

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа №6» с. Дербитовка
Апанасовского района Ставропольского края

ПРИНЯТА Педагогическим советом МКОУ СОШ № 6 Протокол заседания № 1 от « 28 » августа 2018 г. Председатель педагогического совета <i>Л.В. Гучинова</i>	УТВЕРЖДЕНО Заместителем директора по учебной работе МКОУ СОШ № 6 с. Дербитовка 28 августа 2018 г. <i>Л.В. Гучинова</i>	УТВЕРЖДЕНО Директор МКОУ СОШ № 6 с. Дербитовка <i>С.А. Карагина</i> Приказ № 75 от «28» августа 2018 г. 
--	---	--

Рабочая программа
по учебному предмету
«Физическая культура»
Для 8 класса (ФГОС)
основного общего образования
(базовый уровень)

Срок реализации программы 2018 - 2019 год

Составил: учитель физической культуры
МКОУ СОШ № 6 с. Дербитовка
Набельникова Л.Н.

Пояснительная записка

Рабочая программа по физической культуре для 8 класса составлена на основе следующих нормативно-правовых и инструктивно-методических документов:

- Федеральный Закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.12.2010 № 1897 (далее – ФГОС основного общего образования) (для V-VI классов образовательных организаций);
- Приказ от 31.12.2015 № 1577 «О внесении изменений в ФГОС ООО, утв. Приказом Минобрнауки РФ от 17 декабря 2010 № 1897»;
- Постановление Федеральной службы по надзору в сфере защиты прав потребителей и благополучия человека и Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 29.12.2010 №189 «Об утверждении СанПиН 2.4.2.2821-10». «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» (с изменениями на 29.06.2011) (далее – СанПиН 2.4.2. 2821-10);
- Федеральный перечень учебников, рекомендованных и допущенных Министерством образования и науки по Приказу МО РФ от 31.03.2014 №253, ООП НОО, ООП ООО, одобренных Федеральным учебно-методическим объединением по общему образованию. Протокол заседания от 8 апреля 2015 г. №1/15;
- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 14.12.2009 № 729 «Об утверждении перечня организаций, осуществляющих издание учебных пособий, которые допускаются к использованию в образовательном процессе в имеющих государственную аккредитацию и реализующих образовательные программы общего образования образовательных учреждениях» (с изменениями);
- Авторская программа по физической культуре составлена на основе комплексной программы физического воспитания учащихся 1-11 классов. Авторы: доктор педагогических наук В. И. Лях, кандидат педагогических наук А. А. Зданевич. (М.: Просвещение, 2012. - 9-е изд. Допущено Министерством образования и науки Российской Федерации).
- Устав МКОУ СОШ №6 с.Дербетовка
- Учебный план на 2018 – 2019 учебный год

- Положение о структуре, порядке разработки и утверждении рабочих программ учебных предметов (курсов), дисциплин (модулей) педагогов МКОУ СОШ №6 с.Дербетовка

Рабочая программа составлена для учащихся 8-го класса. Количество учебных часов из федерального компонента 3 часа в неделю (102 часа в год). Программа состоит из разделов: «Знания о физической культуре» (информационный компонент); «Способы двигательной (физкультурной) деятельности», «Физическое совершенствование» (мотивационный компонент).

Рабочая программа по физической культуре в 8 классе определяет, содержание и организацию образовательного процесса, и направлена на формирование общей культуры обучающихся, на их духовно-нравственное, социальное, личностное и интеллектуальное развитие, на создание основы для самостоятельной реализации учебной деятельности, обеспечивающей социальную успешность, развитие творческих способностей, саморазвитие и самосовершенствование, сохранение и укрепление здоровья обучающихся.

Цель школьного образования по физической культуре — формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха. В основной школе данная цель конкретизируется: учебный процесс направлен на формирование устойчивых мотивов и потребностей школьников в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни.

Образовательный процесс по физической культуре в основной школе строится так, чтобы были решены следующие **задачи**:

- укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма;
- формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими действиями и приемами базовых видов спорта;
- освоение знаний о физической культуре и спорте, их истории и современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни;

- обучение навыкам и умениям в физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями;
- воспитание положительных качеств личности, норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в учебной и соревновательной деятельности.

Ориентируясь на решение задач образования школьников в области физической культуры, настоящая Программа в своем предметном содержании направлена на:

– реализацию принципа вариативности, который лежит в основе планирования учебного материала в соответствии с половозрастными особенностями учащихся, материально-технической оснащенностью учебного процесса (спортивный зал, спортивные пришкольные площадки, стадион), региональными климатическими условиями и видом учебного учреждения;

– реализацию принципа достаточности и сообразности, определяющего распределение учебного материала в конструкции основных компонентов двигательной (физкультурной) деятельности, особенностей формирования познавательной и предметной активности учащихся;

– соблюдение дидактических правил от известного к неизвестному и от простого к сложному, которые лежат в основе планирования учебного содержания в логике поэтапного его освоения, перевода учебных знаний в практические навыки и умения, в том числе и в самостоятельной деятельности;

– расширение межпредметных связей, ориентирующих учителя во время планирования учебного материала на то, чтобы учитывать задачу формирования целостного мировоззрения учащихся, всестороннее раскрытие взаимосвязи и взаимообусловленности изучаемых явлений и процессов;

– усиление оздоровительного эффекта, достигаемого в ходе активного использования школьниками освоенных знаний, способов и физических упражнений в физкультурно-оздоровительных мероприятиях, режиме дня, при самостоятельных занятиях физическими упражнениями.

Общая характеристика учебного предмета

Основой образования по физической культуре является двигательная (физкультурная) деятельность, которая непосредственно связана с совершенствованием физической природы человека.

В соответствии со структурой двигательной (физкультурной) деятельности программа включает три основных учебных раздела, материал которых является составной частью разделов программы и обязательны для реализации.

I. «Знания о физической культуре» – информационный компонент деятельности.

II. «Способы двигательной

(физкультурной) деятельности» – операциональный компонент деятельности.

III. «Физическое совершенствование» – процессуально-мотивационный компонент деятельности.

Раздел «Знания о физической культуре» соответствует основным представлениям о развитии познавательной активности человека

и включает такие **учебные темы**, как **«История физической культуры и ее развитие в современном обществе»**, **«Базовые понятия физической культуры»** и **«Физическая культура человека»**. Эти темы включают сведения об истории древних и современных Олимпийских игр, основных направлениях развития физической культуры в современном обществе, о формах организации активного отдыха и укрепления здоровья средствами физической культуры.

История физической культуры. Олимпийские игры древности. История зарождения олимпийского движения в России. Роль Пьера де Кубертена в возрождении Олимпийского движения. Выдающиеся достижения спортсменов на Олимпийских играх. Краткая характеристика видов спорта. Требования к технике безопасности.

Базовые понятия физической культуры. Физическое развитие человека. Физическая подготовка и ее связь с развитием физических качеств. Организация и планирование самостоятельных занятий по развитию физических качеств. Техническая подготовка. Техника движений и ее основные показатели. Адаптивная и лечебная физическая культура. Здоровье и здоровый образ жизни.

Физическая культура человека. Режим дня. Закаливание организма. Правила безопасности и гигиенические требования. Влияние занятий физической культурой на формирование положительных качеств личности. Проведение самостоятельных занятий по коррекции осанки и телосложения.

Раздел «Способы двигательной (физкультурной) деятельности» содержит задания, которые ориентированы на активное включение учащихся в самостоятельные формы занятий физической культурой. Этот раздел соотносится с разделом «Знания о физической культуре» и **включает темы «Организация и проведение самостоятельных занятий физической культурой» и «Оценка эффективности занятий физической культурой».**

Организация и проведение самостоятельных занятий физической культурой. Подготовка к занятиям физической культурой. Выбор упражнений и составление индивидуальных комплексов для утренней зарядки. Проведение самостоятельных

Организация досуга средствами физической культуры.

Оценка эффективности занятий физической культурой. Самонаблюдение и самоконтроль. Оценка техники движений. Способы выявления и устранения ошибок в технике выполнения упражнений.

Раздел «Физическое совершенствование» (двигательные умения и навыки), наиболее значительный по объему учебного материала, ориентирован на гармоничное физическое развитие, всестороннюю физическую подготовку и укрепление здоровья школьников. Этот раздел включает такие темы как: **«Физкультурно-оздоровительная деятельность»**, **«Спортивно-оздоровительная деятельность с общеразвивающей направленностью»**, **«Упражнения общеразвивающей направленности».**

«Физкультурно-оздоровительная деятельность» ориентирована на решение задач по укреплению здоровья учащихся. Оздоровительные формы занятий в режиме учебного дня, и учебной недели. Комплексы упражнений из современных оздоровительных систем физического воспитания. Коррекция осанки и телосложения. Развитие системы дыхания и кровообращения. Упражнения лечебной физической культуры, которые адресуются, в первую очередь, школьникам, имеющим отклонения в состоянии здоровья, индивидуальные комплексы *лечебной* и *корректирующей* физической культуры.

«Спортивно-оздоровительная деятельность с общеразвивающей направленностью» ориентирована на физическое

совершенствование учащихся и включает средства общей физической и технической подготовки. В качестве таких средств предлагаются физические упражнения и двигательные действия из базовых видов спорта: гимнастики с основами акробатики (Организирующие команды и приемы, акробатические упражнения и комбинации, опорные прыжки), легкой атлетики и кроссовой подготовки (Беговые упражнения, прыжковые упражнения, метание малого мяча), спортивных игр (Баскетбол, пионербол, гандбол, футбол, подвижные игры с элементами спортивных игр), лыжная подготовка (основные виды лыжного хода).

«Упражнения общеразвивающей направленности» предназначена для организации целенаправленной физической подготовки учащихся и включает физические упражнения на развитие основных физических качеств. Эта тема носит лишь относительно самостоятельный характер, поскольку ее содержание должно входить в содержание других тем раздела «Физическое совершенствование». В связи с этим предлагаемые упражнения распределены по разделам базовых видов спорта и сгруппированы по признаку направленности на развитие соответствующего физического качества: **силы, быстроты, выносливости, координации**. Такое изложение материала позволяет учителю отбирать физические упражнения и объединять их в различные комплексы, планировать динамику нагрузок и обеспечивать преемственность в развитии физических качеств исходя из половозрастных особенностей учащихся, степени усвоения ими упражнений, условий проведения уроков, наличия спортивного инвентаря и оборудования.

В целях дифференцированного подхода к организации уроков физической культуры в 8-х классах в зависимости от состояния здоровья обучающиеся делятся на три группы: основную, подготовительную, специальную медицинскую группу. Отнесение ребёнка к соответствующей группе здоровья происходит на основании Листа здоровья, заполненного медицинским персоналом.

В соответствии с пунктами 7 и 8 Федеральных требований к образовательному процессу в рабочую программу включили раздел по организации теоретических и практических занятий в соответствии с рабочей программой автора А.П. Матвеева «Физическая культура в 5-9 классах», Москва «Просвещение», 2012 год, для обучающихся в соответствии с различными видами медицинских показаний. Учитывая требования к рациональной организации образовательного процесса с учащимися с отклонениями в физическом здоровье, отнесённых к группе по медицинским показаниям и после незначительных заболеваний, программа содержит разделы теоретических и практических знаний из основной программы образования. Занятия в группах отличаются объемом и структурой физической нагрузки, а также требованиями к уровню освоения учебного материала.

Целью курса в 8 классе для обучающихся в группе по медицинским показаниям, является приобретение теоретических и практических знаний из разделов по основной образовательной программе физической культуры. Данная цель конкретизирована следующими задачами.

Задачи:

- обучение физическим упражнениям из современных здоровьесберегающих и здоровьесформирующих систем физического воспитания, формирование индивидуального телосложения, правильной осанки и рационального дыхания, умений организовывать самостоятельные занятия
- освоение комплекса теоретических знаний о физической культуре, ее истории и формах организации, связи с культурой здоровья,

воспитанием волевых, нравственных и этических качеств личности.

- логика изложения содержания каждого из разделов программы, определяющей этапность его освоения школьниками («от общего к частному» и «от частного к конкретному»).

Решение этих задач предполагает организацию целостной педагогической системы, объединяющей не только уроки физической культуры, но и такие важные формы занятий, как режим учебного дня.

Требования к качеству освоения теоретического программного материала для группы по медицинским показаниям

В результате освоения теоретического программного материала по лечебной физической культуре обучающиеся 8 класса должны **иметь представления:**

- о правилах профилактики травматизма во время занятий физическими упражнениями в спортивном зале и на открытых спортивных площадках;
- о гигиенических требованиях к спортивному инвентарю, оборудованию и форме одежды;
- об объеме и структуре физической нагрузки.

Уметь:

- выполнять комплексы упражнений на развитие дыхания (грудное, брюшное, смешанное);
- выполнять проектную деятельность, составлять рефераты по заданным темам из основной программы физической культуры;
- выполнять гимнастические упражнения, преодолевать вертикальные и горизонтальные препятствия, демонстрировать технические приемы изученных упражнений;
- судить одну из спортивной игры и знать правила одной из спортивной игры (волейбол, футбол, баскетбол, гандбол, мини-футбол);
- владеть основными навыками самоконтроля, дозирования нагрузки;
- владеть знаниями в области физической культуры.

ОПИСАНИЕ МЕСТА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА, КУРСА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

Федеральный базисный (образовательный) учебный план для образовательных учреждений Российской Федерации предусматривает обязательное изучение предмета «физическая культура» в объеме 102 ч (3 урока в неделю).

ОПИСАНИЕ ЦЕННОСТНЫХ ОРИЕНТИРОВ

- владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений (ходьба, бег, прыжки, лазанья, метания, броски) различными способами, в различных изменяющихся внешних условиях;
- владение навыками выполнения разнообразных физических упражнений различной функциональной направленности, технических действий базовых видов спорта, а также применения их в игровой и соревновательной деятельности;

- умение максимально проявлять физические способности (качества) при выполнении тестовых упражнений по физической культуре;
- владение способами организации и проведения разнообразных форм занятий физической культурой, их планирования и содержательного наполнения;
- владение широким арсеналом двигательных действий и физических упражнений, из базовых видов спорта, и оздоровительной физической культуры, активное их использование в самостоятельно организуемой спортивно-оздоровительной и физкультурно-оздоровительной деятельности;
- владение способами наблюдения за показателями индивидуального здоровья, физического развития и физической подготовленности, использование этих показателей в организации и проведении самостоятельных форм занятий физической культурой;
- способность отбирать физические упражнения по их функциональной направленности, составлять из них индивидуальные комплексы для оздоровительной гимнастики и физической подготовки;
- способность составлять планы занятий физической культурой с различной педагогической направленностью, регулировать величину физической нагрузки в зависимости от задач занятия и индивидуальных особенностей организма;
- способность проводить самостоятельные занятия по освоению новых двигательных действий и развитию основных физических качеств, контролировать и анализировать эффективность этих занятий.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Результаты освоения содержания предмета «Физическая культура 8 класс» определяют те итоговые результаты, которые должны демонстрировать школьники по завершении обучения в 8 классе.

Требования к результатам изучения учебного предмета выполняют двойную функцию. Они, с одной стороны, предназначены для оценки успешности овладения программным содержанием, а с другой стороны, устанавливают минимальное содержание образования, которое в обязательном порядке должно быть освоено каждым ребенком, оканчивающим 8 класс.

Результаты освоения программного материала по предмету «Физическая культура» в 8 классе оцениваются по трем базовым уровням, исходя из принципа «общее - частное - конкретное», и представлены соответственно метапредметными, предметными и личностными результатами.

Личностными результатами изучения физической культуры являются:

- владение способами организации и проведения разнообразных форм занятий физической культурой, их планирования и содержательного наполнения;
- владение широким арсеналом двигательных действий и физических упражнений из базовых видов спорта и оздоровительной физической культуры, активное их использование в самостоятельно организуемой спортивно-оздоровительной и физкультурно-оздоровительной деятельности;
- владение способами наблюдения за показателями индивидуального здоровья, физического развития и физической подготовленности, использование этих показателей в организации и проведении самостоятельных форм занятий физической культурой.

Метапредметными результатами изучения физической культуры являются:

- владение способами организации и проведения разнообразных форм занятий физическими упражнениями, их планирования и наполнения содержанием;
- владение умениями выполнения двигательных действий и физических упражнений базовых видов спорта и оздоровительной физической культуры, активно их использовать в самостоятельно организуемой спортивно-оздоровительной и физкультурно-оздоровительной деятельности;
- владение способами наблюдения за показателями индивидуального здоровья, физического развития и физической подготовленности, величиной физических нагрузок, использования этих показателей в организации и проведении самостоятельных форм занятий.

Предметными результатами изучения физической культуры являются:

- понимание роли и значения физической культуры в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;
- овладение системой знаний о физическом совершенствовании человека, освоение умений отбирать физические упражнения и регулировать физические нагрузки для самостоятельных систематических занятий с различной функциональной направленностью (оздоровительной, тренировочной, коррекционной, рекреативной и лечебной) с учётом индивидуальных возможностей и особенностей организма, планировать содержание этих занятий, включать их в режим учебного дня и учебной недели;
- приобретение опыта организации самостоятельных систематических занятий физической культурой с соблюдением правил техники безопасности и профилактики травматизма;
- освоение умения оказывать первую помощь при лёгких травмах;
- обогащение опыта совместной деятельности в организации и проведении занятий физической культурой, форм активного отдыха и досуга;
- расширение опыта организации и мониторинга физического развития и физической подготовленности;
- формирование умения вести наблюдение за динамикой развития своих основных физических качеств: оценивать текущее состояние организма и определять тренирующее воздействие на него занятий физической культурой посредством использования стандартных физических нагрузок и функциональных проб, определять индивидуальные режимы физической нагрузки, контролировать направленность её воздействия на организм во время самостоятельных занятий физическими упражнениями с разной целевой ориентацией;
- формирование умений выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корригирующих упражнений, учитывающих индивидуальные способности и особенности, состояние здоровья и режим учебной деятельности;
- овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умением использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности; расширение двигательного опыта за счёт упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма.

ученик научится	ученик получит возможность научиться
<ul style="list-style-type: none"> • рассматривать физическую культуру как явление культуры, выделять 	<ul style="list-style-type: none"> • выполнять комплексы упражнений лечебной физической культуры с

исторические этапы ее развития;

- характеризовать содержательные основы здорового образа жизни, раскрывать его взаимосвязь со здоровьем, гармоничным физическим развитием и физической подготовленностью, формированием качеств личности и профилактикой вредных привычек;
- определять базовые понятия и термины физической культуры, применять их в процессе совместных занятий физическими упражнениями со своими сверстниками;
- выполнять комплексы упражнений по профилактике утомления и перенапряжения организма, повышению его работоспособности в процессе трудовой и учебной деятельности;
- выполнять общеразвивающие упражнения, целенаправленно воздействующие на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и координации);
- выполнять акробатические комбинации из числа хорошо освоенных упражнений;

учетом имеющихся индивидуальных нарушений в показателях здоровья;

- преодолевать естественные и искусственные препятствия с помощью разнообразных способов лазания, прыжков и бега;
- осуществлять судейство по одному из осваиваемых видов спорта;
- выполнять тестовые нормативы по физической подготовке;
- определять признаки положительного влияния занятий физической подготовкой на укрепление здоровья, устанавливать связь между развитием физических качеств и основных систем организма;
- проводить занятия физической культурой с использованием оздоровительной ходьбы и бега, лыжных прогулок и туристических походов, обеспечивать их оздоровительную направленность;
- проводить восстановительные мероприятия с использованием банных процедур и сеансов оздоровительного массажа.

<ul style="list-style-type: none"> • выполнять гимнастические комбинации на спортивных снарядах из числа хорошо освоенных упражнений; • самостоятельно проводить занятия по обучению двигательным действиям, анализировать особенности их выполнения, выявлять ошибки и своевременно устранять их. 	
--	--

Способы оценки планируемых результатов образовательного процесса

Результаты образовательного процесса	Формы контроля
Метапредметные	Исследовательские проекты
Предметные	Тестирование, выполнение упражнений
Личностные	Наблюдение, исследования

Демонстрировать

Физические способности	Физические упражнения	Мальчики	Девочки
Скоростные	Бег 60 метров с высокого старта с опорой на руку, сек	9,2	10,2
Силовые	Лазанье по канату на расстояние 6 метров, сек.	12	-

	Прыжок в длину с места, см.	180	165
	Поднимание туловища из положения лежа на спине, руки за головой, количество раз.	-	18
К выносливости	Кроссовый бег 2 км	8мин 50 сек	10мин 20 сек
К координации	Последовательное выполнение пяти кувырков, с.	10,0	14,0
	Бросок малого мяча в стандартную мишень, м	12,0	10,0

Уровень физической подготовленности учащихся (7-8класс)

№ п/п	Контрольное упражнение (тест)	Возраст (лет)	Уровень					
			Мальчики			Девочки		
			Низкий	Средний	Высокий	Низкий	Средний	Высокий
1	Бег на 30 м (сек.)	14	5,8	5,5–5,1	4,7	6,1	5,9–5,4	4,9
		15	5,5	5,3–4,9	4,5	6,0	5,8–5,3	4,9
2	Челночный бег 3 по 10 м (сек.)	14	9,	8,7–8,3	8,0	9,9	9,4–9,0	8,6
		15	8,6	8,4–8,0	7,7	9,7	9,3–8,8	8,5
3	Прыжок в длину с места (см)	14	160 175	180–195	210	145	160–180	200
		15		190–205	220	155	165–185	205
4	6 минутный бег (м)	14	1050	200–1300	1450	850	1000–1150	1250
		15	1100	1250–1350	1500	900	1050–1200	1300

5	Наклон вперед из положения сидя, см	14	3 4	7-9	11 12	7	12-14	20
		15		8-10		7	12-14	20
6	Подтягивание: на высокой перекладине из виса (мальчики), кол-во раз; на низкой перекладине из положения лежа (девочки), кол-во раз	14	2	6-7	9	5 5	13-15	17
		15	3	7-8	10		12-13	16

**Перечень
учебно-методического и программного обеспечения
образовательного процесса**

Программа к завершённой предметной линии и системе учебников	Программа «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1–11 классов» (В. И. Лях, А. А. Зданевич. – М.: Просвещение, 2010г.).
Учебник, учебное пособие	Гуревич И.А. 300 соревновательно-игровых заданий по физическому воспитанию: Практик. пособие-2-е изд. стереотип, - Мн.; Выш.шк.,2009 -Подвижные игры для учащихся среднего школьного возраста; учебметод. пособие/сост.Л.В.Аустер; Сургут

	<p>го-с, ун-т ХМАО-Югры. Сургут: ИЦ СурГУ, 2009-60с -Холодов Ж.К. Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания. Учеб. пособие М; Издательский центр «Академия»2009.</p>
<p>Материалы для контроля (тесты и т.п.)</p>	<p>Тесты, опрос, анкетирование.</p>
<p>Методическое пособие с поурочными разработками</p>	<p>Поурочные планы по физической культуре для учащихся 1-11 классов (С.В.Курылев)</p>
<p>Список используемой литературы</p>	<ol style="list-style-type: none"> 1. Настольная книга учителя физической культуры / под ред. Л. Б. Кофмана. – М., 2000. 2. Физкультура: методика преподавания. Спортивные игры / под ред. Э. Найминова. – М., 2001. 3. Методика преподавания гимнастики в школе. – М., 2000. 4. Макаров, А. Н. Лёгкая атлетика. – М., 1990. 5. Практикум по лёгкой атлетике / под ред. И. В. Лазарева, В. С. Кузнецова, Г. А. Орлова. – М., 1999. 6. Лёгкая атлетика в школе / под ред. Г. К. Холодова, В. С. Кузнецова, Г. А. Колодницкого. – М., 1998. 7. Спортивные игры на уроках физкультуры / ред. О. Листов. – М., 2001. 8. Кузнецов. В. С., Колодницкий, Г. А.Физкультурно-оздоровительная работа в школе. – М., 2003. 9. Урок в современной школе / ред. Г. А. Баландин, Н. Н. Назаров, Т. Н. Казаков. – М., 2004. 10. Спорт в школе / под ред. И. П. Космина, А. П. Паршикова, Ю. П. Пузыря. – М., 2003.

	11. Журнал «Физическая культура в школе».
Цифровые и электронные образовательные ресурсы	1. Википедия. Свободная энциклопедия [Электронный ресурс]. - Режим доступа : http://ru.wikipedia.org/wiki 2. Сайты: http://festival.1september.ru/ http://nsportal.ru/ http://planeta.tspu.ru/

Календарно-тематическое планирование 8 класс «Физическая культура»

№	Дата	Тема урока	Кол-во часов	Элементы содержания урока	Планируемые результаты (предметные)	Планируемые результаты (личностные и метапредметные)				Примечание д\з
						Характеристика деятельности				
						Личностные УУД	Регулятивные УУД	Познавательные УУД	Коммуникативные УУД	
Легкая атлетика (27ч)										
1.	Сентябрь, 1 неделя	Инструктаж по ТБ по легкой атлетике. Спринтерский бег.	1	Высокий старт 20-40 метров, стартовый разгон, бег по дистанции. ОРУ. СБУ. Инструктаж техники безопасности по лёгкой атлетике.	Ученик научится: - бегать с максимальной скоростью на дистанцию 20-40 метров с высокого старта Ученик получит возможность научиться: -выполнять простейшие приёмы оказания доврачебной помощи при травмах и ушибах.	- формирование социальной роли ученика. - формирование положительного отношения к учению. - ценностно-смысловая ориентация, смыслообразование. -волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его	-волевая саморегуляция как способность к волевому усилию. -оценка и саморегуляция. - формирование социальной роли ученика. - формирование положительного отношения к учению. -приучение детей « слушать вас глазами». -волевая саморегуляция , контроль в форме	-овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. -наблюдение и моделирование -выбор наиболее эффективных способов выполнения заданий. -обеспечение тренирующего эффекта. -формирование физиологических механизмов произвольных движений.	-потребность в общении с учителем. -умение слушать и вступать в диалог. -сотрудничество. -кооперация. -управление поведением партнёра.	Комплекс 1
2.		Основы техники спринтерского бега.	1	СБУ. ОРУ. Бег по дистанции 20-40 метров. Эстафеты. Развитие скоростных качеств.	Ученик научиться: - бегать с максимальной скоростью на дистанцию 20-40 метров Ученик получит возможность научиться: -выполнять тестовый норматив на короткую дистанцию.					Комплекс 1

№	Дата	Тема урока	Кол-во часов	Элементы содержания урока	Планируемые результаты (предметные)	Планируемые результаты (личностные и метапредметные)				Примечание д/з
						Характеристика деятельности				
						Личностные УУД	Регулятивные УУД	Познавательные УУД	Коммуникативные УУД	
3	Сентябрь, 2 неделя	Спринтерский бег.	1	СБУ. Низкий старт, бег с ускорением 20-40 метров. Развитие скоростных качеств.	Ученик научиться: - бегать с низкого старта на короткие дистанции. Ученик получит возможность научиться: -выполнять бег с высоким подниманием бедра.	результата с заданным эталоном.	сличения способа действия и его результата с заданным эталоном. - познавательная деятельность учащихся в последовательности упражнений.	-подведение под понятие «адаптационные возможности организма при увеличении нагрузки»	построение продуктивной взаимопонимания. -потребность в общении с учителем. -умение слушать и вступать в диалог.	Комплекс 1
4		Спринтерский бег.	1	Высокий старт 40 метров, бег по дистанции 50-60 метров. Финиширование. Развитие скоростно-силовых качеств	Ученик научиться: -бегать с максимальной скоростью 60 метров. Ученик получит возможность научиться: -выполнять высокий старт с последующим стартовым ускорением.				Комплекс 1	
5		Спринтерский бег.	1	Бег на результат 60метров. ОРУ. СБУ. Развитие скоростных качеств.	Ученик научиться: - бегать с максимальной скоростью 60 метров. Ученик получит возможность научиться: -выполнить тестовый норматив на 60 метров.					Комплекс 1

№	Дата	Тема урока	Кол-во часов	Элементы содержания урока	Планируемые результаты (предметные)	Планируемые результаты (личностные и метапредметные)				Примечание д/з
						Характеристика деятельности				
						Личностные УУД	Регулятивные УУД	Познавательные УУД	Коммуникативные УУД	
6.		Прыжок в длину. Метание теннисного мяча.	1	Прыжок в длину с места (отталкивание). СБУ. ОРУ. Метание мяча на дальность и на заданное расстояние. Развитие скоростно- силовых качеств.	Ученик научиться: - прыгать в длину с места, метать мяч на дальность. Ученик получит возможность научиться: -выполнять прыжки в длину с места.	формирование социальной роли ученика. - формирование положительного отношения к учению. -волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном.	развитие двигательных качеств, ловкости, координации движений, выносливости. -волевая саморегуляция, контроль в форме сличения и его результата с заданным эталоном. -волевая саморегуляция, как способность к волевому усилию. - формирование социальной роли ученика. - формирование положительного отношения к	использование наглядных пособий эмоциональный подъем. -овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.	потребность в общении с учителем. -умение слушать и вступать в диалог. -сотрудничество. -кооперация. -управление поведением партнёра.	Комплекс 1
7.	Сентябрь, 3 неделя	Прыжок в длину. Метание мяча(150г) на дальность.	1	Прыжок в длину с места (приземление). ОРУ.СБУ. Метание малого мяча на дальность. Развитие скоростно-силовых качеств.	Ученик научиться: - прыгать в длину с места, метать мяч на дальность. Ученик получит возможность научиться: -выполнять метания мяча на дальность	его результата с заданным эталоном.				Комплекс 1
8	Сентябрь, 3 неделя	Прыжок в длину. ОРУ. СБУ. Эстафета.	1	Прыжок в длину с места, эстафета с различными заданиями и способами передачи эстафетной палочки.	Ученик научиться: - прыгать в длину с места и бегать с максимальной скоростью. Ученик получит возможность научиться: -выполнять передачу эстафетной палочки.					Комплекс 1

№	Дата	Тема урока	Кол-во часов	Элементы содержания урока	Планируемые результаты (предметные)	Планируемые результаты (личностные и метапредметные)				Примечание д/з
						Характеристика деятельности				
						Личностные УУД	Регулятивные УУД	Познавательные УУД	Коммуникативные УУД	
9		Прыжок в длину. ОРУ.	1	Прыжок в длину с места на результат, развитие скоростно-силовых качеств.	Ученик научиться: - прыгать в длину с места. Ученик получит возможность научиться: -выполнять тестовый норматив прыжок в длину с места.	владение способами организации и проведения разнообразных форм занятий физическим и упражнениями, их планирования и наполнения содержанием	учению. умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности	овладение сведениями о роли и значении физической культуры в формировании личности человека	умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками	Комплекс 1
10.	Сентябрь, 4 неделя	Бег на средние дистанции.	1	Бег 1500 метров. ОРУ. СБУ. Правило соревнований в беге на средние дистанции.	Ученик научиться: -пробежать 1500 метров. Ученик получит возможность научиться: -выполнять высокий старт и бежать на среднюю дистанцию.	м				Комплекс 1
11.		Бег на средние дистанции.	1	Бег 1500 метров ОРУ.СБУ. Спортивная игра	Ученик научиться: - пробежать 1500 метров. Ученик получит возможность научиться: -пробежать и выполнять старт на среднюю дистанцию					Комплекс 1

№	Дата	Тема урока	Кол-во часов	Элементы содержания урока	Планируемые результаты (предметные)	Планируемые результаты (личностные и метапредметные)				Примечание д/з
						Характеристика деятельности				
						Личностные УУД	Регулятивные УУД	Познавательные УУД	Коммуникативные УУД	
12.		Бег по пересеченной местности, преодоление препятствий	1	Бег (15 мин). Преодоление горизонтальных препятствий. Развитие выносливости. Понятие о темпе упражнения.	Ученик научиться: - бегать в равномерном темпе(15мин) Ученик получит возможность научиться: -пробежать по пересеченной местности и преодолевать препятствия.	овладение сведениями о роли и значении физической культуры в формировании целостной личности человека	умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности	ориентироваться в разнообразии способов решения задач.	владение умением логически грамотно излагать, аргументировать и обосновывать собственную точку зрения, доводить её до собеседника	Комплекс 1
13.		Кроссовый бег (16 мин)	1	Кроссовый бег (16мин), ОРУ. Развитие выносливости. Спортивная игра.	Ученик научиться: - бегать в равномерном темпе (16 мин). Ученик получит возможность научиться: -пробежать бег на выносливость в течение 16 минут.					Комплекс 1
14		Кроссовый бег(17 мин)	1	Кроссовый бег 17 мин. ОРУ. Развитие выносливости.	Ученик научиться: - бегать в равномерном темпе (17 мин) Ученик получит возможность научиться: -пробежать на выносливость в течение 17 минут					Комплекс 1
15		Кроссовый бег(18 мин)	1	Кроссовый бег 18 мин. ОРУ. СБУ. Развитие выносливости. Понятие об объеме упражнения.	Ученик научиться: - бегать в равномерном темпе (18 мин). Ученик получит возможность научиться: -пробежать на выносливость в течение 18 минут.					Комплекс 1

№	Дата	Тема урока	Кол-во часов	Элементы содержания урока	Планируемые результаты (предметные)	Планируемые результаты (личностные и метапредметные)				Примечание д/з
						Характеристика деятельности				
						Личностные УУД	Регулятивные УУД	Познавательные УУД	Коммуникативные УУД	
16		Кроссовый бег(18 мин)	1	Кроссовый бег 18 мин. ОРУ. СБУ. Развитие выносливости. Спортивная игра.	Ученик научиться: - бегать в равномерном темпе (18 мин) Ученик получит возможность научиться: -пробежать на выносливость ,выполнять специально беговые упражнения.	овладение сведениями о роли и значении физической культуры в формировании целостной личности человека	овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления	понимание физической культуры как средства организации и активного ведения здорового образа жизни	участвовать в диалоге на уроке, умение слушать и понимать других.	Комплекс 1
17		Кроссовый бег(18 мин)	1	Кроссовый бег 18 мин. ОРУ. СБУ. Развитие выносливости. Понятие об объеме упражнения	Ученик научиться: - бегать в равномерном темпе (18 мин) Ученик получит возможность научиться: -контролировать нагрузку при развитии на выносливость.					Комплекс 1
18		Кроссовый бег(19 мин)	1	Кроссовый бег 19 мин ОРУ. СБУ. Спортивная игра. Развитие выносливости.	Ученик научиться: - бегать в равномерном темпе (19 мин) Ученик получит возможность научиться: -контролировать своё самочувствие при развитии выносливости.					Комплекс 1
19		Кроссовый бег (20 мин)	1	Кроссовый бег 20мин. ОРУ. Спортивная игра. Развитие выносливости.	Ученик научиться: - бегать в равномерном темпе (20 мин) Ученик получит возможность научиться: -вести дневник самонаблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью.					Комплекс 1

№	Дата	Тема урока	Кол-во часов	Элементы содержания урока	Планируемые результаты (предметные)	Планируемые результаты (личностные и метапредметные)				Примечание д/з
						Характеристика деятельности				
						Личностные УУД	Регулятивные УУД	Познавательные УУД	Коммуникативные УУД	
20		Бег 2 км без учёта времени.	1	Бег 2 км без учета времени.	Ученик научиться: - бегать в равномерном темпе. Ученик получит возможность научиться: -пробежать бег на 2 км без учета времени.	выбирать наиболее эффективные способы решения задач.	владение способами организации и проведения разнообразных форм занятий физическими упражнениями , их планирования и наполнения содержанием	овладение сведениями о роли и значении физической культуры в формировании целостной личности человека	умение работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов	Комплекс 1
21		Челночный бег 3x10.	1	ОРУ с предметами (скакалки). Техника выполнения челночного бега 3x10, спортивная игра.	Ученик научиться: - бегать с максимальной скоростью. Ученик получит возможность научиться: -выполнять старт при беге на 3x10 м.					Комплекс 1
22-24		Челночный бег 3x10.	3	ОРУ с предметами (мячи), челночный бег 3x10, спортивная игра.	Ученик научиться: - бегать с максимальной скоростью, играть в футбол по упрощенным правилам. Ученик получит возможность научиться: -выполнят ОРУ с предметами.					Комплекс 1
25		Челночный бег 3x10.	1	ОРУ с предметами (палки). Челночный бег 3x10 м (контроль)	Ученик научиться: - бегать с максимальной скоростью. Ученик получит возможность научиться: -выполнять тестовый норматив челночного бега 3x10 м.					Комплекс 1

№	Дата	Тема урока	Кол-во часов	Элементы содержания урока	Планируемые результаты (предметные)	Планируемые результаты (личностные и метапредметные)				Примечание д\з
						Характеристика деятельности				
						Личностные УУД	Регулятивные УУД	Познавательные УУД	Коммуникативные УУД	
26		Ускорение с разных положений.	1	ОРУ с предметами (воздушные шары). СБУ. Ускорение с разных положений. Спортивные игры.	Ученик научиться: -бегать с максимальной скоростью, играть в футбол по упрощенным правилам игры. Ученик получит возможность научиться: -выполнять ускорение с разных положений.	формирование положительного отношения к учению.	владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности		участвовать в диалоге на уроке, умение слушать и понимать других.	Комплекс 1
27		Эстафета.	1	Строевые упражнения, ОРУ в движении. Эстафета, круговая тренировка, подвижные игры	Ученик научиться: - бегать с максимальной скоростью, играть футбол по правилам игры. Ученик получит возможность научиться: -выполнять круговую тренировку.					Комплекс 1
Гимнастика (21ч)										

№	Дата	Тема урока	Кол-во часов	Элементы содержания урока	Планируемые результаты (предметные)	Планируемые результаты (личностные и метапредметные)				Примечание д\з
						Характеристика деятельности				
						Личностные УУД	Регулятивные УУД	Познавательные УУД	Коммуникативные УУД	
28		Инструктаж по ТБ на уроках гимнастики. Строевые упражнения. Комплекс упражнений на гимнастических скамейках.	1	Правила ТБ на уроках по гимнастики. Выполнение команд: «Пол-оборота направо!», «Пол-оборота налево!» ОРУ на месте. Упражнения на гимнастической скамейке. Развитие силовых способностей.	Ученик научиться: - выполнять строевые упражнения, упражнения на скамейки. Ученик получит возможность научиться: -выполнять комплекс упражнений на гимнастических скамейках.	- познавательная деятельность. - формирование социальной роли ученика. - формирование положительного отношения к учению. -волевая саморегуляция, контроль в форме сличения действия и его результата с заданным эталоном.	-развитие двигательных качеств, ловкости, координации движений, выносливости. -волевая саморегуляция, контроль в форме сличения и его результата с заданным эталоном. -волевая саморегуляция, как способность к волевому усилию. - формирование социальной роли ученика. - формирование положительного отношения к учению.	-использование наглядных пособий эмоциональный подъем. -овладение базовыми предметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.	-построение продуктивной взаимопонимания. -потребность в общении с учителем. -умение слушать и вступать в диалог.	Комплекс 2
29		Строевые упражнения. Развитие силовых способностей.	1	Выполнение строевых упражнений. ОРУ с гимнастической палкой, упражнение на гимнастической скамейке. Развитие силовых способностей. Значение гимнастических упражнений на развитие гибкости.	Ученик научиться: - выполнять строевые упражнения Ученик получит возможность научиться: -выполнять ОРУ с гимнастической палкой.					Комплекс 2

№	Дата	Тема урока	Кол-во часов	Элементы содержания урока	Планируемые результаты (предметные)	Планируемые результаты (личностные и метапредметные)				Примечание д/з
						Характеристика деятельности				
						Личностные УУД	Регулятивные УУД	Познавательные УУД	Коммуникативные УУД	
30		Строевые упражнения. Силовые упражнения.	1	Строевые упражнения. Комплекс упражнений ритмической гимнастики. Силовые упражнения.	Ученик научиться: -выполнять строевые упражнения, выполнять силовые упражнения. Ученик получит возможность научиться: -выполнять комплекс упражнений ритмической гимнастики.	умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности,	развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности	овладение сведениями о роли и значении физической культуры в формировании целостной личности	умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками	Комплекс 2
31		Строевые упражнения. Значение гимнастических упражнений для развития гибкости.	1	Строевые упражнения. Комплекс упражнений без предметов. Значение гимнастических упражнений для развития гибкости.	Ученик научиться: - выполнять строевые упражнения, выполнять гимнастические упражнения для развития гибкости. Ученик получит возможность научиться: -выполнять комплекс упражнений без предметов, а также упражнения для развития гибкости.	задачи в учёбе и познавательной деятельности,		человека		Комплекс2

№	Дата	Тема урока	Кол-во часов	Элементы содержания урока	Планируемые результаты (предметные)	Планируемые результаты (личностные и метапредметные)				Примечание д\з
						Характеристика деятельности				
						Личностные УУД	Регулятивные УУД	Познавательные УУД	Коммуникативные УУД	
32		Строевые упражнения. Комплекс силовых упражнений.	1	Строевые упражнения. Силовые упражнения с использованием веса собственного тела и с использованием снарядов.	Ученик научиться: - выполнять строевые упражнения, выполнять силовые упражнения с использованием веса собственного тела с использованием снарядов. Ученик получит возможность научиться: -выполнять комплекс силовых упражнений.		овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления.	понимание физической культуры как средства организации и активного ведения здорового образа жизни	участвовать в диалоге на уроке, умение слушать и понимать других.	Комплекс 2
33		Строевые упражнения. Подтягивание в висе (лежа)	1	Выполнение команд: «Полшага!», «Полный шаг». Выполнение упражнений на технику. Подтягивание в висе(лежа)	Ученик научиться: -выполнять строевые упражнения под команду учителя. Ученик получит возможность научиться: - подтягиваться из положения вися.					Комплекс 2
34		Опорный прыжок. Эстафета с гимнастическим инвентарём.	1	Опорный прыжок. Согнув ноги (мальчики). Прыжок ноги врозь (девочки). ОРУ с предметами. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей.	Ученик научиться: - прыгать согнув ноги (м), ноги врозь(д) Ученик получит возможность научиться: -выполнять опорный прыжок.					Комплекс 2

№	Дата	Тема урока	Кол-во часов	Элементы содержания урока	Планируемые результаты (предметные)	Планируемые результаты (личностные и метапредметные)				Примечание д/з
						Характеристика деятельности				
						Личностные УУД	Регулятивные УУД	Познавательные УУД	Коммуникативные УУД	
35		Упражнения на гимнастической скамейке, перекладине.	1	Упражнения на снарядах: гимнастической стенке, перекладине. Эстафеты и игры с использованием гимнастических упражнений и инвентаря.	Ученик научиться: - выполнять упражнения на гимнастической скамейке, перекладине. Ученик получит возможность научиться: -выполнять упражнения на снарядах: гимнастической стенке, перекладине.	ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности,	умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности	выбирать наиболее эффективные способы решения задач.	владение умением вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности, находить компромиссы при принятии общих решений	Комплекс 2
36		Висы и упоры.	1	Упражнения в висах и упорах. Подтягивания и отжимание от пола.	Ученик научиться: - выполнять упражнения в висах и упорах, подтягиваться и отжиматься от пола. Ученик получит возможность научиться: -выполнять упражнения на перекладине.					Комплекс 2
37		Акробатические упражнения.	1	Освоение акробатических упражнений. ОРУ со скакалкой.	Ученик научиться: - выполнять акробатические упражнения, прыгать на скакалке. Ученик получит возможность научиться: -выполнять и составлять акробатические упражнения.					Комплекс 2

№	Дата	Тема урока	Кол-во часов	Элементы содержания урока	Планируемые результаты (предметные)	Планируемые результаты (личностные и метапредметные)				Примечание д/з
						Характеристика деятельности				
						Личностные УУД	Регулятивные УУД	Познавательные УУД	Коммуникативные УУД	
38		Кувырок вперед в стойку на лопатках. Кувырок назад.	1	Кувырок вперед в стойку на лопатках. Кувырок назад. Мост из положения стоя, без помощи	Ученик научиться: - выполнять акробатические упражнения. Ученик получит возможность научиться: -выполнять кувырок вперед, кувырок назад.	развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности	формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности,			Комплекс 2
39		Кувырок назад в полушпагат.	1	Кувырки назад в полушпагат. Комбинация на гимнастическом бревне (скамейке). Страховка.	Ученик научиться: - выполнять акробатические упражнения. Ученик получит возможность научиться: -выполнять кувырок назад в полушпагат и правильно выполнять комбинацию на гимнастическом бревне.					Комплекс 2
40		Строевые упражнения. «Мост» из положения стоя без помощи.	1	Выполнение команд: «Пол-оборота направо!» «Пол-оборота На-лево!». ОРУ. «Мост» из положения стоя без помощи. Приседания на одной ноге: 7 раз (м), 5 раз (д).	Ученик научиться: - выполнять строевые упражнения и выполнять «Мост» из положения стоя без помощи. Ученик получит возможность научиться: -выполнять строевые упражнения.					Комплекс 2

№	Дата	Тема урока	Кол-во часов	Элементы содержания урока	Планируемые результаты (предметные)	Планируемые результаты (личностные и метапредметные)				Примечание д/з
						Характеристика деятельности				
						Личностные УУД	Регулятивные УУД	Познавательные УУД	Коммуникативные УУД	
41		Акробатические упражнения.	1	Упражнения на гимнастической стенке, бревне, акробатические упражнения, упражнения в висах.	Ученик научиться: - выполнять акробатические упражнения. Ученик получит возможность научиться: -выполнять и составлять акробатические упражнения.					Комплекс 2
42		Эстафета с использованием гимнастических упражнений.	1	Эстафеты и игры с использованием гимнастических упражнений и инвентаря.	Ученик научиться: -выполнять задания с использованием гимнастических упражнений. Ученик получит возможность научиться: -сохранять правильную осанку, оптимальное телосложение					Комплекс 2
43		Развитие скоростно-силовых упражнений. Выполнение упражнений с обручами.	1	Выполнение комплекса ОРУ с обручем. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых упражнений.	Ученик научиться: - выполнять комплекс ОРУ с обручами. Ученик получит возможность научиться: -выполнять упражнения на развитие скоростно-силовых упражнений.					Комплекс 2

№	Дата	Тема урока	Кол-во часов	Элементы содержания урока	Планируемые результаты (предметные)	Планируемые результаты (личностные и метапредметные)				Примечание д\з
						Характеристика деятельности				
						Личностные УУД	Регулятивные УУД	Познавательные УУД	Коммуникативные УУД	
44		Подтягивание на перекладине.	1	Овладение организаторскими способностями: проведение комплексов ОРУ в движении с мячом. Подтягивания на перекладине.	Ученик научиться: -выполнять комплекс ОРУ в движении с мячом. Ученик получит возможность научиться: -выполнять подтягиваться на перекладине.					Комплекс 2
45		Развитие силовых способностей.	1	Развитие силовых способностей. Отжимания, упражнения с гантелями и набивными мячами.	Ученик научиться: -выполнять упражнения с гантелями и отжиматься. Ученик получит возможность научиться: -целенаправлено отбирать физические упражнения для индивидуальных занятий по развитию силовых качеств.					Комплекс 2
46		Акробатика.	1	Разучивание акробатической комбинации их 4-6 упражнений	Ученик научиться: - выполнять упражнения в комбинации. Ученик получит возможность научиться: -выполнять эстетически красиво гимнастические акробатические комбинации.					Комплекс 2

№	Дата	Тема урока	Кол-во часов	Элементы содержания урока	Планируемые результаты (предметные)	Планируемые результаты (личностные и метапредметные)				Примечание д/з
						Характеристика деятельности				
						Личностные УУД	Регулятивные УУД	Познавательные УУД	Коммуникативные УУД	
47		Акробатика.	1	Совершенствование акробатической комбинации из 4-6 упражнений.	Ученик научиться: -выполнять упражнения в комбинации Ученик получит возможность научиться: -выполнять эстетически красиво гимнастические и акробатические комбинации.					Комплекс 2
48		Акробатика.	1	Контроль акробатической комбинации из 4-6 упражнений.	Ученик научиться: - выполнять акробатические упражнения в комбинации. Ученик получит возможность научиться: -сохранять правильную осанку, организовать и проводить самостоятельные формы занятий.					Комплекс 2
Волейбол (18 ч)										
49		Инструктаж по ТБ на уроках по волейболу. Стойки и перемещения.	1	Техника безопасности на уроках по волейболу. Стойки и перемещения игрока. Передача мяча сверху двумя руками через сетку.	Ученик научиться: - играть в волейбол по упрощенным правилам. Ученик получит возможность научиться: -организовать и провести соревнования по волейболу по упрощенным правилам.	- познавательная деятельность. - формирование социальной роли	-развитие двигательных качеств, ловкости, координации движений, выносливости. -волевая саморегуляция, контроль в	-использование наглядных пособий эмоциональный подъем. -овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями,	-построение продуктивной взаимопонимания. -потребность в общении с учителем. -умение слушать и вступать в диалог.	Комплекс 3

№	Дата	Тема урока	Кол-во часов	Элементы содержания урока	Планируемые результаты (предметные)	Планируемые результаты (личностные и метапредметные)				Примечание д/з
						Характеристика деятельности				
						Личностные УУД	Регулятивные УУД	Познавательные УУД	Коммуникативные УУД	
50		Волейбол. Передача мяча сверху двумя руками в парах через сетку.	1	Терминология игры. Передача мяча сверху двумя руками в парах через сетку. Эстафеты.	Ученик научиться: - играть в волейбол по упрощенным правилам. Ученик получит возможность научиться: - организовать и судить соревнования по волейболу по упрощенным правилам.	ученика. - формирование положительного отношения к учению. -волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном.	форме сличения и его результата с заданным эталоном. -волевая саморегуляция, как способность к волевому усилию. - формирование социальной роли ученика. - формирование положительного отношения к учению.	отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.	умение работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов	Комплекс 3
51		Волейбол. Передача мяча сверху двумя руками в парах.	1	Стойки и перемещения игрока, передача мяча сверху двумя руками в парах, приём мяча снизу двумя руками.	Ученик научиться: - играть в волейбол по упрощенным правилам. Ученик получит возможность научиться: -выполнять упражнения в парах по волейболу.	ия, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном.	- формирование социальной роли ученика. - формирование положительного отношения к учению.			Комплекс 3
52		Волейбол. Нижняя прямая подача мяча.	1	Стойки и перемещения. Нижняя прямая подача, нападающий удар после подбрасывания партнёром.	Ученик научиться: - играть в волейбол по упрощенным правилам. Ученик получит возможность научиться: -выполнять подачу снизу, нападающий удар после подбрасывания партнёром.					Комплекс 3

№	Дата	Тема урока	Кол-во часов	Элементы содержания урока	Планируемые результаты (предметные)	Планируемые результаты (личностные и метапредметные)				Примечание д/з
						Характеристика деятельности				
						Личностные УУД	Регулятивные УУД	Познавательные УУД	Коммуникативные УУД	
53		Волейбол. Передача мяча над собой на месте, в движении.	1	Стойки и перемещения, передача мяча над собой на месте, в движении. Чередовать перемещения в стену с передачами над собой.	Ученик научиться: - передавать мяч над собой на месте и в движении. Ученик получит возможность научиться: -играть в волейбол по упрощенным правилам.	умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач	умение соотносить свои действия с планируемыми результатами	понимание физической культуры как средства организации и активного ведения здорового образа жизни	умение работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов	Комплекс 3
54		Волейбол. Нападающий удар после подбрасывания партнёром.	1	Подвижные игры с передачами мяча. Нападающий удар после подбрасывания партнёром. Нижняя прямая подача.	Ученик научиться: - нападающему удару после подбрасывания партнёром. Ученик получит возможность научиться: -играть в волейбол по упрощенным правилам.					Комплекс 3
55		Волейбол. Приём мяча снизу двумя руками после подачи.	1	Стойки и перемещения игрока. Приём мяча снизу двумя руками после подачи. Игра по упрощенным правилам.	Ученик научиться: - приёму мяча снизу двумя руками после подачи. Ученик получит возможность научиться: -играть в волейбол по упрощенным правилам.					Комплекс 3

№	Дата	Тема урока	Кол-во часов	Элементы содержания урока	Планируемые результаты (предметные)	Планируемые результаты (личностные и метапредметные)				Примечание д/з
						Характеристика деятельности				
						Личностные УУД	Регулятивные УУД	Познавательные УУД	Коммуникативные УУД	
56		Волейбол. Приём мяча снизу двумя руками на месте и после перемещения вправо, влево, вперед, назад.	1	Стоки и перемещения. Приём мяча снизу двумя руками на месте и после перемещения вправо, влево, вперед, назад. Имитация приёма мяча на месте и после перемещения.	Ученик научиться: - приёму мяча снизу двумя руками на месте и после перемещения вправо, влево, вперед, назад. Ученик получит возможность научиться: -играть в волейбол по упрощенным правилам.	овладение сведениями о роли и значении физической культуры в формировании целостной личности человека	: умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач	культуры как средства организации и активного ведения здорового образа жизни	умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками	Комплекс 3
57		Волейбол. Нижняя прямая подача мяча в парах на точность.	1	Стойки и перемещения. Техника нижней прямой подачи: подача мяча в стену, подача мяча в парах на точность, подача через сетку из-за лицевой линии.	Ученик научиться: -технике нижней прямой подачи ,а также подача в парах на точность. Ученик получит возможность научиться: - играть в волейбол по упрощенным правилам					Комплекс 3
58		Волейбол. Нижняя прямая подача через сетку из-за лицевой линии.	1	Стойки и перемещения. Нижняя прямая подача через сетку из-за лицевой линии. Игра по упрощенным правилам.	Ученик научиться: - нижней прямой подачи. Ученик получит возможность научиться: - играть в волейбол по упрощенным правилам					Комплекс 3

№	Дата	Тема урока	Кол-во часов	Элементы содержания урока	Планируемые результаты (предметные)	Планируемые результаты (личностные и метапредметные)				Примечание д/з
						Характеристика деятельности				
						Личностные УУД	Регулятивные УУД	Познавательные УУД	Коммуникативные УУД	
59		Волейбол. Игровые задания на укороченной площадке.	1	Игровые задания, способствующие совершенствованию подачи мяча: «Подай и попади», «Сумей принять», « Кто лучше подаст и примет мяч».	Ученик научиться: - применять подачи мяча в игровых заданиях. Ученик получит возможность научиться: - играть в волейбол по упрощенным правилам	понимание физической культуры как средства организации и активного ведения здорового образа жизни	овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления	умение соотносить свои действия с планируемыми результатами	умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками	Комплекс 3
60		Волейбол. Нападающий удар после подбрасывания партнером.	1	Стойки и перемещения. Нижняя прямая подача мяча. Нападающий удар после подбрасывания партнером.	Ученик научиться: - нападающему удару после подбрасывания партнером. Ученик получит возможность научиться: - играть в волейбол по упрощенным правилам.					Комплекс 3
61		Волейбол. Удар по летящему мячу стоя на месте и в прыжке.	1	Стойки и перемещения. Осваивать технику прямого нападающего удара. Удар по летящему мячу стоя на месте и в прыжке.	Ученик научиться: - осваивать технику прямого нападающего удара. Ученик получит возможность научиться: - играть в волейбол по упрощенным правилам					Комплекс 3

№	Дата	Тема урока	Кол-во часов	Элементы содержания урока	Планируемые результаты (предметные)	Планируемые результаты (личностные и метапредметные)				Примечание д/з
						Характеристика деятельности				
						Личностные УУД	Регулятивные УУД	Познавательные УУД	Коммуникативные УУД	
62		Волейбол. Комбинация из освоенных элементов (приём-передача-удар)	1	Стойки и перемещения. Комбинация из освоенных элементов(приём-передача - удар). Игра по упрощённым правилам.	Ученик научиться: - осваивать комбинацию из освоенных элементов(приём-передача-удар). Ученик получит возможность научиться: - играть в волейбол по упрощенным правилам	умение соотносить свои действия с планируемыми результатами	умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности	овладение сведениями о роли и значении физической культуры в формировании целостной личности человека	умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками	Комплекс 3
63	Февраль, 21 неделя	Волейбол. Освоить тактику игры.	1	Стойки и перемещения. Игра по упрощённым правилам. Освоить тактику игры.	Ученик научиться: - осваивать тактику игры в волейбол. Ученик получит возможность научиться: - играть в волейбол по упрощенным правилам					Комплекс 3
64	Февраль, 22 неделя	Волейбол. Тактика свободного нападения.	1	Тактика свободного нападения. Игра по упрощённым правилам. Совершенствовать технические элементы игры.	Ученик научиться: - тактике свободного нападения в волейболе. Ученик получит возможность научиться: - играть в волейбол по упрощенным правилам					Комплекс 3
65	Февраль, 22 неделя	Волейбол. Эстафета с элементами волейбольных упражнений.	1	Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. Эстафеты. Игра в мини-волейбол	Ученик научиться: - приему мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. Ученик получит возможность научиться: - играть в волейбол по упрощенным правилам					Комплекс 3

№	Дата	Тема урока	Кол-во часов	Элементы содержания урока	Планируемые результаты (предметные)	Планируемые результаты (личностные и метапредметные)				Примечание д/з
						Характеристика деятельности				
						Личностные УУД	Регулятивные УУД	Познавательные УУД	Коммуникативные УУД	
66		Волейбол. Эстафета с волейбольными мячами.	1	Передача мяча сверху двумя руками в парах и над собой. Эстафеты.	<p>Ученик научиться: - передачи мяча двумя руками в парах и над собой.</p> <p>Ученик получил возможность научиться: - играть в волейбол по упрощенным правилам</p>	<p>овладение сведениями о роли и значении физической культуры в формировании целостной личности человека</p>	<p>умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности</p>	<p>овладение сведениями о роли и значении физической культуры в формировании целостной личности человека</p>	<p>умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками</p>	Комплекс 3
Баскетбол (23 ч)										

№	Дата	Тема урока	Кол-во часов	Элементы содержания урока	Планируемые результаты (предметные)	Планируемые результаты (личностные и метапредметные)				Примечание д/з
						Характеристика деятельности				
						Личностные УУД	Регулятивные УУД	Познавательные УУД	Коммуникативные УУД	
67	Март, 23 неделя	Инструктаж по ТБ на уроках физической культуры по баскетболу. Правила игры.	1	ТБ на уроках физической культуры по баскетболу. Передвижения игрока. Повороты с мячом. Правила игры.	Ученик научиться: - передвижениям игрока, повороты с мячом. Ученик получит возможность научиться: - играть в баскетбол по упрощенным правилам.	- познавательная деятельность. - формирование социальной роли ученика. - формирование положительного отношения к учению. - волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эт	-развитие двигательных качеств, ловкости, координации движений, выносливости. -волевая саморегуляция, контроль в форме сличения и его результата с заданным эталоном. -волевая саморегуляция, как способность к волевому усилию. - формирование социальной роли ученика. - формирование положительного	-использование наглядных пособий эмоциональный подъем. -овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.	-построение продуктивной взаимопонимания. -потребность в общении с учителем. -умение слушать и вступать в диалог.	Комплекс 3
68		Баскетбол. Передача мяча двумя руками от груди на месте с пассивным сопротивлением защитника.	1	Остановка прыжком. Передача мяча двумя руками от груди на месте с пассивным сопротивлением защитника.	Ученик научиться: - передачи мяча двумя руками от груди на месте с пассивным сопротивлением защитника. Ученик получит возможность научиться: - играть в баскетбол по упрощенным правилам.					Комплекс 3
69		Баскетбол. Ведения мяча на месте со средней высотой отскока.	1	Ведения мяча на месте со средней высотой отскока. Развитие координационных способностей.	Ученик научиться: - ведением мяча на месте со средней высотой отскока. Ученик получит возможность научиться: -- играть в баскетбол по упрощенным правилам.					Комплекс 3

№	Дата	Тема урока	Кол-во часов	Элементы содержания урока	Планируемые результаты (предметные)	Планируемые результаты (личностные и метапредметные)				Примечание д/з
						Характеристика деятельности				
						Личностные УУД	Регулятивные УУД	Познавательные УУД	Коммуникативные УУД	
70	Март, 24 неделя	Баскетбол. Бросок мяча в движении двумя руками снизу.	1	Бросок мяча в движении двумя руками снизу. Развитие координационных способностей.	Ученик научиться: - бросать мяч в движении двумя руками снизу. Ученик получит возможность научиться: - играть в баскетбол по упрощенным правилам.	умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные,	о отношения к учению.	осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач	умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками	Комплекс 3
71	Март, 24 неделя	Баскетбол. Позиционное нападение с изменением позиций.	1	ОРУ с баскетбольным мячом, позиционное нападение с изменением позиций. Основы обучения и самообучения двигательным действиям.	Ученик научиться: - ОРУ с баскетбольным мячом. Ученик получит возможность научиться: - играть в баскетбол по упрощенным правилам.					Комплекс 3
72	Март, 24 неделя	Баскетбол. Бросок мяча двумя руками от головы с места с сопротивлением.	1	Баскетбол. ОРУ. Бросок мяча руками от головы с места с сопротивлением. Быстрый прорыв(2х1). Учебная игра.	Ученик научиться: - бросать мяч руками от головы с места с сопротивлением Ученик получит возможности научиться: - играть в баскетбол по упрощенным правилам.					Комплекс 3

№	Дата	Тема урока	Кол-во часов	Элементы содержания урока	Планируемые результаты (предметные)	Планируемые результаты (личностные и метапредметные)				Примечание дз
						Характеристика деятельности				
						Личностные УУД	Регулятивные УУД	Познавательные УУД	Коммуникативные УУД	
73	Март, 25 неделя	Баскетбол. Сочетание приёмов передвижений и остановок игрока. Бросок мяча двумя руками от головы с места с сопротивлением	1	ОРУ. Сочетание приёмов передвижений и остановок игрока. Бросок мяча двумя руками от головы с места с сопротивлением. Быстрый прорыв(2х1). Учебная игра.	Ученик научиться: - приёмам передвижений и остановок в игре баскетбол. Ученик получит возможность научиться: - играть в баскетбол по упрощенным правилам.	развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности и	умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности	понимание физической культуры как средства организации и активного ведения здорового образа жизни	умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками	Комплекс 3
74		Баскетбол. Передача мяча в тройках со сменой места.	1	Баскетбол. Передача мяча в тройках со сменой места. Быстрый прорыв(2х1). Учебная игра.	Ученик научиться: - передавать мяч в тройках со сменой места, быстрому прорыву(2х1) Ученик получит возможность научиться: - играть в баскетбол по упрощенным правилам.					Комплекс 3
75	Март, 25 неделя	Баскетбол. Бросок мяча в движении одной рукой от плеча с сопротивлением.	1	ОРУ. Бросок мяча в движении одной рукой от плеча с сопротивлением. Развитие координационных способностей. Правила игры в баскетбол.	Ученик научиться: - бросать мяч в движении одной рукой от плеча с сопротивлением Ученик получит возможность научиться: -- играть в баскетбол по упрощенным правилам.					Комплекс 3

№	Дата	Тема урока	Кол-во часов	Элементы содержания урока	Планируемые результаты (предметные)	Планируемые результаты (личностные и метапредметные)				Примечание д/з
						Характеристика деятельности				
						Личностные УУД	Регулятивные УУД	Познавательные УУД	Коммуникативные УУД	
76	Март, 26 неделя	Баскетбол. Штрафной бросок.	1	Овладевать техникой бросков мяча со штрафной линии. Броски одной и двумя руками с места и в прыжке. Игра в баскетбол по упрощённым правилам.	Ученик научиться: - технике бросков мяча со штрафной линии, броски одной и двумя руками с места и в прыжке. Ученик получит возможность научиться: -- играть в баскетбол по упрощённым правилам.	развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности и	умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности	понимание физической культуры как средства организации и активного ведения здорового образа жизни	умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками	Комплекс 3
77		Баскетбол. Бросок в движении одной рукой от плеча после ведения с пассивным сопротивлением.	1	ОРУ в движении. Бросок в движении одной рукой от плеча после ведения с пассивным противодействием. Игра в баскетбол по упрощённым правилам.	Ученик научиться: -броску мяча в движении одной рукой от плеча после ведения с пассивным противодействием. Ученик получит возможность научиться: - играть в баскетбол по упрощённым правилам.					Комплекс 3
78		Баскетбол. Техника индивидуального вырывания и выбивания мяча на месте.	1	Освоить индивидуальную технику. Вырывание и выбивание мяча на месте. Игра в баскетбол по упрощённым правилам.	Ученик научиться: - вырывать и выбивать мяч на месте. Ученик получит возможность научиться: - играть в баскетбол по упрощённым правилам.					Комплекс 4

№	Дата	Тема урока	Кол-во часов	Элементы содержания урока	Планируемые результаты (предметные)	Планируемые результаты (личностные и метапредметные)				Примечание д\з
						Характеристика деятельности				
						Личностные УУД	Регулятивные УУД	Познавательные УУД	Коммуникативные УУД	
79	Апрель, 27 неделя	Баскетбол. Техника индивидуального выбивания, перехвата мяча при ведении.	1	Техника индивидуального выбивания, перехвата мяча при ведении. Игра в баскетбол по упрощённым правилам.	Ученик научиться: - технике индивидуального выбивания, перехвата мяча при ведении Ученик получит возможность научиться: - играть в баскетбол по упрощённым правилам.	овладение сведениями о роли и значении физической культуры в формировании целостной личности человека	владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности	понимание физической культуры как средства организации и активного ведения здорового образа жизни	: умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками	Комплекс 4
80		Закрепление техники перемещений, ловли, передачи и броска мяча.	1	Закрепление техники перемещения, ловли, передачи и броска мяча. Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди». Учебная игра.	Ученик научиться: - техники перемещения, ловли, передачи и броски мяча. Ученик получит возможность научиться: - играть в баскетбол по упрощённым правилам.					Комплекс 4
81		Баскетбол. Комплексно развивать психомоторные способности.	1	ОРУ с мячами. Комплексно развивать психомоторные способности. Учебная игра.	Ученик научиться: - выполнить ОРУ с мячами Ученик получит возможность научиться: - играть в баскетбол по упрощённым правилам.					Комплекс 4
82		Апрель, 28 неделя	Баскетбол. Эстафета с элементами баскетбола. Учебная игра.	1	ОРУ. Эстафета с элементами баскетбола. Учебная игра. Развитие координационных способностей.					Ученик научиться: - выполнять эстафету с элементами баскетбола. Ученик получит возможность научиться: - играть в баскетбол по упрощённым правилам.

№	Дата	Тема урока	Кол-во часов	Элементы содержания урока	Планируемые результаты (предметные)	Планируемые результаты (личностные и метапредметные)				Примечание д/з
						Характеристика деятельности				
						Личностные УУД	Регулятивные УУД	Познавательные УУД	Коммуникативные УУД	
83	Апрель, 28 неделя	Баскетбол. Бросок мяча в движении одной рукой от плеча. Игровые задания 3х2.	1	Сочетание приема передвижений и остановок. Бросок мяча в движении одной рукой от плеча. Игровые задания 3х2.	Ученик научиться: - бросать мяч в движении одной рукой от плеча. Ученик получит возможность научиться: - играть в баскетбол по упрощенным правилам.	овладение сведениями о роли и значении физической культуры в формировании целостной личности человека	умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности	овладение сведениями о роли и значении физической культуры в формировании целостной личности человека	умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками	Комплекс 4
84		Баскетбол. Бросок мяча в движении одной рукой от плеча с сопротивлением. Учебная игра.	1	ОРУ. Бросок мяча в движении одной рукой от плеча с сопротивлением. Игровые задания 2х2, 3х2. Учебная игра.	Ученик научиться: - бросать мяч в движении одной рукой от плеча с сопротивлением Ученик получит возможность научиться: - играть в баскетбол по упрощенным правилам.					Комплекс 4
85		Баскетбол. Бросок мяча двумя руками от головы с места с сопротивлением.	1	Бросок мяча двумя руками от головы с места с сопротивлением. Учебная игра. Развитие координационных способностей	Ученик научиться: - броску мяча двумя руками от головы с места с сопротивлением Ученик получит возможность научиться: - играть в баскетбол по упрощенным правилам.					Комплекс 4
86		Баскетбол. Сочетание приёмов передвижений и остановок. Игровые задания(2х2,3х3)	1	ОРУ. Сочетание приёмов передвижений и остановок. Игровые задания(2х2,3х3)	Ученик научиться: -выполнять игровые задания. Ученик получит возможность научиться: - играть в баскетбол по упрощенным правилам.					Комплекс 4

№	Дата	Тема урока	Кол-во часов	Элементы содержания урока	Планируемые результаты (предметные)	Планируемые результаты (личностные и метапредметные)				Примечание д/з
						Характеристика деятельности				
						Личностные УУД	Регулятивные УУД	Познавательные УУД	Коммуникативные УУД	
87	Апрель, 29 неделя	Баскетбол. Нападение быстрым прорывом(2х1,3х1). Развитие координационных способностей.	1	ОРУ. Нападение быстрым прорывом(2х1,3х1). Штрафной бросок. Игровые задания3х1. Развитие координационных способностей.	Ученик научиться: - выполнять нападение быстрым прорывом и штрафному броску. Ученик получит возможность научиться: -- играть в баскетбол по упрощенным правилам.	развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности и	умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности,	понимание физической культуры как средства организации и активного ведения здорового образа жизни	умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками	Комплекс 4
88		Баскетбол. Передача мяча со сменой места. Игровые задания (3х1).	1	Баскетбол. ОРУ. Передача мяча со сменой места. Игровые задания (3х1). Учебная игра. Развитие координационных способностей	Ученик научиться: - передаче мяча со сменой места. Ученик получит возможность научиться: -- играть в баскетбол по упрощенным правилам.					Комплекс 4
89		Баскетбол. Сочетание приёмов ведения, передачи, броска мяча.	1	ОРУ. Сочетание приёмов ведения, передачи, броска мяча. Штрафной бросок. Учебная игра.	Ученик научиться: - применять приёмы ведения ,броска мяча. Ученик получит возможность научиться: -- играть в баскетбол по упрощенным правилам.					Комплекс 4
Легкая атлетика (13 ч)										

№	Дата	Тема урока	Кол-во часов	Элементы содержания урока	Планируемые результаты (предметные)	Планируемые результаты (личностные и метапредметные)				Примечание д/з
						Характеристика деятельности				
						Личностные УУД	Регулятивные УУД	Познавательные УУД	Коммуникативные УУД	
90	Апрель, 30 неделя	Инструктаж по ТБ на уроках физической культуры по лёгкой атлетике. Спринтерский бег.	1	ТБ на уроках по лёгкой атлетике. ОРУ. СБУ. Высокий старт 20-40 метров.	Ученик научиться: - бегать с максимальной скоростью. Ученик получит возможность научиться: -спринтерскому бегу с высокого и низкого старта.	- формирование социальной роли ученика. - формирование положительного отношения к учению. - ценностно-смысловая ориентация, смыслообразование.	-волевая саморегуляция как способность к волевому усилию. -оценка и саморегуляция. - формирование социальной роли ученика. - формирование положительного отношения к учению.	-овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. -наблюдение и моделирование -выбор наиболее эффективных способов выполнения заданий. -обеспечение тренирующего эффекта. -формирование физиологических механизмов произвольных движений.	-потребность в общении с учителем. -умение слушать и вступать в диалог. -сотрудничество. -кооперация. -управление поведением партнёра.	Комплекс 4
91		Лёгкая атлетика. Высокий старт с переходом на ускорение 50-60 м.	1	ОРУ. СБУ. Техника спринтерского бега, высокий старт с переходом на ускорение 50-60 м.	Ученик научиться: - бегать с максимальной скоростью. Ученик получит возможность научиться: -технике спринтерского бега.	-волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном.	-приучение детей «слушать вас глазами». -волевая саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном. - познавательная	-обеспечение тренирующего эффекта. -формирование физиологических механизмов произвольных движений. -подведение под понятие «адаптационные возможности организма при увеличении нагрузки»		Комплекс 4
92	Май, 31 неделя	Лёгкая атлетика. Бег по дистанции с высокого старта (50-60м)	1	ОРУ. СБУ. Бег по дистанции (50-60 метров) Эстафетный бег 3-5х 20-30м; бег с ходу. Челночный бег.	Ученик научиться: -бегать СБУ. Ученик получит возможность научиться: -бегать по дистанции с высокого старта.					Комплекс 4
93		Лёгкая атлетика. Низкий старт и стартовый разгон.	1	ОРУ. СБУ. Низкий старт и стартовый разгон. Развитие скоростных качеств.	Ученик научиться: - бегать с максимальной скоростью. Ученик получит возможность научиться: -выполнять низкий старт и стартовый разгон.					Комплекс 4

№	Дата	Тема урока	Кол-во часов	Элементы содержания урока	Планируемые результаты (предметные)	Планируемые результаты (личностные и метапредметные)				Примечание д/з
						Характеристика деятельности				
						Личностные УУД	Регулятивные УУД	Познавательные УУД	Коммуникативные УУД	
94	Май, 32 неделя	Легкая атлетика. Финиширование. Эстафетный бег, передача эстафетной палочки.	1	ОРУ. СБУ. Бег на результат(60 м, с) максимальной скоростью. Эстафетный бег, передача эстафетной палочки. Развитие скоростных качеств.	Ученик научиться: - бегать с максимальной скоростью. Ученик получит возможность научиться: -выполнять финишировать, передавать эстафетную палочку.	формирование социальной роли ученика.	я деятельность учащихся в последовательности упражнений. волевая саморегуляция как способность к волевому усилию. -оценка и саморегуляция	саморегуляция, контроль в форме сличения способа действия и его результата с заданным эталоном.	умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками	Комплекс 4
95		Легкая атлетика. Эстафетный бег (круговая эстафета)	1	ОРУ. СБУ. Эстафетный бег (круговая эстафета)	Ученик научиться: - бегать с максимальной скоростью. Ученик получит возможность научиться: -пробегать эстафетный бег.					Комплекс 4
96	Май, 32 неделя	Лёгкая атлетика. Бег с разных положений (под уклон, в гору)	1	ОРУ. СБУ. Бег под уклон 3-5х20-30м; бег в гору 2-3х20-30м, спортивные игры (футбол)	Ученик научиться: - бегать с максимальной скоростью. Ученик получит возможность научиться: -бегать с разных положений.					Комплекс 4
97	Май, 33 неделя	Легкая атлетика. Прыжок в длину с места.	1	ОРУ с мячами. СБУ. Прыжок в длину с места. Спортивная игра (футбол).	Ученик научиться: - прыгать в длину с места. Ученик получит возможность научиться: -выполнять ОРУ с мячами.					Комплекс 4

№	Дата	Тема урока	Кол-во часов	Элементы содержания урока	Планируемые результаты (предметные)	Планируемые результаты (личностные и метапредметные)				Примечание д/з
						Характеристика деятельности				
						Личностные УУД	Регулятивные УУД	Познавательные УУД	Коммуникативные УУД	
98		Легкая атлетика. Челночный бег 3x10м. Прыжок в длину с места.	1	ОРУ со скакалками. СБУ. Челночный бег 3x10. Прыжок в длину с места.	Ученик научиться: - бегать с максимальной скоростью и прыгать в длину с места. Ученик получит возможность научиться: -выполнять ОРУ со скакалками.	осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;	умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;	овладение сведениями о роли и значении физической культуры в формировании целостной личности человека	умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками	Комплекс 4
99		Легкая атлетика. Метание мяча горизонтальную цель.	1	ОРУ. СБУ. Метание мяча в горизонтальную цель с расстояния 10-12 метров.	Ученик научиться: -метать мяч на дальность с расстояния 10-12 метров. Ученик получит возможность научиться: -вести дневник самонаблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью.	осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;	умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;	овладение сведениями о роли и значении физической культуры в формировании целостной личности человека	умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками	Комплекс 4
100	Май, 34 неделя	ТБ на уроках физической культуры по кроссовой подготовке. Бег 16 минут.	1	ТБ на уроках физической культуры по кроссовой подготовке. Бег 16 мин. ОРУ. Понятие о темпе бега, выполнения упражнения.	Ученик научиться: - бегать в равномерном темпе 16 минут. Ученик получит возможность научиться: -пробежать дистанцию в равномерном темпе в течении 16 минут.	осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;	умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;	овладение сведениями о роли и значении физической культуры в формировании целостной личности человека	умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками	Комплекс 4

№	Дата	Тема урока	Кол-во часов	Элементы содержания урока	Планируемые результаты (предметные)	Планируемые результаты (личностные и метапредметные)				Примечание д/з
						Характеристика деятельности				
						Личностные УУД	Регулятивные УУД	Познавательные УУД	Коммуникативные УУД	
10 1		Бег в равномерном темпе 18 минут.	1	Бег в равномерном темпе 18 минут. ОРУ. Спортивная игра (футбол). Понятие о ритме выполнения упражнения.	Ученик научиться: - бегать в равномерном темпе 18 минут. Ученик получит возможность научиться: - контролировать режимы нагрузок по внешним признакам, самочувствию и показателем ЧСС	овладение сведениями о роли и значении физической культуры в формировании	умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя	овладение сведениями о роли и значении физической культуры .	умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками	Комплекс 4
10 2		Бег с преодолением горизонтальных препятствий.	1	ОРУ. Бег 20 минут с преодолением горизонтальных препятствий.	Ученик научиться: - бегать в равномерном темпе. Ученик получит возможность научиться: - пробегать дистанцию с преодолением горизонтальных препятствий.	целостной личности человека	новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности			Комплекс 4

