодействие</b> – формулировать собственное мнение; слушать собеседника, задавать вопросы, обращаться за помощью. <b>Р:контроль</b> – соотносить способ действия и его результат с заданным эталоном.	Овладеть техническими действиями.		
27	Современное представление о физической культуре (основные понятия)	Физическое развитие человека. Физическая подготовка и ее	Самоопределение: установка на здоровый образ жизни и её	<b>Р:контроль</b> – соотносить способ действия и его результат с заданным эталоном. <b>П:общеучебные</b> – контролировать и оценивать процесс и результат деятельности; <i>знаково-</i>	Научатся характеризовать виды спорта.		

		<p>связь с укреплением здоровья, развитием физических качеств.</p> <p>Организация и планирование самостоятельных занятий по развитию физических качеств.</p> <p>Техническая подготовка.</p> <p>Техника движений и ее основные показатели.</p> <p>Спорт и спортивная подготовка.</p> <p>Всероссийские физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне»</p>	реализация .	<p><i>символические средства</i>:ис-пользовать модели и схемы для решения поставленных задач.</p> <p><b>К:</b><i>управление коммуникацией</i> – определять общую цель и пути ее достижения</p>			
28	<p><b>Гимнастика:</b></p> <p><b>Освоение строевых упражнений.</b> Техника безопасности.</p>	Организующие команды и приемы.	<p>Значение гимнастических упражнений для сохранения правильной осанки.</p>	<p><b>Р:</b><i>контроль и самоконтроль</i> – различать способ и результат действия; использовать установленные правила в контроле способа решения.</p> <p><b>П.</b> Умения структурировать знания.</p> <p><b>К.</b>Планирование сотрудничество с учителем и</p>	Научатся выполнять строевые упражнения.		

				сверстниками.			
29	<b>Акробатика:</b> Кувырок вперед, Стойка на лопатках.	Акробатические упражнения и комбинации	Самостоятельность и личная ответственность за свои действия, установка на здоровый образ	<b>Р:</b> <i>планирование</i> – применять установленные правила в планировании способа решения. <b>П:</b> <i>общеучебные</i> – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. Умение структурировать знания. <b>К:</b> <i>взаимодействие</i> – ставить вопросы и задавать вопросы; формулировать собственное мнение и позицию; строить понятные для партнера высказывания	Научатся технически осуществлять двигательные действия		
30	<b>Акробатика:</b> Кувырок вперед. Стойка на лопатках. Мост из положение лёжа.	Акробатические упражнения и комбинации	Самостоятельность и личная ответственность за свои действия, установка на здоровый образ	<b>Р:</b> <i>планирование</i> – применять установленные правила в планировании способа решения. <b>П:</b> <i>общеучебные</i> – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. Умение структурировать знания. <b>К:</b> <i>взаимодействие</i> – ставить вопросы и задавать вопросы; формулировать собственное мнение и позицию; строить понятные для партнера высказывания.	Научатся технически осуществлять двигательные действия		
31	<b>Акробатика:</b> Акробатика Кувырок назад. Мост из положение лёжа. Равновесие.	Развитие гибкости, координации движений, силы, выносливости	Самостоятельность и личная ответственность за свои действия, установка на здоровый образ	<b>Р:</b> планирование – применять установленные правила в планировании способа решения. <b>П:</b> выделение и формирование учебной цели. <b>К:</b> планирование сотрудничества с учителем и сверстниками.	Научатся технически осуществлять двигательные действия		

32	<b>Акробатика.</b> Комбинация акробатических упражнений.	Акробатические упражнения и комбинации	Освоить распределение своих физических возможностей	<b>Р:</b> планирование промежуточных целей с учётом результата. <b>П:</b> уметь структурировать знания. Поиск и выделения необходимой информации. <b>К:</b> планирование сотрудничества с учителем и сверстниками.	Научатся составлять акробатические комбинации из числа разученных упражнений.		
33	<b>Акробатика.</b> Длинный кувырок. Два кувырка вперед слитно.	Развитие гибкости, координации движений, силы, выносливости	Освоить распределение своих физических возможностей	<b>Р:</b> планирование промежуточных целей с учётом результата. <b>П:</b> уметь структурировать знания. Поиск и выделения необходимой информации. <b>К:</b> планирование сотрудничества с учителем и сверстниками.	Научатся составлять акробатические комбинации из числа разученных упражнений.		
34	<b>Акробатика.</b> Длинный кувырок. Два кувырка вперед слитно. Стойка на голове с согнутыми ногами; кувырок вперед согнувшись – назад в стойку ноги врозь	Развитие гибкости, координации движений, силы, выносливости	Освоить распределение своих физических возможностей	<b>Р:</b> планирование промежуточных целей с учётом результата. <b>П:</b> уметь структурировать знания. Поиск и выделения необходимой информации. <b>К:</b> планирование сотрудничества с учителем и сверстниками.	Научатся составлять акробатические комбинации из числа разученных упражнений.		

35	<b>Акробатика.</b> Длинный кувырок. Два кувырка вперед слитно. Мост из положения стоя с помощью. Сед наклон вперед. Сед углом. ОРУ с предметами.. Развитие координационных способностей	Акробатические упражнения и комбинации	Освоить распределение своих физических возможностей	<b>Р:</b> планирование промежуточных целей с учётом результата. <b>П:</b> уметь структурировать знания. Поиск и выделения необходимой информации. <b>К:</b> планирование сотрудничества с учителем и сверстниками.	Научатся составлять акробатические комбинации из числа разученных упражнений.		
36	<b>Акробатика.</b> Длинный кувырок. Два кувырка вперед слитно. Мост из положения стоя с помощью. Сед наклон вперед. Сед углом. ОРУ с предметами.. Развитие координационных способностей	Акробатические упражнения и комбинации	Освоить распределение своих физических возможностей	<b>Р:</b> планирование промежуточных целей с учётом результата. <b>П:</b> уметь структурировать знания. Поиск и выделения необходимой информации. <b>К:</b> планирование сотрудничества с учителем и сверстниками.	Научатся составлять акробатические комбинации из числа разученных упражнений.		
37	<b>Упражнения и комбинации.</b> Бревно, перекладина.	Упражнения и комбинации на гимнастическом бревне (девочки). Упражнения и	Мотивация учебной деятельности	<b>Р:</b> применять установленные правила в планировании способа решения. <b>П:</b> выделение и формирование учебной цели. <b>К:</b> планирование сотрудничества с учителем и сверстниками.	Научиться правильно выполнять упражнения для развития гибкости и координации.		

		комбинации на гимнастической перекладине (мальчики)					
38	<b>Упражнения и комбинации.</b> Бревно, перекладина.	Упражнения и комбинации на гимнастическом бревне (девочки). Упражнения и комбинации на гимнастической перекладине (мальчики)	Мотивация учебной деятельности	<b>Р:</b> применять установленные правила в планировании способа решения. <b>П:</b> выделение и формирование учебной цели. <b>К:</b> планирование сотрудничества с учителем и сверстниками.	Научиться правильно выполнять упражнения для развития гибкости и координации.		
39	<b>Упражнения и комбинации.</b> Бревно, перекладина.	Упражнения на перекладине Висы и упоры. сгибание и разгибание рук (отжимание), Упражнение на гимнастических брусках. Мальчики подъем переворот в упор толчком двумя; передвижение в висе; махом назад	Мотивация учебной деятельности	<b>Р:</b> применять установленные правила в планировании способа решения. <b>П:</b> самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. <b>К:</b> ставить и задавать вопросы; формулировать собственное мнение и позицию; строить понятные для партнера высказывания	Научиться правильно выполнять упражнения для развития гибкости и координации.		

		соскок. девочки: махом одной и толчком другой подъем переворотом в упор на нижнюю жердь. координационных способностей					
40	Тестирование Теория. Осанка Тестирование (наклоны вперед, поднимание туловище)	Тестирование Теория. Осанка Тестирование (наклоны вперед, поднимание туловище)	Мотивация учебной деятельности	<b>Р:</b> применять установленные правила в планировании способа решения. <b>П:</b> самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. <b>К:</b> ставить и задавать вопросы; формулировать собственное мнение и позицию; строить понятные для партнера высказывания	Научиться правильно выполнять упражнения для развития гибкости и координации.		
41	Упражнения на развитие силы	Упражнения на перекладине Висы и упоры. сгибание и разгибание рук (отжимание), бросок набивного мяча из-за головы, прыжок с место). Упражнения на развитие силы	Самостоятельность и личная ответственность за свои действия, установка на здоровый образ жизни.	<b>Р:</b> применять установленные правила в планировании способа решения. <b>П:</b> самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. <b>К:</b> ставить вопросы и задавать вопросы; формулировать собственное мнение и позицию; строить понятные для партнера высказывания			
42	<b>Опорный прыжок.</b>	Опорные прыжки.	Самостоятельность	<b>Р:</b> применять установленные правила в планировании	Научатся выполнять вскок в упор		

	Вскок в упор присев; соскоков прогнувшись		и личная ответственность за свои действия, установка на здоровый образ жизни	способа решения. <b>П:</b> самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. <b>К:</b> ставить вопросы и задавать вопросы; формулировать собственное мнение и позицию; строить понятные для партнера высказывания			
43	<b>Опорный прыжок.</b> Мальчики: прыжок согнув ноги (козел в ширину, высота 110=115 см); девочки: Прыжок ноги врозь (козел в ширину, высота 105-110 см) Теория. Фазы прыжка. ОРУ в движении. Эстафеты. Упражнения на гимнастической скамейке. Развитие скоростно-силовых качеств. Лазание по канату (в висе на согнутых руках, лазанье в три и два приема).	Опорные прыжки. Лазание по канату	Самостоятельность и личная ответственность за свои действия, установка на здоровый образ жизни	<b>Р:</b> применять установленные правила в планировании способа решения. <b>П:</b> самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. <b>К:</b> ставить вопросы и задавать вопросы; формулировать собственное мнение и позицию; строить понятные для партнера высказывания	Научатся выполнять вскок в упор		
44	<b>Опорный прыжок.</b> Прыжки через козла ноги врозь, прыжок согнув ноги. Развитие коорди-	Развитие гибкости, координации движений, силы, выносливости	Самостоятельность и личная ответственность за свои действия,	<b>Р:</b> применять установленные правила в планировании способа решения. <b>П:</b> самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.	Научатся технически осуществлять двигательные действия.		

	нации движений		установка на здоровый образ жизни	<b>К:</b> ставить вопросы и задавать вопросы; формулировать собственное мнение и позицию; строить понятные для партнера высказывания			
45	<b>Краткая характеристика вида спорта.</b> Правила техники безопасности.	Характеристика видов спорта, входящих в программу Олимпийских игр.	Самостоятельность и личная ответственность за свои действия, установка на здоровый образ жизни	<b>Р:</b> применять установленные правила в планировании способа решения. <b>П:</b> самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. <b>К:</b> ставить вопросы и задавать вопросы; формулировать собственное мнение и позицию; строить понятные для партнера высказывания	Научатся характеризовать олимпийский вид спорта.		
46	<b>Самбо:</b> Специально-подготовительные упражнения	Приёмы самостраховки.	Самостоятельность и личная ответственность за свои действия, установка на здоровый образ	<b>Р:</b> <i>планирование</i> – применять установленные правила в планировании способа решения. <b>П:</b> <i>общеучебные</i> – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. Умение структурировать знания. <b>К:</b> <i>взаимодействие</i> – ставить вопросы и задавать вопросы; формулировать собственное мнение и позицию; строить понятные для партнера высказывания	Научатся технически осуществлять двигательные действия		
47	<b>Самбо:</b> Специально-подготовительные упражнения	Упражнения для бросков	Самостоятельность и личная ответственность за свои действия, установка на здоровый образ	<b>Р:</b> <i>планирование</i> – применять установленные правила в планировании способа решения. <b>П:</b> <i>общеучебные</i> – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. Умение структурировать знания. <b>К:</b> <i>взаимодействие</i> – ставить вопросы и задавать вопросы; формулировать собственное мнение и	Научатся технически осуществлять двигательные действия		

				позицию; строить понятные для партнера высказывания			
48	<b>Самбо:</b> Специально-подготовительные упражнения	Приёмы Самбо в положении лёжа.	Самостоятельность и личная ответственность за свои действия, установка на здоровый образ	<p><b>Р:</b><i>планирование</i> – применять установленные правила в планировании способа решения.</p> <p><b>П:</b><i>общеучебные</i>– самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. Умение структурировать знания.</p> <p><b>К:</b><i>взаимодействие</i> – ставить вопросы и задавать вопросы; формулировать собственное мнение и позицию; строить понятные для партнера высказывания</p>	Научатся технически осуществлять двигательные действия		
49	<b>Самбо:</b> Специально-подготовительные упражнения	Игры-задания. Тренировочные схватки по заданию.	Самостоятельность и личная ответственность за свои действия, установка на здоровый образ	<p><b>Р:</b><i>планирование</i> – применять установленные правила в планировании способа решения.</p> <p><b>П:</b><i>общеучебные</i>– самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. Умение структурировать знания.</p> <p><b>К:</b><i>взаимодействие</i> – ставить вопросы и задавать вопросы; формулировать собственное мнение и позицию; строить понятные для партнера высказывания</p>	Научатся технически осуществлять двигательные действия		
50	<b>Самбо:</b> Специально-подготовительные упражнения Самбо	Игры-задания. Тренировочные схватки по заданию.	Самостоятельность и личная ответственность за свои действия, установка на здоровый образ	<p><b>Р:</b><i>планирование</i> – применять установленные правила в планировании способа решения.</p> <p><b>П:</b><i>общеучебные</i>– самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. Умение структурировать знания.</p> <p><b>К:</b><i>взаимодействие</i> – ставить вопросы и задавать</p>	Научатся технически осуществлять двигательные действия		

				вопросы; формулировать собственное мнение и позицию; строить понятные для партнера высказывания			
51	Правила предупреждения травматизма во время занятий лыжной подготовкой: подбор одежды, обуви и лыжного инвентаря.	Подготовка к занятиям физической культурой	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.	<p><b>П:</b>самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели.</p> <p><b>Р:</b>вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок.</p> <p><b>К:</b>формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.</p>	<p>Научатся:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-подбирать лыжный инвентарь;</li> <li>-соблюдать правила техники безопасности.</li> </ul>		
52	Ступающий и скользящий шаг на лыжах без лыжных палок.	Передвижения на лыжах	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и	<p><b>П:</b>самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели.</p> <p><b>Р:</b>вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок.</p> <p><b>К:</b>договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.</p>	<p>Научатся:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-применять организационно методические требования, применяемые на уроках лыжной подготовки;</li> <li>-выполнять технику передвижения на лыжах ступающим и скользящим шагом</li> </ul>		

			взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.		без лыжных палок.		
53	Ступающий и скользящий шаг на лыжах с лыжными палками.	Передвижения на лыжах	развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.	<p><b>П:</b> используют общие приемы решения поставленных задач.</p> <p><b>Р:</b> формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия.</p> <p><b>К:</b> формулируют собственное мнение; используют речь для регуляции своего действия.</p>	<p>Научатся:</p> <p>- выполнять технику передвижения на лыжах ступающим и скользящим шагом с лыжными палками.</p>		
54	Попеременный и одновременный двухшажный ход на	Передвижения на лыжах	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание	<p><b>П:</b> самостоятельно формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия.</p> <p><b>Р:</b> формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят</p>	<p>Научатся:</p> <p>- выполнять технику попеременного и</p>		

	лыжах		личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.	изменения в план действия. <b>К:</b> формулируют собственное мнение; используют речь для регуляции своего действия.	одновременного двухшажного хода на лыжах, а так же поворотов на лыжах прыжком.		
--	-------	--	--	---	--	--	--

55	Попеременный одношажный ход на лыжах.	Передвижения на лыжах	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.	<p><b>П:</b>ориентируются в разнообразии способов решения задач.</p> <p><b>Р:</b>вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок.</p> <p><b>К:</b>формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.</p>	<p>Научатся:</p> <p>-выполнять технику передвижения на лыжах попеременным и одновременным двухшажным ходом, попеременным одношажным ходом, правила обгона на лыжне.</p>		
56	Попеременный одношажный ход на лыжах.	Передвижения на лыжах	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных	<p><b>П:</b>самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели, используют общие приемы решения поставленных задач.</p> <p><b>Р:</b>вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок.</p> <p><b>К:</b>формулируют собственное мнение и позицию, договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.</p>	<p>Научатся:</p> <p>- выполнять различные варианты передвижения на лыжах, правила обгона на лыжне.</p>		

			ситуациях, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.				
57	Одновременный одношажный ход на лыжах.	Передвижения на лыжах	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.	<p><b>П:</b>самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели, используют общие приемы решения поставленных задач.</p> <p><b>Р:</b>вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок.</p> <p><b>К:</b>формулируют собственное мнение и позицию, договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.</p>	<p>Научатся:</p> <p>- выполнять различные варианты передвижения на лыжах, правила обгона на лыжне.</p>		
58	Подъем на склон «елочкой», «полуелочкой» и спуск в основной стойке на	Подъемы, спуски, повороты, торможения	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие	<p><b>П:</b> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели.</p> <p><b>Р:</b>вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок.</p>	<p>Научатся:</p> <p>-подниматься на склон «елочкой» и «полуелочкой»;</p> <p>-спускаться со склона в основной стойке.</p>		

	лыжах.		<p>навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.</p>	<p><b>К:</b> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.</p>		
59	<p><b>Развитие выносливости.</b>          Прохождение дистанции 3 км на лыжах различными ходами.          Подъем на склон «лесенкой», торможение «плугом» на лыжах.</p>	<p>Подъемы, спуски, повороты, торможения          Развитие выносливости, силы, координации движений, быстроты</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.</p>	<p><b>П:</b> самостоятельно формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия.  <b>Р:</b> формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия.  <b>К:</b> формулируют собственное мнение; используют речь для регуляции своего действия.</p>	<p>Научаться:          -выполнять технику лыжных ходов,          -технику подъема на склон «лесенкой», «полуелочкой», «елочкой»,          -техника спуска в основной стойке и торможение «плугом».</p>	

60	<p><b>Развитие координации движений.</b> Прохождение дистанции 3 км на лыжах различными ходами. Передвижение и спуск на лыжах «змейкой».</p>	<p>Подъемы, спуски, повороты, торможения</p> <p>Развитие выносливости, силы, координации движений, быстроты</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.</p>	<p><b>П:</b>ориентируются в разнообразии способов решения задач.</p> <p><b>Р:</b>вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок.</p> <p><b>К:</b>формулируют собственное мнение и позицию, договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.</p>	<p>Научаться:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-выполнять технику лыжных ходов;</li> <li>-подъема на склон и спуска со склона;</li> <li>-торможение «плугом», спуска со склона «змейкой».</li> </ul>		
61	<p><b>Развитие Выносливости. Совершенствование лыжных ходов.</b></p> <p>Прохождение дистанции 3 км на лыжах различными ходами. Передвижение и спуск на лыжах «змейкой».</p>	<p>Подъемы, спуски, повороты, торможения.</p> <p>Развитие выносливости, силы, координации движений, быстроты</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях,</p>	<p><b>П:</b>ориентируются в разнообразии способов решения задач.</p> <p><b>Р:</b>вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок.</p> <p><b>К:</b>формулируют собственное мнение и позицию, договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.</p>	<p>Научаться:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-выполнять технику лыжных ходов;</li> <li>-подъема на склон и спуска со склона;</li> <li>-торможение «плугом», спуска со склона «змейкой».</li> </ul>		

			формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.				
62	<p><b>Развитие Выносливости. Совершенствование лыжных ходов.</b></p> <p>Прохождение дистанции 3 км на лыжах различными ходами. Передвижение и спуск на лыжах «змейкой».</p>	<p>Подъемы, спуски, повороты, торможения.</p> <p>Развитие выносливости, силы, координации движений, быстроты</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.</p>	<p><b>П:</b>ориентируются в разнообразии способов решения задач.</p> <p><b>Р:</b>вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок.</p> <p><b>К:</b>формулируют собственное мнение и позицию, договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.</p>	<p>Научаться:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-выполнять технику лыжных ходов;</li> <li>-подъема на склон и спуска со склона;</li> <li>-торможение «плугом», спуска со склона «змейкой».</li> </ul>		
63	<p><b>Развитие Выносливости. Совершенствование лыжных ходов.</b></p> <p>Прохождение дистанции</p>	<p>Подъемы, спуски, повороты, торможения.</p> <p>Развитие выносливости,</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков</p>	<p><b>П:</b>ориентируются в разнообразии способов решения задач.</p> <p><b>Р:</b>вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок.</p> <p><b>К:</b>формулируют собственное мнение и позицию,</p>	<p>Научаться:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-выполнять технику лыжных ходов;</li> <li>-подъема на склон и спуска со склона;</li> <li>-торможение «плугом», спуска со</li> </ul>		

	на лыжах различными ходами. Передвижение и спуск на лыжах «змейкой».	силы, координации движений, быстроты	сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.	договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	склона «змейкой».		
64	<p><b>Развитие Выносливости. Совершенствование лыжных ходов.</b></p> <p>Прохождение дистанции на лыжах различными ходами. Передвижение и спуск на лыжах «змейкой».</p>	<p>Подъемы, спуски, повороты, торможения.</p> <p>Развитие выносливости, силы, координации движений, быстроты</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.</p>	<p><b>П:</b>ориентируются в разнообразии способов решения задач.</p> <p><b>Р:</b>вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок.</p> <p><b>К:</b>формулируют собственное мнение и позицию, договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.</p>	<p>Научаться:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-выполнять технику лыжных ходов;</li> <li>-подъема на склон и спуска со склона;</li> <li>-торможение «плугом», спуска со склона «змейкой».</li> </ul>		

65	<p><b>Развитие Выносливости. Совершенствование лыжных ходов.</b></p> <p>Прохождение дистанции на лыжах различными ходами. Передвижение и спуск на лыжах «змейкой».</p>	<p>Подъемы, спуски, повороты, торможения.</p> <p>Развитие выносливости, силы, координации движений, быстроты</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.</p>	<p><b>П:</b>ориентируются в разнообразии способов решения задач.</p> <p><b>Р:</b>вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок.</p> <p><b>К:</b>формулируют собственное мнение и позицию, договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.</p>	<p>Научаться:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-выполнять технику лыжных ходов;</li> <li>-подъема на склон и спуска со склона;</li> <li>-торможение «плугом», спуска со склона «змейкой».</li> </ul>		
66	<p><b>Волейбол: Инструктаж по Т.Б. Правило игры.</b></p> <p>Овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек.</p>	<p>Спортивные игры. Волейбол</p>	<p>Самостоятельность и личная ответственность за свои действия, установка на здоровый образ жизни</p>	<p><b>Р:</b> применять установленные правила в планировании способа решения.</p> <p><b>П:</b>самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.</p> <p><b>К:</b>ставить вопросы и задавать вопросы; формулировать собственное мнение и позицию; строить понятные для партнера высказывания</p>	<p>Научатся технически осуществлять двигательные действия.</p>		
67	<p><b>Волейбол:</b></p> <p>Овладение техники приема и передачи мяча.</p>	<p>Спортивные игры. Волейбол</p>	<p>Самостоятельность и личная ответственность за свои действия,</p>	<p><b>Р:</b> применять установленные правила в планировании способа решения.</p> <p><b>П:</b>самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.</p>	<p>Научатся технически осуществлять двигательные действия.</p>		

			установка на здоровый образ жизни	<b>К:</b> управление поведением партнёра; контроль, коррекция.			
68	<b>Волейбол:</b> Овладение техники приема и передачи мяча	Спортивные игры. Волейбол	Самостоятельность и личная ответственность за свои действия, установка на здоровый образ жизни	<b>Р:</b> применять установленные правила в планировании способа решения. <b>П:</b> самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. <b>К:</b> управление поведением партнёра; контроль, коррекция.	Научатся технически осуществлять двигательные действия.		
69	<b>Волейбол:</b> Овладение техники подачи мяча.	Спортивные игры. Волейбол	Освоить распределение своих физических возможностей	<b>Р:</b> применять установленные правила в планировании способа решения. <b>П:</b> самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. <b>К:</b> управление поведением партнёра; контроль, коррекция.	Знать правило игры. Уметь технически осуществлять двигательные действия		
70	<b>Волейбол:</b> Овладение техники подачи мяча. Совершенствование нижнего и верхнего приема.	Спортивные игры. Волейбол	Освоить распределение своих физических возможностей	<b>Р:</b> применять установленные правила в планировании способа решения. <b>П:</b> самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. <b>К:</b> управление поведением партнёра; контроль, коррекция.	Знать правило игры. Уметь технически осуществлять двигательные действия		
71	<b>Волейбол:</b> <b>двусторонняя игра</b>	Спортивные игры. Волейбол	Освоить распределение своих физических возможностей	<b>Р:</b> применять установленные правила в планировании способа решения. <b>П:</b> самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.	Знать правило игры. Уметь технически осуществлять двигательные действия		

				<b>К:</b> управление поведением партнёра; контроль, коррекция.			
72	<b>Волейбол:</b> двусторонняя игра	Спортивные игры. Волейбол	Освоить распределение своих физических возможностей	<b>Р:</b> применять установленные правила в планировании способа решения. <b>П:</b> самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. <b>К:</b> управление поведением партнёра; контроль, коррекция.	Знать правило игры. Уметь технически осуществлять двигательные действия		
73	<b>Волейбол:</b> двусторонняя игра	Спортивные игры. Волейбол	Освоить распределение своих физических возможностей	<b>Р:</b> применять установленные правила в планировании способа решения. <b>П:</b> самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. <b>К:</b> управление поведением партнёра; контроль, коррекция.	Знать правило игры. Уметь технически осуществлять двигательные действия		
74	<b>Волейбол:</b> двусторонняя игра	Спортивные игры. Волейбол	Освоить распределение своих физических возможностей	<b>П:</b> используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физические. Культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. <b>Р:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями и условиями её реализации; оценивают правильность выполнения действия. <b>К:</b> используют речь для регуляции своего действия.	Научатся: -характеризовать Олимпиаду 1980 г.		
75	<b>Волейбол:</b> двусторонняя игра	Спортивные игры. Волейбол	Освоить распределение своих физических возможностей	<b>П:</b> используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физические. Культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми.	Научатся: -характеризовать Олимпиаду 1980 г.		

				<p><b>Р:</b>планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями и условиями её реализации; оценивают правильность выполнения действия.</p> <p><b>К:</b>используют речь для регуляции своего действия.</p>			
76	<b>Волейбол:</b> двусторонняя игра	Спортивные игры. Волейбол	Освоить распределение своих физических возможностей	<p><b>П:</b> используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физические. Культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми.</p> <p><b>Р:</b>планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями и условиями её реализации; оценивают правильность выполнения действия.</p> <p><b>К:</b>используют речь для регуляции своего действия.</p>	Научатся: -характеризовать Олимпиаду 1980 г.		
77	<b>Волейбол:</b> двусторонняя игра	Спортивные игры. Волейбол	Освоить распределение своих физических возможностей	<p><b>П:</b> используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физические. Культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми.</p> <p><b>Р:</b>планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями и условиями её реализации; оценивают правильность выполнения действия.</p> <p><b>К:</b>используют речь для регуляции своего действия.</p>	Научатся: -характеризовать Олимпиаду 1980 г.		
78	<b>Волейбол:</b> двусторонняя игра	Спортивные игры. Волейбол	Освоить распределение своих физических возможностей	<p><b>П:</b> используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физические. Культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми.</p> <p><b>Р:</b>планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями и условиями её реализации; оценивают</p>	Научатся: -характеризовать Олимпиаду 1980 г.		

				<p>правильность выполнения действия.</p> <p><b>К:</b>используют речь для регуляции своего действия.</p>			
79	<b>Волейбол:</b> двусторонняя игра	Спортивные игры. Волейбол	Освоить распределение своих физических возможностей	<p><b>П:</b> используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физические. Культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми.</p> <p><b>Р:</b>планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями и условиями её реализации; оценивают правильность выполнения действия.</p> <p><b>К:</b>используют речь для регуляции своего действия.</p>	Научатся: -характеризовать Олимпиаду 1980 г.		
80	<b>Волейбол:</b> двусторонняя игра	Спортивные игры. Волейбол	Освоить распределение своих физических возможностей	<p><b>П:</b> используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физические. Культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми.</p> <p><b>Р:</b>планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями и условиями её реализации; оценивают правильность выполнения действия.</p> <p><b>К:</b>используют речь для регуляции своего действия.</p>	Научатся: -характеризовать Олимпиаду 1980 г.		
81	Здоровье и здоровый образ жизни. Характеристика русской лапты. Инструктаж по технике безопасности.	Здоровье и здоровый образ жизни.	Правило игры.	<p><b>Р:</b> Используя знания о пропаганде ЗОЖ.</p> <p><b>П:</b> Самостоятельно изучает историю развития вида спорта.</p> <p><b>К:</b> Находит контакт с бывшими спортсменами</p>	Освоить распределение своих физических возможностей		
82	Влияние занятий физической культурой на формирование	Влияние занятий физической культурой на	Уметь совершать перебежки.	<p><b>Р:</b> Целеполагание, волевая саморегуляция.</p> <p><b>П:</b>Поиск и выделение необходимой информации.</p> <p><b>К:</b><i>планирование учебного сотрудничества</i> – задавать</p>	Освоить распределение своих физических возможностей		

	положительных качеств личности. Стойка игрока, перемещения, ловля мяча. Передвижения, прыжки, ловля мяча.	формирование положительных качеств личности.		вопросы, обращаться за помощью; формулировать собственное мнение			
83	Измерение резервов организма и состояния здоровья с помощью функциональных <b>проб</b> . Передача мяча с близкого расстояния(3-10м). Подача мяча и удары по мячу.	Измерение резервов организма и состояния здоровья с помощью функциональных <b>проб</b> .	Уметь ловить и передавать мяч.	<b>Р:</b> Целеполагание, волевая саморегуляция. <b>П:</b> Поиск и выделение необходимой информации. <b>К:</b> <i>планирование учебного сотрудничества</i> – задавать вопросы, обращаться за помощью; формулировать собственное мнение	Освоить распределение своих физических возможностей		
84	Первая помощь при травмах. Передача мяча с дальнего расстояния (30-40м)	Доврачебная помощь во время занятий физической культурой и спортом.	Уметь ловить и передавать мяч.	<b>Р:</b> Целеполагание, волевая саморегуляция. <b>П:</b> Поиск и выделение необходимой информации. <b>К:</b> <i>планирование учебного сотрудничества</i> – задавать вопросы, обращаться за помощью; формулировать собственное мнение	Освоить распределение своих физических возможностей		
85	Развитие координации движений. Ловля мяча с лета. Подача мяча, удар сверху, перебежки Игра по упрощённым правилам.	Развитие выносливости силы, быстроты, координации движений.	Уметь ловить и передавать мяч.	<b>Р:</b> Целеполагание, волевая саморегуляция. <b>П:</b> Поиск и выделение необходимой информации. <b>К:</b> <i>планирование учебного сотрудничества</i> – задавать вопросы, обращаться за помощью; формулировать собственное мнение	Освоить распределение своих физических возможностей		

86	<p><b>Легкая атлетика:</b></p> <p>Прыжки в высоту.</p> <p>Овладение техникой прыжка в высоту.</p>	<p>Прыжковые упражнения</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения.</p>	<p><b>Р:целесолагание</b> – формулировать и удерживать учебную задачу; <i>планирование</i> – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.</p> <p><b>П:общеучебные</b> – использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми.</p> <p><b>К:инициативное сотрудничество</b> – ставить вопросы, обращаться за помощью</p>	<p>Научатся:</p> <p>-технически правильно выполнять разбег, отталкивание и полет в прыжках в высоту.</p>		
87	<p>Прыжки в высоту с 3 – 5 шагов разбега.</p>	<p>Развитие выносливости, быстроты, координации 84движений</p>	<p>Ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности, самоанализ и самоконтроль результата.</p>	<p><b>Р:целесолагание</b> – формулировать и удерживать учебную задачу; <i>планирование</i> – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.</p> <p><b>П:общеучебные</b> – использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми.</p> <p><b>К:инициативное сотрудничество</b> – ставить вопросы, обращаться за помощью</p>	<p>Научатся:</p> <p>-технически правильно выполнять разбег, отталкивание и полет в прыжках в высоту.</p>		
88-	<p>Прыжки в высоту с 3 – 5 шагов разбега.</p>	<p>Развитие выносливости, быстроты, координации</p>	<p>Ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности,</p>	<p><b>Р:целесолагание</b> – формулировать и удерживать учебную задачу; <i>планирование</i> – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.</p>	<p>Научатся:</p> <p>-технически правильно выполнять разбег, отталкивание и полет в прыжках в высоту.</p>		

		движений	самоанализ и самоконтроль результата.	<p><b>П:</b><i>общеучебные</i> – использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми.</p> <p><b>К:</b><i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью</p>			
89	Прыжок в длину способом «согнув ноги». Теория. Приземление.	Развитие выносливости, быстроты, координации движений	Ориентируются на понимание причин успеха в учебной деятельности, самоанализ и самоконтроль результата.	<p><b>Р:</b><i>целеполагание</i> – формулировать и удерживать учебную задачу; <i>планирование</i> – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.</p> <p><b>П:</b><i>общеучебные</i> – использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми.</p> <p><b>К:</b><i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью</p>	Научатся: -технически правильно выполнять разбег, отталкивание и полет в прыжках в высоту.		
90	<b>Развитие физических качеств.</b> <b>Беговые упражнения.</b> Бег на короткие дистанции. Бег на результат 30м,60м.	Беговые упражнения. Физическая подготовка и ее связь с укреплением здоровья, развитием физических качеств.	Уметь пробегать с максимальной скоростью	<p><b>П:</b><i>общеучебные</i> – использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми.</p> <p><b>К:</b><i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью.<b>Р:</b><i>контроль и самоконтроль</i> – сличать способ действия и его результат с</p>	Усвоить специальные беговые упражнения.		

				заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона. Оценка качества уровень усвоения.			
91	<b>Развитие физических качеств.</b> <b>Беговые упражнения.</b> Бег на короткие дистанции. Бег на результат 30м,60м.	Беговые упражнения. Физическая подготовка и ее связь с укреплением здоровья, развитием физических качеств.	Уметь пробегать с максимальной скоростью	<b>П:</b> <i>общеучебные</i> – использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. <b>К:</b> <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью. <b>Р:</b> <i>контроль и самоконтроль</i> – сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона. Оценка качества уровень усвоения.	Усвоить специальные беговые упражнения.		
92	Бег на средние дистанции 300 (дев.), 500 (юн.)	Развитие выносливости силы, быстроты, координации движений	Ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата.	<b>П:</b> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. <b>Р:</b> вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. <b>К:</b> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.	Научатся: -правильно распределять силы на дистанции		
93	<b>Развитие выносливости</b> Бег 1000 м.	Развитие выносливости силы,	Ориентируются на самоанализ и	<b>П:</b> определяют, где применяются действия с мячом; самостоятельно ставят, формулируют и решают	Научатся: -правильно распределять силы на		

		быстроты, координации движений	самоконтроль результата.	учебную задачу. <b>Р:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями и условиями её реализации. <b>К:</b> используют речь для регуляции своего действия.	дистанции		
94	<b>Прыжковые упражнения.</b> Прыжки в длину с 7-9 шагов разбега.	Прыжковые упражнения.	Уметь прыгать в длину с 7-9 шагов разбега.	<b>Р:контроль и самоконтроль</b> – сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона. Оценка качества уровень усвоения. <b>П:общеучебные</b> – выбирать наиболее эффективные способы решения задач. <b>К:планирование учебного сотрудничества</b> – задавать вопросы, обращаться за помощью; определять общую цель и пути ее достижения.	Понять фазы прыжка: разбег, толчок, прыжок, приземление.		
95	<b>Прыжковые упражнения.</b> Прыжки в длину с 7-9 шагов разбега.	Прыжковые упражнения.	Уметь прыгать в длину с 7-9 шагов разбега.	<b>Р:контроль и самоконтроль</b> – сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона. Оценка качества уровень усвоения. <b>П:общеучебные</b> – выбирать наиболее эффективные способы решения задач. <b>К:планирование учебного сотрудничества</b> – задавать вопросы, обращаться за помощью; определять общую цель и пути ее достижения.	Понять фазы прыжка: разбег, толчок, прыжок, приземление.		

96	<b>Режим дня, его основное содержание и правила планирования.</b> Метание малого мяча на дальность с места и разбега.	Режим дня, его основное содержание и правила планирования	Уметь метать мяч на дальность	<p><b>П:</b><i>общеучебные</i> – выбирать наиболее эффективные способы решения задач.</p> <p><b>К:</b><i>планирование учебного сотрудничества</i> – задавать вопросы, обращаться за помощью; определять общую цель и пути ее достижения.</p> <p><b>Р:</b><i>контроль и самоконтроль</i> – сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью</p>	Овладеть техникой метания.		
97	Бег на средние дистанции 2000(дев.), 3000 (юн.)	Развитие выносливости силы, быстроты, координации движений	Ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата.	<p><b>П:</b> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели.</p> <p><b>Р:</b>вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок.</p> <p><b>К:</b>договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.</p>	<p>Научатся:</p> <p>-правильно распределять силы на дистанции</p>		
98	<b>Футбол:</b> Освоение ударов по мячу и остановок мяча.	Спортивные игры. Футбол.	Ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата.	<p><b>П:</b>определяют, где применяются действия с мячом; самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу.</p> <p><b>Р:</b>планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями и условиями её реализации.</p> <p><b>К:</b>используют речь для регуляции своего действия.</p>	<p>Научатся</p> <p>-выполнять удары по мячу о остановки мяча;</p> <p>-соблюдать правила взаимодействия с игроками.</p>		
99	<b>Футбол:</b> Овладение техникой ударов по воротам	Спортивные игры. Футбол.	Ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата.	<p><b>П:</b>ставят и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач.</p> <p><b>Р:</b>выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;</p>	<p>Научатся</p> <p>-технически правильно выполнять удары по воротам;</p> <p>-взаимодействовать с партнерами</p>		

				используют установленные правила в контроле способа решения. <b>К:</b> ставят вопросы, обращаются за помощью, договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	в игре.		
100	<b>Футбол</b> Закрепление техники владения мячом и развитие координационных способностей.	Развитие быстроты, силы, выносливости	Ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата.	<b>П:</b> определяют, где применяются действия с мячом; самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу. <b>Р:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. <b>К:</b> используют речь для регуляции своего действия.	Научатся -технически правильно владеть мячом; - взаимодействовать с партнерами в игре.		
101	<b>Футбол:</b> Овладение техникой передвижений остановок, поворотов и стоек.	Спортивные игры. Футбол.	Ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата.	<b>П:</b> определяют, где применяются действия с мячом; самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу. <b>Р:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. <b>К:</b> используют речь для регуляции своего действия.	Научатся -распределять свои силы во время медленного разминочного бега; -правильно выполнять передвижения и остановки, повороты и стойки.		
102 - 105	<b>Футбол:</b> Учебная игра	Спортивные игры. Футбол.	Ориентируются на самоанализ и самоконтроль результата.	<b>П:</b> определяют, где применяются действия с мячом; самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу. <b>Р:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. <b>К:</b> используют речь для регуляции своего действия.	Научатся -распределять свои силы во время медленного разминочного бега; -правильно выполнять передвижения и остановки, повороты и стойки.		

