

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение  
«Завидовская основная общеобразовательная школа  
Яковлевского городского округа»

РАССМОТРЕНО

школьным методическим  
объединением

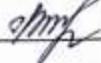
 Совкова В.А.

Протокол № 5

от "14" 06 2024 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по УВР

 Совкова В.А.

"28" 08 2024 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор

 Жукова В.Н.

Приказ № 240

от "19" 08 2024 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

(ID 2003080)

учебного предмета

«Физическая культура»

для 8-9 классов основного общего образования

на 2024-2025 учебный год

Составитель рабочей программы:

Турчин С.А., учитель физической культуры

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по физической культуре для 8-9 разработана на основе требований к результатам освоения основной образовательной программы основного общего образования Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Завидовская основная общеобразовательная школа», Яковлевского района, Белгородской области, с учётом авторской программы основного общего образования по физической культуре Ляха В.И. для 5-9 классов. «Просвящения», 2016 года издания, Адаптированной образовательной программы основного общего образования Федеральной образовательной программой основного общего образования по предмету программы основного общего образования для обучающихся с задержкой психического для обучающихся с тяжелыми нарушениями речи, Адаптированной образовательной программы для обучающихся с нарушениями интеллекта и расстройствами аутистического развития.

### **ЦЕЛЬ ОБРАЗОВАНИЯ В ОСНОВНОЙ ШКОЛЕ**

Совершенствование основ физической деятельности с общефизической и спортивно оздоровительной направленностью.

#### **ЗАДАЧИ:**

Оздоровительные:

Укрепление здоровья;

Содействие нормальному физическому развитию.

Образовательные:

Развитие двигательных (кондиционных и координационных) способностей;

Обучение жизненно важных двигательным умениям и навыкам;

Приобретение необходимых знаний в области физической культуры и спорта;

Формирование знаний и способностей развития физических качеств;

Организации и проведения самостоятельных занятий общефизической и спортивной подготовкой;

Совершенствование техники двигательных действий базовых видов спорта и элементов тактического взаимодействия во время соревнований;

Развитие функциональных возможностей организма основных физических качеств: скоростных, силовых и скоростно-силовых способностей с учетом возрастной динамики полового созревания, состояния здоровья и индивидуальных темпов психофизического развития школьников.

Расширение функциональных возможностей организма.

Воспитательные:

Воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями, сознательно применять их в целях отдыха, тренировки, повышение работоспособности и укрепления здоровья;

Содействие воспитанию нравственных и волевых качеств, развитие психических процессов и свойств личности.

Рабочая программа ориентирована на учебник «Физическая культура для 8-9 классов», В.И. Ляха, «Просвещение», 2012 год издания.

Согласно учебному плану на изучение физической культуры отводится:

в 8 классе по 68 часов в год, 14 контрольных тестов и нормативов;

в 9 классе по 68 часов в год, 14 контрольных тестов и нормативов;

Срок реализации рабочей программы 5 лет. Изменения внесенные в рабочую программу:

в 8 классе 102 часов заменен на 68 часов в год (2 часа в неделю), 3 час вынесен во внеурочную деятельность по приказу управления образования Яковлевского городского округа, Белгородской области.

в 9 классе 102 часов заменен на 68 часов в год (2 часа в неделю), 3 час вынесен во внеурочную деятельность по приказу управления образования Яковлевского городского округа, Белгородской области.

### **Результаты освоения программы**

**Личностные результаты** включают готовность и способность обучающихся к саморазвитию и личностному самоопределению, сформированность их мотивации к обучению и целенаправленной познавательной деятельности, системы значимых социальных и межличностных отношений, ценностно-смысловых установок, отражающих личностные и гражданские позиции в деятельности, социальные компетенции, правосознание, способность ставить цели и строить жизненные планы, способность к осознанию российской идентичности в поликультурном социуме.

Личностными результатами освоения обучающимися содержания программы по физической культуре являются следующие умения: активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;

проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;

проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;

оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

**Метапредметные результаты** включают освоенные обучающимися межпредметные понятия и универсальные учебные действия (регулятивные, познавательные, коммуникативные), способность их использования в учебной, познавательной и социальной практике, самостоятельность планирования и осуществления учебной деятельности и организации учебного сотрудничества с педагогами и сверстниками, построение индивидуальной образовательной траектории.

Метапредметными результатами освоения обучающимися содержания программы по физической культуре являются следующие умения:

характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;

находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;

общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;

обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;

организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;

планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;

анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;

технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

**Предметные результаты** включают освоенные обучающимися в ходе изучения учебного предмета умения, специфические для данной предметной области, виды деятельности по получению нового знания в рамках учебного предмета, его преобразованию и применению в

учебных, учебно-проектных и социально-проектных ситуациях, формирование научного типа мышления, научных представлений о ключевых теориях, типах и видах отношений, владение научной терминологией, ключевыми понятиями, методами и приемами.

Предметными результатами освоения обучающимися содержания программы по физической культуре являются следующие умения: планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;

представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;

организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;

бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;

организовывать и проводить занятия физической культурой с разной целевой направленностью, подбирать для них физические упражнения и выполнять их с заданной дозировкой нагрузки;

характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса, регулировать ее напряженность во время занятий по развитию физических качеств;

взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;

выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корректирующих упражнений, учитывающих индивидуальные способности и особенности, состояние здоровья и режим учебной деятельности;

выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;

выполнять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях;

расширять свой двигательный опыт за счёт упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма.

Таким образом, интегрированными результатами программы является воспитание такого ученика, который:

понимает моральные ценности российской культуры;

сможет отойти от собственных эгоистических взглядов через занятия в командах, знание правил и ведение «честной игры», навыки работы в коллективе, осознавать, что рядом могут находиться более слабые люди;

будет способен, используя полученные знания, самостоятельно организовывать свои занятия физической активностью;

будет знать, и заботиться о национальном наследии, местных школьных традициях, сохраняя их, в тоже время открывать содружества с другими культурами и испытывать радость от многообразия форм человеческого самовыражения в физической активности;

получит удовольствие от занятий на открытом воздухе, понимая принципы взаимодействия человека и природы;

получит основы научных данных в области физической культуры, на собственном примере будет понимать, что происходит с организмом под воздействием правильно организованной нагрузки;

будет вести здоровый образ жизни, принося пользу себе, близким людям и Отечеству.

Программный материал усложняется по разделам каждый год за счёт увеличения сложности элементов на базе ранее пройденных. Для прохождения теоретических сведений можно выделять время, как в процессе уроков, так и один час урочного времени в каждой четверти.

Важной особенностью образовательного процесса в основной школе является оценивание учащихся. Оценивание учащихся предусмотрено как по окончании изучения раздела, так и по мере текущего освоения умений и навыков. По окончании основной школы учащийся должен показать уровень физической подготовленности не ниже результатов приведённых в разделе «Демонстрировать», что соответствует обязательному минимуму содержания образования. По окончании основной школы учащийся может сдавать экзамен по физической культуре как экзамен по выбору.

## УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ В ОСНОВНОЙ ШКОЛЕ

№ п/п	Виды программного материала	Количество часов	
		8-кл	9-кл
		1	Легкая атлетика
2	Народные игры	4	4
3	Футбол	10	10
4	Гимнастика	9	9
5	Баскетбола	6	6
6	Лыжная подготовка	9	9
7	Волейбол	9	9
	Всего:	68	68

### СОДЕРЖАНИЕ КУРСА

#### ЗНАНИЯ О ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

физической культуры. Олимпийские игры

История

древности. Возрождение Олимпийских игр и олимпийского движения.

История зарождения олимпийского движения в России. Олимпийское движение в России (СССР).

Выдающиеся достижения отечественных спортсменов на Олимпийских играх.

Характеристика видов спорта, входящих в программу Олимпийских игр.

Физическая культура в современном обществе.

Организация и проведение пеших туристских походов. Требования к технике безопасности и бережному отношению к природе (экологические требования).

Физическая культура (основные понятия). Физическое развитие человека.

Физическая подготовка и её связь с укреплением здоровья, развитием физических качеств.

Организация и планирование самостоятельных занятий по развитию физических качеств.

Техническая подготовка. Техника движений и её основные показатели.

Всестороннее и гармоничное физическое развитие.

Адаптивная физическая культура.

Спортивная подготовка.

Здоровье и здоровый образ жизни. Допинг. Концепция честного спорта.

Профессионально-прикладная физическая подготовка.

Физическая культура человека. Режим дня и его основное содержание.

Закаливание организма. Правила безопасности и гигиенические требования.

Влияние занятий физической культурой на формирование положительных качеств личности.

Проведение самостоятельных занятий по коррекции осанки и телосложения.

Восстановительный массаж.

Проведение банных процедур.

Первая помощь во время занятий физической культурой и спортом.

### **СПОСОБЫ ДВИГАТЕЛЬНОЙ (ФИЗКУЛЬТУРНОЙ) ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

Организация и проведение самостоятельных занятий физической культурой. Подготовка к занятиям физической культурой.

Выбор упражнений и составление индивидуальных комплексов для утренней зарядки, физкультминуток и физкультурных пауз (подвижных перемен).

Планирование занятий физической подготовкой.

Проведение самостоятельных занятий прикладной физической подготовкой.

Организация досуга средствами физической культуры.

Оценка эффективности занятий физической культурой. Самонаблюдение и самоконтроль.

Оценка эффективности занятий физкультурно-оздоровительной деятельностью.

Оценка техники движений, способы выявления и устранения ошибок в технике выполнения упражнений (технических ошибок).

Измерение резервов организма и состояния здоровья с помощью функциональных проб.

### **ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ**

Физкультурно-оздоровительная деятельность. Оздоровительные формы занятий в режиме учебного дня и учебной недели.

Индивидуальные комплексы адаптивной (лечебной) и корригирующей физической культуры.

Спортивно-оздоровительная деятельность с общеразвивающей направленностью.

**Гимнастика с основами акробатики.** Организующие команды и приёмы.

Акробатические упражнения и комбинации.

Ритмическая гимнастика (девочки).

Опорные прыжки.

Упражнения и комбинации на гимнастическом бревне (девочки).

Упражнения и комбинации на гимнастической перекладине (мальчики).

Упражнения и комбинации на гимнастических брусьях: упражнения на параллельных брусьях (мальчики); упражнения на разновысоких брусьях (девочки).

**Лёгкая атлетика.** Беговые упражнения.

Прыжковые упражнения.

Метание малого мяча.

**Лыжные гонки.** Передвижения на лыжах.

**Спортивные игры.** Баскетбол. Игра по правилам.

Волейбол. Игра по правилам.

Футбол. Игра по правилам.

**Прикладное ориентирование.** Прикладно-ориентированные упражнения.

Упражнения общеразвивающей направленности. Общефизическая подготовка.

**Гимнастика с основами акробатики.** Развитие гибкости, координации движений, силы, выносливости.

**Лёгкая атлетика.** Развитие выносливости, силы, быстроты, координации движений.

**Лыжная подготовка** (лыжные гонки). Развитие выносливости, силы, координации движений, быстроты.

**Баскетбол.** Развитие быстроты, силы, выносливости координации движений.

**Футбол.** Развитие быстроты, силы, выносливости.

Ниже представлено тематическое планирование в соответствии с учебниками для общеобразовательных учреждений: «Физическая культура. 5—7 классы», под общ. ред М. Я. Виленского (М.: Просвещение, 2011).

## **СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММНОГО МАТЕРИАЛА**

Основы знаний и физической культуре, умения и навыки, приёмы закаливания, способы саморегуляции и самоконтроля

### **Естественные основы**

8-9 класс. Влияние возрастных особенностей организма и его двигательной функции на физическое развитие и физическую подготовленность школьников.

Защитные свойства организма и профилактика средствами физической культуры.

Планирование и контроль индивидуальных физических нагрузок в процессе самостоятельных занятий физическими упражнениями.

### **Социально-психологические основы**

8-9 класс. Решение задач игровой и соревновательной деятельности с помощью двигательных действий. Гигиенические основы организации самостоятельных занятий физическими упражнениями, обеспечение их общеукрепляющей и оздоровительной направленности, предупреждение травматизма и оказание посильной помощи при травмах и ушибах.

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

Ведение тетрадей самостоятельных занятий физическими упражнениями, контроля за функциональным состоянием организма.

### **Культурно-исторические основы**

8-9класс. Основы истории возникновения и развития олимпийского движения, физической культуры и отечественного спорта.

### **Приёмы закаливания**

8-9 класс. Воздушные ванны (тёплые, безразличные, прохладные, холодные, очень холодные). Солнечные ванны (правила, дозировка).

### **Волейбол**

8-9 класс. Терминология избранной игры. Правила и организация проведения соревнований по волейболу. Техника безопасности при проведении соревнований и занятий. Подготовка места занятий. Помощь в судействе. Организация и проведение подвижных игр и игровых заданий.

### Календарно-тематическое планирование 8 класс

№	Тема урока	Часы учебн ого време ни	Планируемые результаты			Плановые сроки прохожде ния	Фактичес кие сроки прохожде ния
			Предметные	Метапредметные	Личностные		
1	ТБ на уроках легкой атлетике. <b>Влияние занятий ФК на формирование положительных качеств личности</b>	1	Знать ТБ на уроках легкой атлетике. Знать как влияет ФК на формирование положительные качества личности. Знать, как выполнять строевые упражнения, знать правила русской лапты.	Слушать и слышать друг друга, работать в группе; определять новый уровень отношений к самому себе как субъекту деятельности, находить и выделять необходимую информацию; рассказывать об организационно-методических требованиях, применяемых на уроках физической культуры, выполнять строевые упражнения, играть в русскую лапту.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.		
<b>Легкая атлетика</b>							
2	Тестирование Бега на 30м с высокого старта	1	Знать как проходит тестирование бега на 30м с высокого старта, знать правила русской лапты.	С достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, устанавливать рабочие отношения; самостоятельно формировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию;	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах , социальной справедливости и свободе.		

				проходить тестирование бега на 30м с высокого старта, играть в русскую лапту.			
3	Тестирование ч/бега 3x10м;	1	Знать технику челночного бега, знать правила русской лапты.	Эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, работать в группе; видеть ошибку и исправлять её по указанию взрослого, сохранять заданную цель; технично выполнять ч/бег, играть в русскую лапту.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.		
4	Бег 60м	1	Знать как проходит дистанцию бега 60м, знать правила русской лапты.	Эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, добывать недостающую информацию с помощью вопросов; определять новый уровень отношений к самому себе как субъекту деятельности, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника; проходить тестирование бега на 60м, играть в русскую лапту.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.		
5	Бег 6-минут	1	Знать как проходит тестирование бега 6-мин., правила спортивной игры «Футбол».	С достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности;	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствие другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе		

				выполнять бег 6-мин., играть в спортивную игру «Футбол».	представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.		
6	Тестирование метания м/мяча дальность;	1	Знать как проходит тестирование метания мяча на дальность, знать правила русской лапты.	Представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга; адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель; проходить тестирование метания мяча на дальность, играть в русскую лапту.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представления о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.		
7	Тестирование прыжка в длину с места	1	Знать как проходит тестирование прыжка в длину с места, знать правила русской лапты.	Представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга; самостоятельно формировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника; проходить тестирование прыжка в длину с места, играть в русскую лапту.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.		
8	Тестирование метания м/мяча на точность	1	Знать как проходит тестирование метания мяча на точность, знать правила русской лапты.	Представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга; адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель; проходить тестирование метания мяча на точность, играть в русскую лапту.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.		
9	Прыжок в длину с разбега на результат	1	Знать, как проходит контрольный урок по прыжок в длину	Представлять конкретное содержание и сообщать его в устной	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной		

			с разбега, правила спортивной игры «Футбол».	форме, слушать и слышать друг друга; самостоятельно формировать познавательные цели, сохранять заданную цель; выполнять прыжок в длину с разбега, играть в спортивную игру «Футбол»	отзывчивости, навыков сотрудничества со сверстниками.		
<b>Спортивные игры</b>							
10	<b>ТБ на уроках спортивными и подвижными играми.</b> Пас и его значение для спортивных игр с мячом	1	Знать какие варианты паса мяча ногой существуют, правила спортивной игры в «Футбол».	добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга; осуществлять действия по образцу и заданному правилу, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров; выполнять различные варианты пасов мяча ногой, играть в спортивную игру «Футбол».	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.		
11	Спортивная игра «Футбол»	1	Знать какие варианты паса мяча ногой существуют, правила спортивной игры в «Футбол».	Добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга; осуществлять действия по образцу и заданному правилу, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров; выполнять различные варианты пасов мяча ногой, играть в спортивную игру «Футбол».	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, навыков сотрудничества со сверстниками.		
12	Спортивная игра «Футбол»	1	Знать какие варианты паса мяча ногой существуют, правила спортивной игры в «Футбол».	Добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга; осуществлять действия по	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, навыков сотрудничества со сверстниками.		

				образцу и заданному правилу, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров; выполнять различные варианты пасов мяча ногой, играть в спортивную игру «Футбол».			
13	Спортивная игра «Футбол»	1	Знать какие варианты паса мяча ногой существуют, правила спортивной игры в «Футбол».	Добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга; осуществлять действия по образцу и заданному правилу, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров; выполнять различные варианты пасов мяча ногой, играть в спортивную игру «Футбол».	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, навыков сотрудничества со сверстниками.		
14	Спортивная игра «Футбол»	1	Знать какие варианты паса мяча ногой существуют, правила спортивной игры в «Футбол».	Добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга; осуществлять действия по образцу и заданному правилу, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров; выполнять различные варианты пасов мяча ногой, играть в спортивную игру «Футбол».	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, навыков сотрудничества со сверстниками.		
<b>Баскетбол</b>							
15	<b>ТБ на уроках спортивных и подвижных играх</b> .Стойки и передвижения, повороты, остановки.	1	Знать ТБ на уроках спортивной игры Баскетбол. Знать как выполнять комбинации из освоенных элементов техники передвижений	слушать и слышать друг друга, добывать недостающую информацию с помощью вопросов; проектировать траекторию развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества;	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях,		

			(перемещения в стойке, остановка, повороты)	выполнять упражнения в парах с мячом, играть в спортивную игру «Баскетбол»	развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе		
16	Взаимодействие двух игроков.	1	Уметь выполнять ведение мяча в движении.	добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя; осуществлять действия по образцу и заданному правилу; водить мяч в движении с сопротивлением защитника, бросать одной рукой от головы после двух шагов, играть в спортивную игру «Баскетбол»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций		
<b>Гимнастика</b>							
17	<b>Проведение самостоятельных занятий по коррекции осанки и телосложению.</b> Бросок н/мяча из п/сидя	1	Знать, как провести занятие по коррекции осанки и телосложению. Знать как проходит тестирование броска н/мяча 1кг из п/сидя двумя руками из-за головы.	Представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга; самостоятельно формировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника; проходить тестирование броска н/мяча 1кг из п/сидя двумя руками из-за головы, играть в подвижную игру «Точно в цель».	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.		
18	Подъем туловища из п/лежа	1	Знать как проходит тестирование подъема туловища из п/лежа за 30с, правила волейбола	представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга; самостоятельно формировать познавательные цели,	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои		

				адекватно понимать оценку взрослого и сверстника; проходить тестирование подъема туловища из п/лежа за 30с, играть в волейбол	поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.		
19	Наклон туловища из п/стоя, подтягивание	1	Знать как проходит тестирование наклона вперед из п/сидя и подтягивание правила волейбола	эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать друг друга; адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель; проходить тестирование наклона вперед из п/сидя и подтягивание, играть в волейбол	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.		
20	Кувырок вперед с трех шагов	1	Знать технику кувырка вперед с трех шагов и через препятствие	сотрудничать в ходе групповой работы; осуществлять действия по образцу, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров; выполнять кувырок вперед с разбега через препятствие.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.		
21	Кувырок назад	1	Знать технику кувырка назад, правила подвижной игры «Удочка»	с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; осуществлять действия по образцу и заданному правилу,	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе		

				контролировать свою деятельность по результату; выполнять кувырок назад, играть в подвижную игру «Удочка»	представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.		
22	Усложненные варианты выполнения кувырка вперед	1	Знать какие варианты выполнения кувырков вперед существуют; какие бывают игровые упражнения на внимание	добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме; осуществлять действия по образцу и заданному правилу. контролировать свою деятельность по результату; выполнять различные варианты кувырка вперед, выполнять игровые упражнения на внимание	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.		
23	Стойка на лопатках, мост	1	Знать технику выполнения стойки на лопатках и мост, правила игры «Перетяни канат»	добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме; осуществлять действия по образцу и заданному правилу, контролировать свою деятельность по результату; выполнять различные варианты кувырка вперед, играть в подвижную игру «Перетяни канат»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций		
24	Стойка на голове и руках	1	Знать, как выполнять стойку на голове и	эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать друг друга и учителя;	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения,		

			руках, правила подвижной игры «Перестрелка»	осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; выполнять стойку на голове и руках, играть в подвижную игру «Перестрелка»	принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.		
25	Упражнение на гимнастическом бревне.	1	Знать как выполнять упражнения на гимнастическом бревне, правила подвижной игры «Яджик»	сотрудничать в ходе групповой работы; владеть средствами саморегуляции; выполнять упражнение на бревне, играть в подвижную игру «Яджик»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни		
<b>Волейбол</b>							
26	Стойки и передвижения, повороты, остановки.	1	Повторить правила ТБ Дозировка индивидуальная	слушать и слышать друг друга, добывать недостающую информацию с помощью вопросов; проектировать траекторию развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества; выполнять упражнения в парах с мячом, играть в подвижную игру «Пионербол»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе		

27	Стойки и передвижения, повороты, остановки.	1	Дозировка индивидуальная. Знать технику передачи мяча над собой, через сетку.	слушать и слышать друг друга, добывать недостающую информацию с помощью вопросов; проектировать траекторию развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества; выполнять упражнения в парах с мячом над собой через сетку, играть в подвижную игру «Пионербол»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе		
28	Прием и передача мяча.	1	Корректировка техники выполнения упражнений. Повторить основные правила игры	слушать и слышать друг друга, добывать недостающую информацию с помощью вопросов; проектировать траекторию развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества; выполнять упражнения в парах с мячом над собой через сетку, играть в подвижную игру «Пионербол»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе		
29	Прием и передача мяча.	1	Корректировка техники выполнения упражнений.	слушать и слышать друг друга, добывать недостающую информацию с помощью вопросов; проектировать траекторию развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества; выполнять упражнения в парах с мячом над собой через сетку, играть в подвижную игру «Пионербол»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе		

30	Прием и передача мяча.	1	Корректировка техники выполнения упражнений.	слушать и слышать друг друга, добывать недостающую информацию с помощью вопросов; проектировать траекторию развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества; выполнять упражнения в парах с мячом над собой через сетку, играть в подвижную игру «Пионербол»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе		
31	Стойки и передвижения, повороты, остановки.	1	Повторить правила ТБ Дозировка индивидуальная	слушать и слышать друг друга, добывать недостающую информацию с помощью вопросов; проектировать траекторию развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества; выполнять упражнения в парах с мячом, играть в подвижную игру «Волейбол»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе		
32	Нижняя прямая подача мяча.	1	Корректировка техники выполнения упражнений. Дозировка индивидуальная. Нижняя прямая подача мяча: подача мяча в стену.	слушать и слышать друг друга, добывать недостающую информацию с помощью вопросов; проектировать траекторию развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества; выполнять нижнюю прямую подачу мяча через сетку, играть в подвижную игру «Волейбол»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций		

**Лыжная подготовка**

33	<b>ТБ на уроках лыжной подготовке</b> Ступающий и скользящий шаг на лыжах без лыжных палок	1	Знать ТБ на уроках лыжной подготовке, какую спортивную форму одевать в зимнее время, как подбирать инвентарь, технику ступающего и скользящего шага без лыжных палок	эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме; определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, находить и выделять необходимую информацию; рассказывать о ТБ, применяемых на уроках лыжной подготовки, передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом без палок	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях		
34	Ступающий и скользящий шаг на лыжах с лыжными палками	1	Знать как пристегивать крепления, как передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом на лыжах с лыжными палками и без них	с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; сохранять заданную цель, контролировать свою деятельность по результату; пристегивать лыжные крепления, передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом с лыжными палками и без них	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств		
35	Повороты на лыжах переступанием и прыжком	1	Знать как выполнять повороты на лыжах переступанием прыжком, технику передвижения на лыжах разными ходами	сотрудничать в ходе групповой работы, слушать и слышать друг друга; осуществлять действия по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель; поворачиваться на лыжах переступанием и прыжком,	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной		

				передвигаться на лыжах разными ходами	справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств		
36	Переменный двухшажный ход на лыжах	1	Знать технику передвижения попеременным двухшажным ходом, как распределять силы на дистанцию 1 км	добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга; видеть ошибку и исправлять её по указанию взрослого; передвигаться на лыжах попеременным двухшажным ходом, проходить дистанцию 1 км на лыжах	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости		
37	Одновременным двухшажный ход на лыжах	1	Знать технику передвижения и одновременным двухшажным ходом, как распределять силы на дистанцию 1 км	добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга; видеть ошибку и исправлять её по указанию взрослого; передвигаться на лыжах попеременным и одновременным двухшажным ходом, проходить дистанцию 1 км на лыжах	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости		
38	Подъем «полуелочкой» и «елочкой», спуск под уклон в основной стойке на лыжах	1	Знать технику изученных лыжных ходов, технику подъема «полуелочкой» и «елочкой», технику спуска в основной стойке на лыжах	слушать и слышать друг друга и учителя; самостоятельно формировать познавательные цели; передвигаться на лыжах попеременным и одновременным двухшажным ходом, подниматься на склон «полуелочкой» и «елочкой», спускаться со склона в основной стойке	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни		

39	Подъем «лесенкой» и торможение «плугом» на лыжах	1	Знать технику изученных лыжных ходов, технику подъема «лесенкой» и торможения «плугом»	слушать и слышать друг друга и учителя; самостоятельно формировать познавательные цели; передвигаться на лыжах попеременным и одновременным двухшажным ходом, подниматься на склон «лесенкой» и «елочкой», спускаться со склона в основной стойке и тормозить «плугом»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни		
40	Передвижение и спуск на лыжах «змейкой». Подвижная игра «Накаты»	1	Знать, как передвигаться на лыжах, как спускаться со склона «змейкой», правила подвижной игры на лыжах «Накаты»	добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя; контролировать свою деятельность по результату. передвигаться на лыжах, спускаться со склона «змейкой», играть в подвижную игру на лыжах «Накаты»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе		
41	Прохождение дистанции 1,5 км на лыжах на время	1	Знать, как распределять силы на дистанцию 1,5 км на лыжах, технику спуска на лыжах в низкой стойке	устанавливать рабочие отношения, содействовать сверстникам в достижении цели; самостоятельно формировать познавательные цели, сохранять заданную цель; проходить дистанцию 1,5 км на лыжах, кататься со склона в низкой стойке.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе		

**Единоборство**

42	Подвижная игра «Выталкивание из круга»	1	Знать, как выполнять броски и ловлю мяча в парах и через сетку, правила подвижной игры «Выталкивание из круга»	Добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга; проектировать траекторию развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества; выполнять броски и ловлю мяча в парах и через сетку, играть в подвижную игру «Выталкивание из круга»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций		
43	Подвижная игра «Бой петухов»	1	Знать, как выполнять броски и ловлю мяча в парах и через сетку, правила подвижной игры «Бой петухов»	Добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга; проектировать траекторию развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества; выполнять броски и ловлю мяча в парах и через сетку, играть в подвижную игру «Бой петухов»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций		
44	Подвижная игра «Часовые разведчики»	1	Знать, как выполнять броски и ловлю мяча в парах и через сетку, правила подвижной игры «Часовые разведчики»	Добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга; проектировать траекторию развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества; выполнять броски и ловлю мяча в парах и через сетку, играть в подвижную игру «Часовые разведчики».	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций		

45	Подвижная игра «Выталкивание из круга»	1	Знать, как выполнять броски и ловлю мяча в парах и через сетку, правила подвижной игры «Выталкивание из круга»	Добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга; проектировать траекторию развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества; выполнять броски и ловлю мяча в парах и через сетку, играть в подвижную игру «Выталкивание из круга»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций		
46	Единоборство Стойка и передвижение в стойке	1	Уметь демонстрировать технику.	Добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя; осуществлять действия по образцу и заданному правилу; бросать мяч через волейбольную сетку, играть в подвижную игру «Перетягивание в парах»	развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций		
47	Единоборство Физическая культура человека. Приемы захвата	1	Знать из чего состоит физическая культура человека. Знать приемы захвата.	добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя; осуществлять действия по образцу и заданному правилу;	развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций		
<b>Волейбол</b>							
48	Волейбол. Прием и передача мяча.	1	Корректировка техники выполнения упражнений. Повторить основные правила игры	слушать и слышать друг друга, добывать недостающую информацию с помощью вопросов; проектировать траекторию	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной		

				развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества; выполнять упражнения в парах с мячом над собой через сетку, играть в подвижную игру «Пионербол»	ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе		
49	Волейбол. Прием и передача мяча.	1	Корректировка техники выполнения упражнений.	слушать и слышать друг друга, добывать недостающую информацию с помощью вопросов; проектировать траекторию развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества; выполнять упражнения в парах с мячом над собой через сетку, играть в подвижную игру «Пионербол»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе		
<b>Баскетбол</b>							
50	Стойки и передвижении, повороты, остановки	1	Знать как выполнять комбинации из освоенных элементов техники передвижений (перемещения в стойке, остановка, повороты)	слушать и слышать друг друга, добывать недостающую информацию с помощью вопросов; проектировать траекторию развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества; выполнять упражнения в парах с мячом, играть в спортивную игру «Баскетбол»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе		

51	Ловля и передача мяча	11	Знать как выполнять различные варианты передачи мяча	добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя; осуществлять действия по образцу и заданному правилу; ловить и передавать мяч в парах различными способами, играть в спортивную игру «Баскетбол»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций		
52	Бросок мяча	1	Знать как выполнять различные варианты бросков мяча в кольцо	добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя; осуществлять действия по образцу и заданному правилу; бросать мяч в кольцо различными способами, играть в спортивную игру «Баскетбол»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций		
53	Тактика свободного нападения	1	Корректировка техники ведения мяча.	добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя; осуществлять действия по образцу и заданному правилу; водить мяч на месте, играть в спортивную игру «Баскетбол»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций		
<b>Легкая атлетика</b>							
54	Прыжок в высоту с разбега	1	Знать технику прыжка	С достаточной полнотой и точностью выразить свои	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание		

			в высоту с разбега, правила подвижной игры «Вышибалы с кеглями».	мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; видеть ошибку и исправлять её по указанию взрослого, сохранять заданную цель; прыгать в высоту с разбега, играть в подвижную игру «Вышибалы с кеглями».	личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях,		
55	Тестирование метания м/мяча на точность	1	Знать как проходит тестирование метания мяча на точность, правила подвижной игры «Вышибалы».	Представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга; адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель; проходить тестирование метания мяча на точность, играть в подвижную игру «Вышибалы».	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.		
56	Тестирование высокого старта Бега на 30м с	1	Знать как проходит тестирование бега на 30м с высокого старта	С достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, устанавливать рабочие отношения; самостоятельно формировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию; проходить тестирование бега на 30м с высокого старта, играть в подвижные игры «Салки» и «Салки дай руку».	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.		
57	Тестирование ч/бега 3х10м;	1	Знать технику челночного бега, правила подвижных	Эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, работать в группе;	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств,		

			игр «Прерванные пятнашки»	видеть ошибку и исправлять её по указанию взрослого, сохранять заданную цель; технично выполнять ч/бег, играть в подвижные игры «Прерванные пятнашки».	доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.		
58	Бег 60м,	1 58-60	Знать как проходит дистанцию бега 60м, правила подвижной игры «Собачки ногами».	Эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, добывать недостающую информацию с помощью вопросов; определять новый уровень отношений к самому себе как субъекту деятельности, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника; проходить тестирование бега на 60м, играть в подвижную игру «Собачки ногами».	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.		
59	Бег 6-минут	1 59-61	Знать как проходит тестирование бега 6-мин., правила спортивной игры «Футбол».	С достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности; выполнять бег 6-мин., играть в спортивную игру «Футбол».	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствие другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.		
<b>Народные игры</b>							

60	Русская лапта	1	Знать технику безопасности на занятиях по лапте. "Третий лишний" Развитие ловкости, быстроты.	с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, добывать недостающую информацию с помощью вопросов; самостоятельно формировать познавательные цели, находить необходимую информацию. играть в подвижную народную игру «Третий лишний»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми		
61	Русская лапта	1	Знать правила подвижной народной игры «Русская лапта»	с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, добывать недостающую информацию с помощью вопросов; самостоятельно формировать познавательные цели, находить необходимую информацию. играть в подвижную народную игру «Русская лапта»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми		
62	Русская лапта	1	Знать правила подвижной народной игры «Русская лапта»	с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, добывать недостающую информацию с помощью вопросов; самостоятельно формировать познавательные цели, находить необходимую информацию. играть в подвижную народную игру «Русская лапта»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми		

63	Русская лапта	1	Знать правила подвижной народной игры «Русская лапта»	с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, добывать недостающую информацию с помощью вопросов; самостоятельно формировать познавательные цели, находить необходимую информацию. играть в подвижную народную игру «Русская лапта»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми		
64	Спортивная игра «Футбол»	1	Знать какие варианты паса мяча ногой существуют, правила спортивной игры в «Футбол».	Добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга; осуществлять действия по образцу и заданному правилу, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров; выполнять различные варианты пасов мяча ногой, играть в спортивную игру «Футбол».	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, навыков сотрудничества со сверстниками.		
65	Спортивная игра «Футбол»	1	Знать какие варианты паса мяча ногой существуют, правила спортивной игры в «Футбол».	Добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга; осуществлять действия по образцу и заданному правилу, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров; выполнять различные варианты пасов мяча ногой, играть в спортивную игру «Футбол».	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, навыков сотрудничества со сверстниками.		
66	Спортивная игра «Футбол»	1	Знать какие варианты паса мяча ногой	Добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной		

			существуют, правила спортивной игры в «Футбол».	друг друга; осуществлять действия по образцу и заданному правилу, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров; выполнять различные варианты пасов мяча ногой, играть в спортивную игру «Футбол».	отзывчивости, навыков сотрудничества со сверстниками.		
67	Спортивная игра «Футбол»	1	Знать какие варианты паса мяча ногой существуют, правила спортивной игры в «Футбол».	Добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга; осуществлять действия по образцу и заданному правилу, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров; выполнять различные варианты пасов мяча ногой, играть в спортивную игру «Футбол».	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, навыков сотрудничества со сверстниками.		
68	Спортивная игра «Футбол»	1	Знать какие варианты паса мяча ногой существуют, правила спортивной игры в «Футбол».	Добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга; осуществлять действия по образцу и заданному правилу, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров; выполнять различные варианты пасов мяча ногой, играть в спортивную игру «Футбол».	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, навыков сотрудничества со сверстниками.		

### Календарно-тематическое планирование 9 класс

№	Тема урока	Часы учебного времени	Планируемые результаты			Плановые сроки прохождения	Фактические сроки прохождения
			Предметные	Метапредметные	Личностные		
1	ТБ на уроках легкой атлетике. <b>Влияние занятий ФК на формирование положительных качеств личности</b>	1	Знать ТБ на уроках легкой атлетике. Знать как влияет ФК на формирование положительные качества личности. Знать, как выполнять строевые упражнения, знать правила русской лапты.	Слушать и слышать друг друга, работать в группе; определять новый уровень отношений к самому себе как субъекту деятельности, находить и выделять необходимую информацию; рассказывать об организационно-методических требованиях, применяемых на уроках физической культуры, выполнять строевые упражнения, играть в русскую лапту.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.		
<b>Легкая атлетика</b>							
2	Тестирование Бега на 30м с высокого старта	1	Знать как проходит тестирование бега на 30м с высокого старта, знать	С достаточной полнотой и точностью выразить свои мысли в соответствии с задачами и условиями	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости,		

			правила русской лапты.	коммуникации, устанавливать рабочие отношения; самостоятельно формировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию; проходить тестирование бега на 30м с высокого старта, играть в русскую лапту.	самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.		
3	Тестирование ч/бега 3x10м;	1	Знать технику челночного бега, знать правила русской лапты.	Эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, работать в группе; видеть ошибку и исправлять её по указанию взрослого, сохранять заданную цель; технично выполнять ч/бег, играть в русскую лапту.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.		
4	Бег 60м	1	Знать как проходит дистанцию бега 60м, знать правила русской лапты.	Эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, добывать недостающую информацию с помощью вопросов; определять новый уровень отношений к самому себе как субъекту деятельности, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника; проходить тестирование бега на 60м, играть в русскую лапту.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.		
5	Бег 6-минут	1	Знать как проходит тестирование	С достаточной полнотой и точностью выражать свои	Развитие этических чувств,		

			бега 6-мин., правила спортивной игры «Футбол».	мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельность; выполнять бег 6-мин., играть в спортивную игру «Футбол».	доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствие другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.		
6	Тестирование метания м/мяча дальность;	1	Знать как проходит тестирование метания мяча на дальность, знать правила русской лапты.	Представлять конкретное содержание и сообщат его в устной форме, слушать и слышать друг друга; адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель; проходить тестирование метания мяча на дальность, играть в русскую лапту.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представления о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.		
7	Тестирование прыжка в длину с места	1	Знать как проходит тестирование прыжка в длину с места, знать правила русской лапты.	Представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга; самостоятельно формировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника; проходить тестирование прыжка в длину с места, играть в русскую лапту.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.		
8	Тестирование метания м/мяча на точность	1	Знать как проходит тестирование метания мяча на точность, знать правила русской лапты.	Представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга; адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных		

				заданную цель; проходить тестирование метания мяча на точность, играть в русскую лапту.	социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.		
9	Прыжок в длину с разбега на результат	1	Знать, как проходит контрольный урок по прыжок в длину с разбега, правила спортивной игры «Футбол».	Представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга; самостоятельно формировать познавательные цели, сохранять заданную цель; выполнять прыжок в длину с разбега, играть в спортивную игру «Футбол»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, навыков сотрудничества со сверстниками.		
<b>Спортивные игры</b>							
10	<b>ТБ на уроках спортивными и подвижными играми.</b> Пас и его значение для спортивных игр с мячом	1	Знать какие варианты паса мяча ногой существуют, правила спортивной игры в «Футбол».	добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга; осуществлять действия по образцу и заданному правилу, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров; выполнять различные варианты пасов мяча ногой, играть в спортивную игру «Футбол».	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.		
11	Спортивная игра «Футбол»	1	Знать какие варианты паса мяча ногой существуют, правила спортивной игры в «Футбол».	Добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга; осуществлять действия по образцу и заданному правилу, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров;	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, навыков сотрудничества со сверстниками.		

				выполнять различные варианты пасов мяча ногой, играть в спортивную игру «Футбол».			
12	Спортивная игра «Футбол»	1	Знать какие варианты паса мяча ногой существуют, правила спортивной игры в «Футбол».	Добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга; осуществлять действия по образцу и заданному правилу, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров; выполнять различные варианты пасов мяча ногой, играть в спортивную игру «Футбол».	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, навыков сотрудничества со сверстниками.		
13	Спортивная игра «Футбол»	1	Знать какие варианты паса мяча ногой существуют, правила спортивной игры в «Футбол».	Добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга; осуществлять действия по образцу и заданному правилу, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров; выполнять различные варианты пасов мяча ногой, играть в спортивную игру «Футбол».	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, навыков сотрудничества со сверстниками.		
14	Спортивная игра «Футбол»	1	Знать какие варианты паса мяча ногой существуют, правила спортивной игры в «Футбол».	Добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга; осуществлять действия по образцу и заданному правилу, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров; выполнять различные варианты пасов мяча ногой, играть в спортивную игру «Футбол».	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, навыков сотрудничества со сверстниками.		
<b>Баскетбол</b>							

15	<b>ТБ на уроках спортивных и подвижных играх .Стойки и передвижении, повороты, остановки.</b>	1	Знать ТБ на уроках спортивной игры Баскетбол. Знать как выполнять комбинации из освоенных элементов техники передвижений (перемещения в стойке, остановка, повороты)	слушать и слышать друг друга, добывать недостающую информацию с помощью вопросов; проектировать траекторию развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества; выполнять упражнения в парах с мячом, играть в спортивную игру «Баскетбол»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе		
16	Взаимодействие двух игроков.	1	Уметь выполнять ведение мяча в движении.	добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя; осуществлять действия по образцу и заданному правилу; водить мяч в движении с сопротивлением защитника, бросать одной рукой от головы после двух шагов, играть в спортивную игру «Баскетбол»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций		
<b>Гимнастика</b>							
17	<b>Проведение самостоятельных занятий по коррекции осанки и телосложению.Бросок н/мяча из п/сидя</b>	1	Знать, как провести занятие по коррекции осанки и телосложению. Знать как проходит тестирование броска н/мяча 1кг из п/сидя двумя руками из-за головы.	Представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга; самостоятельно формировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника; проходить тестирование броска н/мяча 1кг из п/сидя двумя руками из-за головы, играть в	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.		

				подвижную игру «Точно в цель».			
18	Подъем туловища из п/лежа	1	Знать как проходит тестирование подъема туловища из п/лежа за 30с, правила волейбола	представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга; самостоятельно формировать познавательные цели, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника; проходить тестирование подъема туловища из п/лежа за 30с, играть в волейбол	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.		
19	Наклон туловища из п/стоя, подтягивание	1	Знать как проходит тестирование наклона вперед из п/сидя и подтягивание правила волейбола	эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать друг друга; адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель; проходить тестирование наклона вперед из п/сидя и подтягивание, играть в волейбол	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.		
20	Кувырок вперед с трех шагов	1	Знать технику кувырка вперед с трех шагов и через препятствие	сотрудничать в ходе групповой работы; осуществлять действия по образцу, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров; выполнять кувырок вперед с разбега через препятствие.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.		

21	Кувырок назад	1	Знать технику кувырка назад, правила подвижной игры «Удочка»	с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; осуществлять действия по образцу и заданному правилу, контролировать свою деятельность по результату; выполнять кувырок назад, играть в подвижную игру «Удочка»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.		
22	Усложненные варианты выполнения кувырка вперед	1	Знать какие варианты выполнения кувырок вперед существуют; какие бывают игровые упражнения на внимание	добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме; осуществлять действия по образцу и заданному правилу. контролировать свою деятельность по результату; выполнять различные варианты кувырка вперед, выполнять игровые упражнения на внимание	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.		
23	Стойка на лопатках, мост	1	Знать технику выполнения стойки на лопатках и мост, правила игры «Перетяни канат»	добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме; осуществлять действия по образцу и заданному правилу, контролировать свою деятельность по результату;	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение		

				выполнять различные варианты кувырка вперед, играть в подвижную игру «Перетяни канат»	не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций		
24	Стойка на голове и руках	1	Знать, как выполнять стойку на голове и руках, правила подвижной игры «Порестрелка»	эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать друг друга и учителя; осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и само коррекции; выполнять стойку на голове и руках, играть в подвижную игру «Перестрелка»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.		
25	Упражнение на гимнастическом бревне.	1	Знать как выполнять упражнения на гимнастическом бревне, правила подвижной игры «Яджик»	сотрудничать в ходе групповой работ; владеть средствами саморегуляции; выполнять упражнение на бревне, играть в подвижную игру «Яджик»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни		
<b>Волейбол</b>							
26	Стойки и передвижения, повороты, остановки.	1	Повторить правила ТБ Дозировка индивидуальная	слушать и слышать друг друга, добывать недостающую информацию с помощью вопросов;	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной		

				проектировать траекторию развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества; выполнять упражнения в парах с мячом, играть в подвижную игру «Пионербол»	отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе		
27	Стойки и передвижения, повороты, остановки.	1	Дозировка индивидуальная. Знать технику передачи мяча над собой, через сетку.	слушать и слышать друг друга, добывать недостающую информацию с помощью вопросов; проектировать траекторию развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества; выполнять упражнения в парах с мячом над собой через сетку, играть в подвижную игру «Пионербол»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе		
28	Прием и передача мяча.	1	Корректировка техники выполнения упражнений. Повторить основные правила игры	слушать и слышать друг друга, добывать недостающую информацию с помощью вопросов; проектировать траекторию развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества; выполнять упражнения в парах с мячом над собой через сетку, играть в подвижную игру «Пионербол»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе		
29	Прием и передача мяча.	1	Корректировка техники выполнения упражнений.	слушать и слышать друг друга, добывать недостающую информацию с помощью вопросов; проектировать траекторию	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои		

				развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества; выполнять упражнения в парах с мячом над собой через сетку, играть в подвижную игру «Пионербол»	поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе		
30	Прием и передача мяча.	1	Корректировка техники выполнения упражнений.	слушать и слышать друг друга, добывать недостающую информацию с помощью вопросов; проектировать траекторию развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества; выполнять упражнения в парах с мячом над собой через сетку, играть в подвижную игру «Пионербол»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе		
31	Стойки и передвижения, повороты, остановки.	1	Повторить правила ТБ Дозировка индивидуальная	слушать и слышать друг друга, добывать недостающую информацию с помощью вопросов; проектировать траекторию развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества; выполнять упражнения в парах с мячом, играть в подвижную игру «Волейбол»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе		
32	Нижняя прямая подача мяча.	1	Корректировка техники выполнения упражнений. Дозировка индивидуальная.	слушать и слышать друг друга, добывать недостающую информацию с помощью вопросов; проектировать траекторию	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной		

			Нижняя прямая подача мяча: подача мяча в стену.	развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества; выполнять нижнюю прямую подачу мяча через сетку, играть в подвижную игру «Волейбол»	отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций		
<b>Лыжная подготовка</b>							
33	<b>ТБ на уроках лыжной подготовке</b> Ступающий и скользящий шаг на лыжах без лыжных палок	1	Знать ТБ на уроках лыжной подготовке, какую спортивную форму одевать в зимнее время, как подбирать инвентарь, технику ступающего и скользящего шага без лыжных палок	эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме; определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, находить и выделять необходимую информацию; рассказывать о ТБ, применяемых на уроках лыжной подготовки, передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом без палок	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях		
34	Ступающий и скользящий шаг на лыжах с лыжными палками	1	Знать как пристегивать крепления, как передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом на лыжах с лыжными палками и без них	с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; сохранять заданную цель, контролировать свою деятельность по результату; пристегивать лыжные крепления, передвигаться на лыжах ступающим и скользящим шагом с лыжными палками и без них	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств		

35	Повороты на лыжах переступанием и прыжком	1	Знать как выполнять повороты на лыжах переступанием прыжком, технику передвижения на лыжах разыми ходами	сотрудничать в ходе групповой работы, слушать и слышать друг друга; осуществлять действия по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель; поворачиваться на лыжах переступанием и прыжком, передвигаться на лыжах разными ходами	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе, формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств		
36	Переменный двухшажный ход на лыжах	1	Знать технику передвижения попеременным двухшажным ходом, как распределять силы на дистанцию 1 км	добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга; видеть ошибку и исправлять её по указанию взрослого; передвигаться на лыжах попеременным двухшажным ходом, проходить дистанцию 1 км на лыжах	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости		
37	Одновременным двухшажный ход на лыжах	1	Знать технику передвижения и одновременным двухшажным ходом, как распределять силы на дистанцию 1 км	добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга; видеть ошибку и исправлять её по указанию взрослого; передвигаться на лыжах попеременным и одновременным двухшажным ходом, проходить дистанцию 1 км на лыжах	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости		
38	Подъем «полу-елочкой» и «елочкой», спуск	1	Знать технику изученных лыжных ходов, технику	слушать и слышать друг друга и учителя; самостоятельно формировать познавательные цели;	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств,		

	под уклон в основной стойке на лыжах		подъема «полуелочкой» и «елочкой», технику спуска в основной стойке на лыжах	передвигаться на лыжах попеременным и одновременным двухшажным ходом, подниматься на склон «полуелочкой» и «елочкой», спускаться со склона в основной стойке	формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни		
39	Подъем «лесенкой» и торможение «плугом» на лыжах	1	Знать технику изученных лыжных ходов, технику подъема «лесенкой» и торможения «плугом»	слушать и слышать друг друга и учителя; самостоятельно формировать познавательные цели; передвигаться на лыжах попеременным и одновременным двухшажным ходом, подниматься на склон «лесенкой» и «елочкой», спускаться со склона в основной стойке и тормозить «плугом»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни		
40	Передвижение и спуск на лыжах «змейкой». Подвижная игра «Накаты»	1	Знать, как передвигаться на лыжах, как спускаться со склона «змейкой», правила подвижной игры на лыжах «Накаты»	добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя; контролировать свою деятельность по результату. передвигаться на лыжах, спускаться со склона «змейкой», играть в подвижную игру на лыжах «Накаты»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе		
41	Прохождение дистанции 1,5 км на лыжах на время	1	Знать, как распределять силы на дистанцию 1,5 км на лыжах, технику	устанавливать рабочие отношения, содействовать сверстникам в достижении цели;	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и линой		

			спуска на лыжах в низкой стойке	самостоятельно формировать познавательные цели, сохранять заданную цель; проходить дистанцию 1,5 км на лыжах, кататься со склона в низкой стойке.	ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе		
<b>Единоборство</b>							
42	Подвижная игра «Выталкивание из круга»	1	Знать, как выполнять броски и ловлю мяча в парах и через сетку, правила подвижной игры «Выталкивание из круга»	Добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга; проектировать траекторию развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества; выполнять броски и ловлю мяча в парах и через сетку, играть в подвижную игру «Выталкивание из круга»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций		
43	Подвижная игра «Бой петухов»	1	Знать, как выполнять броски и ловлю мяча в парах и через сетку, правила подвижной игры «Бой петухов»	Добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга; проектировать траекторию развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества; выполнять броски и ловлю мяча в парах и через сетку, играть в подвижную игру «Бой петухов»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций		
44	Подвижная игра «Часовые разведчики»	1	Знать, как выполнять броски и ловлю мяча в парах и через сетку, правила подвижной игры	Добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга; проектировать траекторию	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие		

			«Часовые разведчики»	развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества; выполнять броски и ловлю мяча в парах и через сетку, играть в подвижную игру «Часовые разведчики».	навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций		
45	Подвижная игра «Выталкивание из круга»	1	Знать, как выполнять броски и ловлю мяча в парах и через сетку, правила подвижной игры «Выталкивание из круга»	Добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга; проектировать траекторию развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества; выполнять броски и ловлю мяча в парах и через сетку, играть в подвижную игру «Выталкивание из круга»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций		
46	Единоборство Стойка и передвижение в стойке	2	Уметь демонстрировать технику.	Добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя; осуществлять действия по образцу и заданному правилу; бросать мяч через волейбольную сетку, играть в подвижную игру «Перетягивание в парах»	развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций		
47	Единоборство Физическая культура человека. Приемы захвата	1	Знать из чего состоит физическая культура человека. Знать приемы захвата.	добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя; осуществлять действия по образцу и заданному правилу;	развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций		

<b>Волейбол</b>						
48	Волейбол. Прием и передача мяча.	1	Корректировка техники выполнения упражнений. Повторить основные правила игры	слушать и слышать друг друга, добывать недостающую информацию с помощью вопросов; проектировать траекторию развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества; выполнять упражнения в парах с мячом над собой через сетку, играть в подвижную игру «Пионербол»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	
49	Волейбол. Прием и передача мяча.	1	Корректировка техники выполнения упражнений.	слушать и слышать друг друга, добывать недостающую информацию с помощью вопросов; проектировать траекторию развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества; выполнять упражнения в парах с мячом над собой через сетку, играть в подвижную игру «Пионербол»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе	
<b>Баскетбол</b>						
50	Стойки и передвижении, повороты, остановки	1	Знать как выполнять комбинации из освоенных элементов техники передвижений (перемещения в стойке, остановка, повороты)	слушать и слышать друг друга, добывать недостающую информацию с помощью вопросов; проектировать траекторию развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества; выполнять упражнения	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, развитие самостоятельности и	

				в парах с мячом, играть в спортивную игру «Баскетбол»	личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе		
51	Ловля и передача мяча	1	Знать как выполнять различные варианты передачи мяча	добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя; осуществлять действия по образцу и заданному правилу; ловить и передавать мяч в парах различными способами, играть в спортивную игру «Баскетбол»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций		
52	Бросок мяча	1	Знать как выполнять различные варианты бросков мяча в кольцо	добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя; осуществлять действия по образцу и заданному правилу; бросать мяч в кольцо различными способами, играть в спортивную игру «Баскетбол»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций		
53	Тактика свободного нападения	1	Корректировка техники ведения мяча.	добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя; осуществлять действия по образцу и заданному правилу; водить мяч на месте, играть в спортивную игру «Баскетбол»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умений не создавать конфликты		

					и находить выходы из спорных ситуаций		
<b>Легкая атлетика</b>							
54	Прыжок в высоту с разбега	1	Знать технику прыжка в высоту с разбега, правила подвижной игры «Вышибалы с кеглями».	С достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; видеть ошибку и исправлять её по указанию взрослого, сохранять заданную цель; прыгать в высоту с разбега, играть в подвижную игру «Вышибалы с кеглями».	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях,		
55	Тестирование метания м/мяча на точность	1	Знать как проходит тестирование метания мяча на точность, правила подвижной игры «Вышибалы».	Представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга; адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель; проходить тестирование метания мяча на точность, играть в подвижную игру «Вышибалы».	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умений не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.		
56	Тестирование высокого старта Бега на 30м с	1	Знать как проходит тестирование бега на 30м с высокого старта	С достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, устанавливать рабочие отношения; самостоятельно формировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию; проходить тестирование бега на 30м с высокого старта,	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.		

				играть в подвижные игры «Салки» и «Салки дай руку».			
57	Тестирование ч/бега 3x10м;	1	Знать технику челночного бега, правила подвижных игр «Прерванные пятнашки»	Эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, работать в группе; видеть ошибку и исправлять её по указанию взрослого, сохранять заданную цель; технично выполнять ч/бег, играть в подвижные игры «Прерванные пятнашки».	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.		
58	Бег 60м,	1	Знать как проходит дистанцию бега 60м, правила подвижной игры «Собачки ногами».	Эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, добывать недостающую информацию с помощью вопросов; определять новый уровень отношений к самому себе как субъекту деятельности, адекватно понимать оценку взрослого и сверстника; проходить тестирование бега на 60м, играть в подвижную игру «Собачки ногами».	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.		
59	Бег 6-минут	1	Знать как проходит тестирование бега 6-мин., правила спортивной игры «Футбол».	С достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности;	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствие другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе		

				выполнять бег 6-мин., играть в спортивную игру «Футбол».	представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе.		
<b>Народные игры</b>							
60	Русская лапта	1	Знать технику безопасности на занятиях по лапте. "Третий лишний" Развитие ловкости, быстроты.	с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, добывать недостающую информацию с помощью вопросов; самостоятельно формировать познавательные цели, находить необходимую информацию. играть в подвижную народную игру «Третий лишний»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми		
61	Русская лапта	1	Знать правила подвижной народной игры «Русская лапта»	с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, добывать недостающую информацию с помощью вопросов; самостоятельно формировать познавательные цели, находить необходимую информацию. играть в подвижную народную игру «Русская лапта»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми		
62	Русская лапта	1	Знать правила подвижной народной игры «Русская лапта»	с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, добывать недостающую информацию с помощью вопросов;	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств,		

				самостоятельно формировать познавательные цели, находить необходимую информацию. играть в подвижную народную игру «Русская лапта»	доброжелательности и отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми		
63	Русская лапта	1	Знать правила подвижной народной игры «Русская лапта»	с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, добывать недостающую информацию с помощью вопросов; самостоятельно формировать познавательные цели, находить необходимую информацию. играть в подвижную народную игру «Русская лапта»	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми		
64	Спортивная игра «Футбол»	1	Знать какие варианты паса мяча ногой существуют, правила спортивной игры в «Футбол».	Добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга; осуществлять действия по образцу и заданному правилу, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров; выполнять различные варианты пасов мяча ногой, играть в спортивную игру «Футбол».	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, навыков сотрудничества со сверстниками.		
65	Спортивная игра «Футбол»	1	Знать какие варианты паса мяча ногой существуют, правила спортивной игры в «Футбол».	Добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга; осуществлять действия по образцу и заданному правилу, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров;	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, навыков сотрудничества со сверстниками.		

				выполнять различные варианты пасов мяча ногой, играть в спортивную игру «Футбол».			
66	Спортивная игра «Футбол»	1	Знать какие варианты паса мяча ногой существуют, правила спортивной игры в «Футбол».	Добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга; осуществлять действия по образцу и заданному правилу, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров; выполнять различные варианты пасов мяча ногой, играть в спортивную игру «Футбол».	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, навыков сотрудничества со сверстниками.		
67	Спортивная игра «Футбол»	1	Знать какие варианты паса мяча ногой существуют, правила спортивной игры в «Футбол».	Добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга; осуществлять действия по образцу и заданному правилу, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров; выполнять различные варианты пасов мяча ногой, играть в спортивную игру «Футбол».	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, навыков сотрудничества со сверстниками.		
68	Спортивная игра «Футбол»	1	Знать какие варианты паса мяча ногой существуют, правила спортивной игры в «Футбол».	Добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга; осуществлять действия по образцу и заданному правилу, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров; выполнять различные варианты пасов мяча ногой, играть в спортивную игру «Футбол».	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, навыков сотрудничества со сверстниками.		

