

Муниципальное казенное общеобразовательное учреждение
«Раскатихинская средняя общеобразовательная школа»

**Рабочая программа
основного общего образования
по физической культуре
для обучающихся 5 класса**

(является частью основной образовательной программы основного общего образования,
принятой педагогическим советом от 30.08.2021 № 1 и утвержденной приказом директора от
30.08.2021, № 26/2д)

Составили учителя:

Шмелёв Игорь Сергеевич

Квалификационная категория: первая

Раскатиха, 2021 год

Пояснительная записка

Программа по физической культуре для 5 класса разработана в соответствии:

- с требованиями федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования. - М.: Просвещение, 2011);
- учебной программы «Комплексная программа физического воспитания учащихся 5 классов» (В. И. Лях, А. А. Зданевич. - М.: Просвещение, 2010);
- с авторской программой «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов» (В. И. Лях, А. А. Зданевич. - М.: Просвещение, 2010):

Цели и задачи реализации программы

Формирование личности, готовой к активной творческой самореализации в пространстве общечеловеческой культуры, — главная цель развития отечественной системы школьного образования. Как следствие, каждая образовательная область Базисного учебного плана ориентируется на достижение этой главной цели.

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 (городские, малокомплектные и сельские школы);
- 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, самостоятельных занятиях физическими упражнениями.

Распределение учебного времени прохождения программного материала по физической культуре в 5 классе

№ п/п	Тема	Кол-во часов
1.	Основы знаний по физической культуре	6
2.	Тема «Спортивные игры» (42 часа): «Баскетбол», «Волейбол»	24 18
3.	Гимнастика с основами акробатики	18
4.	Легкая атлетика	21
5.	Лыжная подготовка	15
	Итого	102

План - сетка годового планирования программного материала по физической культуре в 5 классе

Четверть	Вид программного материала					
	Основы знаний по физической культуре	Легкая атлетика	Волейбол	Баскетбол	Гимнастика с основами акробатики	Лыжная подготовка
I четверть	Уроки №12, 21	Уроки № 1-11	Уроки № 22-27	Уроки № 13-20		
II четверть				Уроки № 46-48	Уроки № 28-45	
III четверть	Уроки № 49, 63, 72		Уроки № 51,54,57, 60, 66, 69	Уроки № 73-78		Уроки №50,52-53, 55-56, 58-59, 61-62, 64-65, 67-68, 70-71
IV четверть	Урок № 92	Уроки № 93-102	Уроки № 85-91	Уроки № 79-84		

Описание места учебного предмета в учебном плане

Согласно Базисному учебному плану на обязательное изучение всех учебных тем программы отводится 945 ч, из расчета 3 ч в неделю с V по IX класс. Вместе с тем, чтобы у учителей физической культуры были условия для реализации их творческих программ и инновационных разработок, индивидуальных педагогических технологий и подходов, программа предусматривает выделение определенного объема учебного времени — 20 % (70 часов) от объема времени, отводимого на изучение раздела «Физическое совершенствование».

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного предмета

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

Требования к результатам изучения учебного предмета выполняют двоякую 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 основную школу.

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

Личностные результаты освоения предмета физической культуры

Личностные результаты отражаются в индивидуальных качественных свойствах учащихся, которые приобретаются в процессе освоения учебного предмета «Физическая культура». Эти качественные свойства проявляются, прежде всего, в положительном отношении учащихся к занятиям двигательной (физкультурной) деятельностью, накоплении необходимых знаний, а также в умении использовать ценности физической культуры для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей, достижения личностно значимых результатов в физическом совершенстве.

Личностные результаты могут проявляться в разных областях культуры.

В области познавательной культуры:

- владение знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности, о соответствии их возрастным и половым нормативам;
- владение знаниями об особенностях индивидуального здоровья и о функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний и перенапряжения средствами физической культуры;
- владение знаниями по основам организации и проведения занятий физической культурой оздоровительной и тренировочной направленности, составлению содержания занятий в соответствии с собственными задачами, индивидуальными особенностями физического развития и физической подготовленности.

В области нравственной культуры:

- способность управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой, игровой и соревновательной деятельности;
- способность активно включаться в совместные физкультурно-оздоровительные и спортивные мероприятия, принимать участие в их организации и проведении;
- владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время совместных занятий физической культурой и спортом, разрешать спорные проблемы на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим.

В области трудовой культуры:

- умение планировать режим дня, обеспечивать оптимальное сочетание нагрузки и отдыха;
- умение проводить туристские пешие походы, готовить снаряжение, организовывать и благоустраивать места стоянок, соблюдать правила безопасности;
- умение содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование, спортивную одежду, осуществлять их подготовку к занятиям и спортивным соревнованиям.

В области эстетической культуры:

- красивая (правильная) осанка, умение ее длительно со-хранять при разнообразных формах движения и пере движений;

- хорошее телосложение, желание поддерживать его в рамках принятых норм и представлений посредством занятий физической культурой;
- культура движения, умение передвигаться красиво, легко и непринужденно.

В области коммуникативной культуры:

- владение умением осуществлять поиск информации по вопросам развития современных оздоровительных систем, обобщать, анализировать и творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой;
- владение умением достаточно полно и точно формулировать цель и задачи совместных с другими детьми занятий физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельностью, излагать их содержание;
- владение умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, находить адекватные способы поведения и взаимодействия с партнерами во время учебной и игровой деятельности.

В области физической культуры:

- владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений (ходьба, бег, прыжки, лазанья и др.) 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.

Метапредметные результаты освоения физической культуры

Метапредметные результаты характеризуют уровень сформированности качественных универсальных способностей учащихся, проявляющихся в активном применении знаний и умений в познавательной и предметно-практической деятельности. Приобретенные на базе освоения содержания предмета «Физическая культура», в единстве с освоением программного материала других образовательных дисциплин, универсальные способности потребуются как в рамках образовательного процесса (умение учиться), так и в реальной повседневной жизни учащихся.

Метапредметные результаты проявляются в различных областях культуры.

В области познавательной культуры:

- понимание физической культуры как явления культуры, способствующего развитию целостной личности человека, сознания и мышления, физических, психических и нравственных качеств;
- понимание здоровья как важнейшего условия саморазвития и самореализации человека, расширяющего свободу выбора профессиональной деятельности и обеспечивающего долгую сохранность творческой активности;

- понимание физической культуры как средства организации здорового образа жизни, профилактики вредных привычек и девиантного (отклоняющегося) поведения.

В области нравственной культуры:

- бережное отношение к собственному здоровью и здоровью окружающих, проявление доброжелательности и отзывчивости к людям, имеющим ограниченные возможности и нарушения в состоянии здоровья;
- уважительное отношение к окружающим, проявление культуры взаимодействия, терпимости и толерантности в достижении общих целей при совместной деятельности;
- ответственное отношение к порученному делу, проявление осознанной дисциплинированности и готовности отстаивать собственные позиции, отвечать за результаты собственной деятельности.

В области трудовой культуры:

- добросовестное выполнение учебных заданий, осознанное стремление к освоению новых знаний и умений, качественно повышающих результативность выполнения заданий;
- рациональное планирование учебной деятельности, умение организовывать места занятий и обеспечивать их безопасность;
- поддержание оптимального уровня работоспособности в процессе учебной деятельности, активное использование занятий физической культурой для профилактики психического и физического утомления.

В области эстетической культуры:

- восприятие красоты телосложения и осанки человека в соответствии с культурными образцами и эстетическими канонами, формирование физической красоты с позиций укрепления и сохранения здоровья;
- понимание культуры движений человека, постижение жизненно важных двигательных умений в соответствии с их целесообразностью и эстетической привлекательностью;
- восприятие спортивного соревнования как культурно-массового зрелищного мероприятия, проявление адекватных норм поведения, неантагонистических способов общения и взаимодействия.

В области коммуникативной культуры:

- владение культурой речи, ведение диалога в доброжелательной и открытой форме, проявление к собеседнику внимания, интереса и уважения;
- владение умением вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности, находить компромиссы при принятии общих решений;
- владение умением логически грамотно излагать, аргументировать и обосновывать собственную точку зрения, доводить ее до собеседника.

В области физической культуры:

- 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.

Предметные результаты освоения физической культуры

Предметные результаты характеризуют опыт учащихся в творческой двигательной деятельности, который приобретается и закрепляется в процессе освоения учебного предмета «Физическая культура». Приобретаемый опыт проявляется в знаниях и способах двигательной деятельности, умениях творчески их применять при решении практических задач, связанных с организацией и проведением самостоятельных занятий физической культурой.

Предметные результаты, так же как и метапредметные, проявляются в разных областях культуры.

В области познавательной культуры:

- знания по истории и развитию спорта и олимпийского движения, о положительном их влиянии на укрепление мира и дружбы между народами;
- знание основных направлений развития физической культуры в обществе, их целей, задач и форм организации;
- знания о здоровом образе жизни, его связи с укреплением здоровья и профилактикой вредных привычек, о роли и месте физической культуры в организации здорового образа жизни.

В области нравственной культуры:

- способность проявлять инициативу и творчество при организации совместных занятий физической культурой, доброжелательное и уважительное отношение к занимающимся, независимо от особенностей их здоровья, физической и технической подготовленности;
- умение оказывать помощь занимающимся при освоении новых двигательных действий, корректно объяснять и объективно оценивать технику их выполнения;
- способность проявлять дисциплинированность и уважительное отношение к сопернику в условиях игровой и соревновательной деятельности, соблюдать правила игры и соревнований.

В области эстетической культуры:

- способность организовывать самостоятельные занятия физической культурой по формированию телосложения и правильной осанки, подбирать комплексы физических упражнений и режимы физической нагрузки в зависимости от индивидуальных особенностей физического развития;
- способность организовывать самостоятельные занятия по формированию культуры движений, подбирать упражнения координационной, ритмической и пластической направленности, режимы физической нагрузки в зависимости от индивидуальных особенностей физической подготовленности;

- способность вести наблюдения за динамикой показателей физического развития и осанки, объективно оценивать их, соотнося с общепринятыми нормами и представлениями.

В области физической культуры:

- 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.

Учащиеся должны демонстрировать

Физические способности	Физические упражнения	Мальчики			Девочки		
		«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
Скоростные	Бег 60м с высокого старта с опорой на руку, с.	10,2	10,8	11,4	10,4	10,9	11,6
Скоростно-силовые	Прыжок в длину с места, см.	195	160	140	185	150	130
Выносливость	Бег 2000 м, мин.	Без учета времени					
Координационные	Челночный бег 3x10м, с	8,5	9,3	9,7	8,9	9,7	10,1
Гибкость	Наклон вперед из положения сидя, см	10	6	2	15	8	4
Силовые	Подтягивание, количество раз	6	4	1	19	10	4

Формирование УУД

№	Раздел (содержание)	Учебные действия	Универсальные учебные действия
1.	Спортивные игры	Совершенствовать навыки игровых умений; Понимание правил игры; Знать и применять правила безопасности при игровых ситуациях; Взаимодействовать с партнером и командой; Наблюдать за соблюдением правил игры; Формулировать высказывания своего мнения; Разрешать спорные игровые ситуации	Личностные УУД Ценностно-смысловая ориентация учащихся, - Действие смыслообразования, - Нравственно-этическое оценивание Коммуникативные УУД - Умение выражать свои мысли, - Разрешение конфликтов, постановка вопросов. - Управление поведением партнера: контроль, коррекция. - Планирование сотрудничества с учителем и сверстниками. - Построение высказываний в соответствии с условиями коммуниции. Регулятивные УУД - Целеполагание, - волевая саморегуляция, коррекция, оценка качества и уровня усвоения. - Контроль в форме сличения с эталоном. - Планирование промежуточных целей с учетом результата.
2	Гимнастика с элементами Акробатики. (построения и перестроения, общеразвивающие упражнения с предметами и без них; лазание и акробатические упражнения).	Уметь выполнять упражнения по образцу; Применять правила безопасности при выполнении упражнений; Выполнять перестроения в строю; Следить за самочувствием при физических нагрузках; Контролировать режимы нагрузки на организм. Подбирать комплекс упражнений для утренней гимнастики и самостоятельных занятий. Применять правила личной гигиены и требования к спортивной одежде	Познавательные универсальные действия: Общеучебные: - Умение структурировать знания, - Выделение и формулирование учебной цели. - Поиск и выделение необходимой информации - Анализ объектов; - Синтез, как составление целого из частей - Классификация объектов
3	Легкоатлетические упражнения (бег, метание, прыжки).	Выполнять упражнения соответствующие возрасту; Уметь взаимодействовать в команде при проведении эстафет с элементами легкой атлетики; Наблюдать за правильностью выполнения упражнений; Выполнять требования правил безопасности при занятиях физической культурой; Применять правила личной гигиены и требования к спортивной одежде.	
4	Лыжная подготовка. (простейшие правила обращения с лыжным инвентарем, основные строевые приемы с лыжами).	Выполнять требования правил безопасности при занятиях физической культурой на лыжах; Применять правила личной гигиены и требования к спортивной одежде для занятий на воздухе; Передвигаться на лыжах скользящим шагом с палками и без них; Владеть способами поворотов на лыжах; Совершенствовать навыки взаимопомощи и взаимодействия с одноклассниками; Применять простейшие правила обращения с лыжами; Выполнять основные строевые приемы с лыжами.	

Календарно-тематическое планирование 5 класс

№ п/ п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
Легкая атлетика (11 часов)								
1.	ИОТ при проведении занятий по легкой атлетике. Техника высокого старта.	1 нед сент		Ознакомление учеников с техникой безопасности во время занятий физической культурой, обучение технике высокого старта, стартового разгона	Высокий старт (до 10-15 м), бег с ускорением (30-40 м). Встречная эстафета. Специальные беговые упражнения; развитие скоростных качеств. Подвижная игра «Бег с флажками». Инструктаж по ТБ	Изучают историю легкой атлетики. Рассказывают ТБ. Выполняют бег с максимальной скоростью 30м.	Р: целеполагание: формулировать и удерживать учебную задачу; планирование –выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. П: общеучебные: использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. К: инициативное сотрудничество –ставить вопросы, обращаться за помощью	Смыслообразование– адекватная мотивация учебной деятельности. Нравственно-этическая ориентация – умение избегать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
2	Спринтерский бег. Высокий старт (до 10-15 м).	2 нед сент		Повторение техники высокого старта. Бег по дистанции (40-50.м). Специальные беговые упражнения. ОРУ. Эстафеты линейные. Развитие скоростных качеств. Измерение результатов.	Высокий старт (до 10-15 м), бег с ускорением (40-50 м), специальные беговые упражнения, развитие скоростных возможностей. Круговая эстафета. Влияние л/а упражнений на здоровье	Выполняют бег с максимальной скоростью 30м.	Р: целеполагание: формулировать и удерживать учебную задачу. П: общеучебные: использовать общие приемы решения поставленных задач. К: инициативное сотрудничество ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – формулировать собственное мнение	Смыслообразование– адекватная мотивация учебной деятельности (социальная, внешняя)

№ п/ п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
3	Бег 30м. Специальны е беговые упражнения Тестирован ие - бег 30м.	2 нед сент		Повторение техники высокого старта. Финиши- рование. Специ- альные беговые упражнения, ОРУ. Эстафеты линей- ные, передача палочки. Проведение тестирования по бегу 30м	Высокий старт (до 10-15 м), бег по дистанции, специальные беговые упражнения, раз- витие скоростных возможностей. Встречная эс- тафета	Выполняют бег с максимальной скоростью 30м.	Р: планирование: выбирать дей- ствия в соответствии с постав- ленной задачей и условиями ее реализации. П: обще учебные – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. К: инициативное сотру- дничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; про- являть активность во взаимодействии для решения коммуникативных за-дач.	Нравственно- этическая ориентация – умение не создава ть конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
4.	Спринтерск ий бег. Финиширов ание. Передача эстафетной палочки.	2 нед сент		Повторение техники высокого старта. Финиши- рование. Специ- альные беговые упражнения, ОРУ. Эстафеты линей- ные, передача палочки. Старты из различных положений.	Высокий старт (до 10-15 м), бег с ускорением (50-60 м), финиширова- ние, специальные беговые упражне- ния, развитие скоростных воз- можностей. Эстафетный бег. Передача эста- фетной палочки	Выполняют бег с максимальной скоростью 60м.	Р: целеполагание: формулирова ть и удерживать учебную задачу. П: общеучебные контролиро- вать и оценивать процесс и результат деятельности. К: инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – формулировать собственное мнение и позицию	Смыслообразов- ание– адекватная мотивация учебно й деятельности. Нравственно- этическая ориентация – умение не создава ть конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
5.	Бег 60 м на результат. Подвижная игра «Разведчик и и	3 нед сент		Учет результата по бегу на (60 м). Специальные беговые упражнения. ОРУ. Провести	Бег на результат (60 м). Специальные беговые упражнения, развитие	Выбирают индивидуальн ый режим физической нагрузки, контролируют	Р: планирование применять уст ановленные правила в планировании способа решения задачи. П: общеучебные контролируют ь и оценивать процесс в ходе	Смыслообразова- ние– мотивация, самооценка на ос- нове критериев ус- пешной учебной деятельности.

№ п/ п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	часовые».			эстафеты, подвижную игру «Разведчики и часовые»	скоростных возможностей. Подвижная игра «Разведчики и часовые»	ее по частоте сердечных сокращений.	выполнения упражнений. К: планирование учебного сотрудничества - задавать вопросы, обращаться за помощью.	Нравственно- этическая ориен- тация – навыки сотрудничества в разных ситуациях,
6.	Прыжок в длину способом «согнув ноги» с 7-9 шагов разбега. Метание малого мяча.	3 нед сент		Обучение отталкивания в прыжке в длину способом «согнув ноги», прыжок с 7-9 шагов разбега. Ознакомление с техникой метания мяча в горизонтальную и вертикальную цель (1 x 1) с 8-10 м, терминологией прыжков в длину	Обучение отталкивания в прыжке в длину способом «согнув ноги», прыжок с 7-9 шагов разбега. Метание малого мяча в горизон- тальную цель (1 x 1) с 5-6 м. ОРУ в движении. Под- вижная игра «По- пади в мяч». Спе- циальные беговые упражнения.	Применяют прыжковые упражнения.	Р: контроль и самоконтроль – отличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона. П: общеучебные выбирать наиб олее эффективные способы решения задач. К: планирование учебного сотрудничества –задавать вопросы, обращаться за помощью; определять общую цель и пути ее достижения	Самоопределение – осознание ответ- ственности за общее благополу- чие, готовность следов ать нормам здоровье сберегающего поведения
7.	Прыжок в длину с 7-9 шагов. Метание мяча на дальность. Тестирован ие – подтягиван ие.	3 нед сент		Обучение подбора разбега. Прыжок с 7-9 шагов разбега. Метание малого мяча в верти- кальную цель (1 x 1) с 5-6 м. ОРУ. Специальные беговые упражне- ния. Подвижная	Обучение подбора разбега. Прыжок с 7-9 шагов разбега. Метание малого мяча в верти- кальную цель (1 x 1) с 5-6 м. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Подвижная игра	Применяют прыжковые упражнения. Соблюдают правила безопасности при метании..	Р: планирование – определять общую цель и пути ее достижения; <i>прогнозирование</i> – предвосхищать результат. П: общеучебные выбирать наиб олее эффективные способы решения задач; Контролировать и оценивать процесс в результате своей деятельности. К: инициативное	Смыслообразова- ние– самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности. Нравственно- этическая ориентация – проявление доброжелательнос

№ п/ п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
				игра «Кто дальше бросит». Проведение тестирования по подтягиванию.	«Кто дальше бросит». Развитие скоростно-силовых качеств		сотрудничество – формулировать свои затруднения	ти
8.	Прыжок в длину с 7- 9 шагов. Метание мяча на дальность.	4 нед сент		Повторение техники прыжка в длину с 7-9 шагов, метания теннисного мяча на заданное расстояние. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростно-силовых качеств. Ознакомление с правилами соревнований по прыжкам.	Прыжок с 7-9 шагов разбега. Приземление. Метание малого мяча в вертикальную цель (1 х 1) с 5-6 м. ОРУ в движении. Специальные беговые упражнения. Подвижная игра «Метко в цель». Развитие скоростно-силовых качеств	Выполняют прыжок в длину с разбега; метают мяч в мишень и на дальность.	Р: контроль и самоконтроль – различать способ и результат действия; прогнозирование– предвосхищать результаты. П: общеучебные ориентироваться в разнообразии способов решения задач; самостоятельно создавать ход деятельности при решении проблем. К: взаимодействие формулировать собственное мнение, слушать собеседника; управление коммуникацией разрешать конфликты на основе учета интересов и позиции всех участников	Нравственно-этическая ориентация – навыки сотрудничества в разных ситуациях
9.	Оценка техники выполнения прыжка в длину с разбега. Метание мяча.	4 нед сент		Выполнение прыжка в длину с 7-9 шагов на результат. Совершенствование метания теннисного мяча в горизонтальную цель (1 х 1) с 5-6 м. Ознакомление	Прыжок в длину с 7-9 шагов разбега. Метание малого мяча в горизонтальную цель (1 х 1) с 5-6 м. ОРУ. Специальные беговые упражнения.	Выполняют прыжок в длину с разбега; метают мяч в мишень и на дальность.	Р: <i>целеполагание</i> - преобразовывать практическую задачу в образовательную. П: <i>общеучебные</i> осознанно строить сообщения в устной форме. К: <i>взаимодействующие</i> - задавать вопросы, формулировать свою позицию	<i>Самоопределение</i> – осознание ответственности за общее благополучие, готовность следовать нормам здорового сберегающего поведения

№ п/ п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
				с правилами соревнований в метании.	Развитие скоростно-силовых качеств.			
10	Бег на средние дистанции. Тестирование – бег 1000 м	4 нед сент		Выполняют бег по дистанции. Подвижные игры «Салки». Развитие выносливости. Проведение тестирования по бегу 1000 м	Бег в равномерном темпе. Бег 1000 м. ОРУ. Развитие выносливости. Подвижные игра «Салки»	Выбирают индивидуальный режим физической нагрузки, контролируют ее по частоте сердечных сокращений.	Р: <i>планирование</i> – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации П: <i>общеучебные</i> – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. К: <i>инициативное сотрудничество</i> слушать учителя, вести диалог, строить монологические высказывания	<i>Самоопределение</i> – осознание своей этнической принадлежности. <i>Нравственно-этическая ориентация</i> – уважительное отношение к истории и культуре других народов
11	Бег 1000 м на результат.	5 нед сент		Выполняют бег 1000 м на результат. Мальчики: 5.00; 5.30; 6.00. Девочки: 5.30; 6.00; 6.20.	Бег в равномерном темпе. Бег 1000 м. ОРУ. Развитие выносливости. Подвижная игра «Салки маршем»	Выбирают индивидуальный режим физической нагрузки, контролируют ее по частоте сердечных сокращений.	Р: <i>целеполагание</i> формулировать и удерживать учебную задачу; <i>планирование</i> – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. П: <i>общеучебные</i> использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. К: <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью	<i>Смыслообразование</i> – адекватная мотивация учебной деятельности. <i>Нравственно-этическая ориентация</i> – умение избегать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций

№ п/ п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
Знания о физической культуре								
12	История физической культуры. ИОТ при проведении занятий по баскетболу. Стойка и передвижения игроков.	5 нед сент		Ознакомиться с историей физической культуры, историческими сведениями о древних Олимпийских играх и особенностях их проведения, видами состязаний и правилами проведения древних Олимпийских игр, известными участниками и победителями в древних Олимпийских играх, правилами ТБ при игре в баскетбол.	Мифы и легенды о зарождении Олимпийских игр в древности. Исторические сведения о древних Олимпийских играх и особенностях их проведения. Виды состязаний и правила проведения древних Олимпийских игр. Известные участники и победители в древних Олимпийских играх. Правила ТБ при игре в б/б.	Овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);	Р: <i>целеполагание</i> -преобразовывать практическую задачу в образовательную. П: <i>общеучебные</i> осознанно строить сообщения в устной форме. К: <i>взаимодействующие</i> - задавать вопросы, формулировать свою позицию	<i>Самоопределение</i> – осознание ответственности за общее благополучие, готовность следовать нормам здорового сберегающего поведения
Спортивные игры. Баскетбол (8 часов)								
13	Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте в парах. Тестирован	5 нед сент		Ознакомление с правилами техники безопасности по баскетболу. Стойки и передвижения игрока. Ведение мяча на месте. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте. Остановка прыжком. Ловля	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте в парах.	Изучают историю баскетбола. Овладевают основными приёмами игры в баскетбол. Соблюдают	Р: <i>планирование:</i> выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее решения. П: <i>общеучебные:</i> узнавать, называть и определять объекты и явления в соответствии с содержанием учебного материала.	Самоопределение – готовность следовать нормам здорового сберегающего поведения

№ п/ п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	ие – прыжок в длину с места.			мяча двумя руками от груди на месте в парах. Правила игры в баскетбол.	Терминология баскетбола	правила безопасности.	К: <i>планирование учебного сотрудничества</i> – определять общую цель и пути ее достижения; договариваться о распределении функций в совместной деятельности	
14	Ведение и передача мяча двумя руками от груди в движении. Игра по упрощенным правилам.	1 нед окт		Повторение стойки и передвижений игрока, ведения мяча на месте с разной высотой отскока, остановки прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте в парах. Игра в мини-баскетбол.	Ведение мяча на месте с разной высотой отскока. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте в парах. Игра в мини-баскетбол.	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.	Р: <i>целеполагание</i> – удерживать учебную задачу; <i>осуществление учебных действий</i> – использовать речь для регуляции своего действия; <i>коррекция</i> – вносить изменения в способ действия. П: <i>общеучебные</i> – ориентироваться в разнообразии способов решения задач. К: <i>инициативное сотрудничество</i> – проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных и познавательных задач.	<i>Нравственно-этическая ориентация</i> – уважительное отношение к чужому мнению. <i>Самоопределение</i> – самостоятельность и личная ответственность за свои поступки, установка на здоровый образ жизни
15	Оценка техники стойки и передвижений игрока. Бросок двумя руками от головы с	1 нед окт		Оценка техники стойки и передвижений игрока. Игра в мини-баскетбол. Бросок двумя руками от головы с места. Развитие координационных	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте с разной высотой отскока. Остановка прыжком. Бросок двумя руками от головы с места. Игра в	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя	Р: <i>осуществление учебных действий</i> – выполнять учебные действия в материализованной форме П: <i>общеучебные</i> – ставить и формулировать проблемы. К: <i>инициативное сотрудничество</i> – задавать вопросы, проявлять активность	<i>Самоопределение</i> – готовность и способность к саморазвитию

№ п/ п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	места.			способностей.	мини-баскетбол.	ошибки.		
16	Передача мяча двумя руками от груди в движении. Игра 2х2. Тестирование - поднимание туловища за 30 сек.	1 нед окт		Повторение стойки и передвижений игрока, остановки прыжком, сочетания приемов ведения, передачи, броска, правил игры в баскетбол. Ловля мяча двумя руками от груди на месте в парах с шагом. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных способностей.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте правой (левой) рукой. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте в парах с шагом. Игра в мини-баскетбол. Решение задач игровой и соревновательной деятельности с помощью двигательных действий.	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Освоить технику ведения мяча.	Р: <i>целеполагание</i> преобразовывать практическую задачу в образовательную; <i>контроль и самоконтроль</i> – использовать установленные правила в контроле способа решения задачи. П: <i>общеучебные</i> -выбирать наиболее эффективные решения поставленной задачи. К: <i>взаимодействие</i> – формулировать собственное мнение и позицию	<i>Нравственно-этическая ориентация</i> – навыки сотрудничества в разных ситуациях
17	Ловля мяча двумя руками от груди на месте в парах с шагом. Тестирование – наклон вперед, стоя	2 нед окт		Повторение стойки и передвижений игрока, ведения мяча на месте правой (левой) рукой. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте в парах с шагом., правил игры в баскетбол. Проведение	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте правой (левой) рукой. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте в парах с шагом. Игра в мини-баскетбол. Правила	Уметь выполнять различные варианты ведения мяча.	Р: <i>контроль и самоконтроль</i> – различать способ и результат действия; <i>прогнозирование</i> – предвосхищать результаты. П: <i>обще учебные</i> – ориентироваться в разнообразии способов решения задач; самостоятельно создавать ход деятельности при решении проблем. К: <i>взаимодействие</i> – формулировать собственное мнение, слушать собеседника; разрешать конфликты на основе	<i>Самоопределение</i> самостоятельность и личная ответственность за свои поступки. <i>Смыслообразование:</i> самооценка на основе критериев успешности учебной деятельности

№ п/ п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
				тестирования	соревнований.		учета интересов участников	
18	Остановка двумя шагами. Бросок двумя руками от головы после ловли мяча.	2 нед окт		Повторение стоек и передвижений игрока, ведения мяча в движении шагом. Остановка двумя шагами. Ловля мяча двумя руками от груди на месте в круге. Бросок двумя руками от головы после ловли мяча. Игра в мини-баскетбол.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча в движении шагом. Остановка двумя шагами. Ловля мяча двумя руками от груди на месте в круге. Бросок двумя руками от головы после ловли мяча. Игра в мини-баскетбол.	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.	Р: <i>целеполагание</i> формулировать и удерживать учебную задачу. П: <i>общеучебные</i> использовать общие приемы решения задач. К: <i>инициативное сотрудничество</i> ставить вопросы и обращаться за помощью	<i>Смыслообразование</i> – адекватная мотивация учебной деятельности (социальная, учебно-познавательная, внешняя)
19	Оценка техники ведения мяча на месте. Игра в мини-баскетбол.	2 нед окт		Оценка техники ведения мяча на месте. Остановка двумя шагами. Ловля мяча двумя руками от груди на месте в круге. Бросок двумя руками от головы после ловли мяча. Игра в мини-баскетбол.	Ведение мяча в движении шагом. Остановка двумя шагами. Ловля мяча двумя руками от груди на месте в круге. Бросок двумя руками от головы после ловли мяча. Игра в мини-баскетбол.	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.	Р: <i>целеполагание</i> – удерживать познавательную задачу и применять установленные правила. П: <i>общеучебные</i> контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. К: <i>управление коммуникацией</i> – осуществлять взаимный контроль	<i>Нравственно-этическая ориентация</i> – умение не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
20	Ведение мяча с	3 нед окт		Повторить ведение мяча с	Ведение мяча с изменением	Описывают технику	Р: <i>коррекция</i> – вносить коррективы в выполнение	<i>Смыслообразование</i> – адекватная

№ п/ п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	изменением скорости. Бросок двумя руками снизу в движении.			изменением скорости. Бросок двумя руками снизу в движении.	скорости. Ловля мяча двумя руками от груди в квадрате. Бросок двумя руками снизу в движении. Игра в мини-баскетбол	изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.	правильных действий упражнений; сличать способ действия с заданным эталоном. П: <i>обще учебные</i> – ставить и формулировать проблемы; выбирать наиболее эффективные способы решения задач. К: <i>инициативное сотрудничество</i> – обращаться за помощью; строить монологическое высказывание, вести устный диалог	мотивация учебной деятельности (социальная, учебно-познавательная, внешняя)
Знания о физической культуре								
21	Физическое развитие человека. Основные показатели физического развития.	3 нед окт		Ознакомиться с основными показателями физического развития.	Осанка как показатель физического развития; основные ее характеристики и параметры (положение головы и тела, форма спины и стопы); основные факторы, влияющие на форму осанки	Овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры	Р: <i>целесолагание</i> -преобразовывать практическую задачу в образовательную. П: <i>общеучебные</i> осознанно строить сообщения в устной форме. К: <i>взаимодействующие</i> - задавать вопросы, формулировать свою позицию	<i>Самоопределение</i> – осознание ответственности за общее благополучие, готовность следовать нормам здорового сберегающего поведения
Спортивные игры. Волейбол. (6 часов)								
22	ИОТ при проведении занятий по	3 нед окт		Ознакомить со стойками и передвижениями	Стойка игрока. Передвижения в стойке. Передача	Изучают историю волейбола.	Р.: уважительно относиться к партнеру. П.: моделировать технику	Организовывать совместные занятия

№ п/ п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	волейболу. Стойки и передвижен ия игрока.			игроки, передачей мяча сверху двумя руками в парах и над собой, техникой безопасности по волейболу. Играть по упрощенным правилам.	мяча двумя руками сверху вперед. Эстафета с элементами волейбола. Техника безо- пасности при игре в волейбол.	Овладевают основными приемами игры в волейбол.	игровых действий и приемов. К.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технических действий волейбола.	волейболом со сверстниками. Определять уровень скоростно-силовой выносливости.
23	Передача мяча двумя руками сверху вперед.	4 нед окт		Повторить стойки и передвижения игрока, передачи мяча двумя руками сверху вперед. Под- вижная игра «Пасовка волейболистов»	Передвижения в стойке. Передача мяча двумя руками сверху вперед. Под- вижная игра «Пасовка волейболистов»	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятель но	Р.: уважительно относиться к сопернику и управлять своими эмоциями. П.: моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игрой деятельности. К.: взаимодействовать со свер- стниками в процессе совмест- ного освоения технических действий волейбола.	<i>Нравственно- этическая ориентация</i> – навыки сотрудничества в разных ситуациях, умение не созда- вать конфликтных ситуаций и нахо- дить выходы
24	Передачи мяча сверху двумя руками.	4 нед окт		Повторить передачи мяча двумя руками сверху над собой и вперед. Провести встречные эстафеты.	Передача мяча двумя руками сверху над собой и вперед. Встречные эстафеты.	Уметь демонстриро- вать технику приема и передачи мяча	Р.: использовать игру волейбол в организации активного отдыха. П.: моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий. К.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения	<i>Смыслообразова- ние</i> – самооценка на- основе критериев успешной учебной деятельности

№ п/ п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
							технических действий волейбола.	
25	Передача мяча сверху двумя руками в парах и тройках через зону, через сетку. Игра.	4 нед окт		Совершенствовать передачи мяча сверху двумя руками в парах и тройках через зону, через сетку, прием мяча снизу двумя руками в парах через зону и через сетку, нижнюю прямую подачу мяча. Провести эстафеты.	Стойка игрока. Передвижения в стойке. Передача мяча двумя руками сверху над собой и вперед. Встречные эстафеты. Подвижная игра с элементами в/б «Летучий мяч»	Осуществлять судейство игры. Демонстрировать технику передачи мяча двумя руками сверху.	Р: оценка –устанавливать соответствие полученного результата поставленной цели. П: общеучебные – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; осознанно и произвольно строить сообщения в устной и письменной форме. К: планирование учебного сотрудничества – задавать вопросы, строить высказывание	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения
26	Прием мяча снизу двумя руками в парах в зоне и через зону. Игра.	5 нед окт		Совершенствовать прием мяча снизу двумя руками в парах в зоне и через зону, Провести эстафеты, игру по упрощенным правилам.	Стойка игрока. Передвижения в стойке. Передача мяча двумя руками сверху на месте и после передачи вперед. Встречные и линейные эстафеты. Подвижная игра с элементами в/б «Летучий мяч».	Описывать технику игровых действий и приемов волейбола.	Р: <i>коррекция</i> – вносить необходимые дополнения и изменения в план действий. П: <i>общеучебные</i> –осознанно и произвольно строить сообщения в устной форме. К: <i>планирование учебного сотрудничества</i> - определять общую цель и пути ее достижения	<i>Самоопределение</i> – готовность и способность обучающихся само развитию

№ п/ п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
27	Нижняя прямая подача мяча. Игра по упрощен- ным правилам.	5 нед окт		Повторить передачи мяча сверху двумя руками в парах, тройках через зону и в зоне, через сетку. Разучить ниж- нюю прямую по- дачу мяча. Про- вести эстафеты, игру по упрощен- ным правилам.	Стойка игрока. Передвижения в стойке. Передача мяча двумя руками сверху на месте и после передачи вперед. Встречные и линейные эстафеты с передачами мяча. Подвижные игры с элементами в/б.	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятель- но.	Р: <i>прогнозирование</i> предвидеть возможности получения конкретного результата при решении задачи. П: <i>информационные</i> – получать и обрабатывать информацию; <i>общеучебные</i> – ставить и формулировать проблемы. К: <i>взаимодействие</i> – формулировать собственное мнение и позицию	<i>Нравственно- этическая ориентация</i> – навыки сотрудничества в разных ситуациях, умение не создава- ть конфликтных ситуаций и находи- ть выходы
Гимнастика (18 часов)								
28	ИОТ при проведении занятий по гимнастике. Висы. Строевые упражнения .	2 нед нояб		Разучить вис согнувшись, вис прогнувшись (м.), смешанные висы (д.). Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре дроблением и сведением. ОРУ на месте.	Перестроение из колонны по одно- му в колонну по четыре дроблени- ем и сведением. ОРУ на месте. Вис согнувшись, вис прогнувшись (м.), смешанные висы (д.). Значе- ние гимнасти- ческих упражне- ний для сохране- ния правильной осанки. Instruc- таж по ТБ.	Соблюдают Т.Б. Изучают историю гимнастики. Различают строевые команды, чётко выполняют строевые приёмы.	Р: <i>целеполагание</i> преобразовыв- ать практическую задачу в обра- зовательную. П: <i>общеучебные</i> –осознанно строить сообщения в устной форме. К: <i>инициативное сотрудничество</i> – формулировать свои затруднения	<i>Самоопределение</i> – начальные навыки адаптации в изменении ситуации поставленных задач

№ п/ п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
29	Вис согнувшись, вис прогнувшись (м.), смешанные висы (д.).	2 нед нояб		Повторить, вис прогнувшись (м.), смешанные висы (д.). Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре дроблением и сведением. ОРУ на месте без предметов.	Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре дроблением и сведением. ОРУ на месте. Вис согнувшись, вис прогнувшись (м.), смешанные висы (д.). Подтягивания в висе. Подвижная игра «Светофор»	Различают строевые команды, чётко выполняют строевые приёмы.	Р: <i>контроль и самоконтроль</i> – осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату. П: <i>общеучебные</i> – ставить, формулировать и решать проблемы. К: <i>взаимодействие</i> – задавать вопросы, строить понятные для партнера высказывания	<i>Самоопределение</i> – принятие образа «хорошего ученика»
30	Строевые упражнения . Подтягивания в висе.	2 нед нояб		Повторить строевые упражнения. Провести учет подтягивания в висе.	Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре дроблением и сведением. ОРУ в движении. Вис согнувшись, вис прогнувшись (м.), смешанные висы (д.). Подтягивания в висе. Подвижная игра «Фигуры». Эстафета «Веревочка под ногами».	Различают строевые команды, чётко выполняют строевые приёмы. Повторяют подъем переворотом в упор, сед ноги врозь (м.), вис лежа, вис присев (д.).	Р: <i>контроль и самоконтроль</i> – осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату. П: <i>общеучебные</i> – ставить, формулировать и решать проблемы. К: <i>взаимодействие</i> – задавать вопросы, строить понятные для партнера высказывания	<i>Самоопределение</i> – принятие образа «хорошего ученика»

№ п/ п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
31	Вис лежа, вис присев. Развитие силовых способностей.	3 нед нояб		Повторить строевые упражнения, вис лежа, вис присев.	Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре дроблением и сведением. ОРУ в движении. Вис согнувшись, вис прогнувшись (м.), смешанные висы (д.). Подтягивания в висе. Подвижная игра «Фигуры». Эстафета «Веревочка под ногами».	Различают строевые команды, чётко выполняют строевые приёмы. Повторяют подъем переворотом в упор, сед ноги врозь (м.), вис лежа, вис присев (д.).	Р: <i>контроль и самоконтроль</i> – осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату. П: <i>общеучебные</i> – ставить, формулировать и решать проблемы. К: <i>взаимодействие</i> – задавать вопросы, строить понятные для партнера высказывания	Формирование установок на безопасный, здоровый образ жизни
32	Выполнение комбинации из разученных элементов. Строевые упражнения	3 нед нояб		Выполнение комбинации из разученных элементов. Строевые упражнения	Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре дроблением и сведением. ОРУ на месте. Вис согнувшись, вис прогнувшись (м.), смешанные висы (д.). Подтягивания в висе. Подвижная игра «Прыжок за прыжком».	Повторяют сед ноги врозь (м.), вис лежа, вис присев (д.).	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. -овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества.	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения

№ п/ п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
33	Оценка техники выполнения висов. Подтягивания в висе.	3 нед нояб		Оценка техники выполнения висов. Подтягивания в висе.	Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре дроблением и сведением. ОРУ на месте. Вис согнувшись, вис прогнувшись (м.), смешанные висы (д.). Подтягивания в висе. Развитие силовых способностей	Уметь демонстрировать технику выполнения упражнений. Подъем переворотом в упор. Сед ноги врозь (м.). Вис лежа. Вис присев (д.). Выполнение подтягивания в висе.	Р. - волевая саморегуляция, коррекция, оценка качества и уровня усвоения, контроль в форме сличения с эталоном. П. - умение структурировать знания, К. - планирование сотрудничества с учителем и сверстниками.	Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
34	Опорный прыжок. Вскок в упор присев. Соскок прогнувшись.	4 нед нояб		Разучить: прыжок ноги врозь (козел в ширину, высота 100-110 см). ОРУ в движении.	Перестроение из колонны по два в колонну по одному с разведением и слиянием по восемь человек в движении. ОРУ с гимнастическими палками. Вскок в упор присев. Соскок прогнувшись.	Выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корригирующих упражнений, учитывающих индивидуальные способности и особенности, состояние здоровья	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; - развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах

№ п/ п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
35	Строевые упражнения . Вскок в упор присев. Соскок прогнувшись.	4 нед нояб		Повторить прыжок ноги врозь (козел в ширину, высота 100-110 см). Провести эстафеты, упражнения на гимнастической скамейке.	Подвижная игра «Удочка». Развитие силовых способностей Подвижная игра «Прыжки по полоскам».	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма.	Р. - формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности; К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение	Формирование установок на безопасный, здоровый образ жизни; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки
36	Прыжок ноги врозь. Строевые упражнения .	4 нед нояб		Повторить прыжок ноги врозь. Выполнение комплекса с гимнастическими палками. Развитие скоростно-силовых способностей.	Перестроение из колонны по два и колонну по одному с разведением и слиянием по восемь человек в движении, ОРУ с гимнастическими палками. Прыжок ноги врозь. Подвижная игра «Кто обгонит?».	Овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка)	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение.	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; - развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах

№ п/ п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
37	Прыжок ноги врозь. Развитие силовых способностей.	5 нед нояб		Повторить прыжок ноги врозь, перестроение из колонны по четыре в колонну по одному с разведением и слиянием по восемь человек в движении. Развитие скоростно-силовых способностей	Перестроение из колонны по четыре в колонну по одному с разведением и слиянием по восемь человек в движении. ОРУ с мячами. Прыжок ноги врозь. Подвижная игра «Прыгуны и пятнашки». Развитие силовых способностей	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма.	Р. - формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности; К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение	Формирование установок на безопасный, здоровый образ жизни; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки
38	Опорный прыжок. Развитие силовых способностей.	5 нед нояб		Повторить прыжок ноги врозь. Выполнение комплекса с обручем, упражнений на гимнастической скамейке. Развитие скоростно-силовых способностей	Перестроение из колонны по четыре в колонну по одному с разведением и слиянием по восемь человек в движении. ОРУ с мячами. Прыжок ноги врозь. Подвижная игра «Удочка». Развитие силовых способностей.	Овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка)	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение.	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; - развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах

№ п/ п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
39	Опорный прыжок. Перестроения.	1 нед дек		Оценить выполнение техники прыжка ноги врозь	Перестроение из колонны по два и по четыре в колонну по одному с разведением и слиянием по восемь человек в движении. ОРУ с мячами. Прыжок ноги врозь. Подвижная игра «Кто обгонит?». Развитие силовых способностей.	Уметь демонстрировать выполнение прыжка ноги врозь, выполнение комплекса ОРУ с обручем.	Р. - формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности; К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение	Формирование установок на безопасный, здоровый образ жизни; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки
Акробатика. Лазание. (6 часов).								
40	Акробатика. Кувырок вперед.	2 нед дек		Повторить кувырки вперед, строевой шаг, повороты на месте.	Строевой шаг. Повороты на месте. Кувырок вперед. Эстафеты. ОРУ в движении. Развитие координационных способностей.	Описывают технику акробатических упражнений. Составляют акробатические комбинации из числа разученных упражнений.	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. -овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение.	Смыслообразование– самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности.

№ п/ п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
41	Кувырок вперед. Развитие координаци онных спо собностей.	2 нед дек		Совершенство вать кувырок вперед. Лазание по канату в три приема. Развитие коорди национных способностей.	Строевой шаг. Повороты на месте. Кувырок вперед. Подвижная игра «Два лагеря». ОРУ в движении. Развитие координационных способностей.	Описывают технику акробатическ их упражнений. Составляют акробатиче ские комбинации из числа разученных упражнений	Р.- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- определять наиболее эффективные способы достижения результата; К.- осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих	Самоопределение – готовность и способность обучающихся к саморазвитию
42	Кувырки вперед и назад.	2 нед дек		Совершенство вать кувырок вперед и назад. Лазание по канату в три приема.	Строевой шаг. Повороты на месте. Кувырки вперед и назад. ОРУ в движении. Подвижная игра «Смена капитана». Развитие координационных способностей	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентирован ных на разви тие основных физических качеств, повышение функциональ ных возможностей основных систем организма.	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. -овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение.	Смыслообразован ие– самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности.

№ п/ п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
43	Стойка на лопатках. ОРУ с набивным мячом.	3 нед дек		Научиться составлять комбинацию из разученных приемов. Комбинация ОРУ с мячом. Лазание по канату в два приема. Развитие координационных способностей.	Строевой шаг. Повороты в движении. Кувырки вперед и назад. Подвижная игра «Бездомный заяц». ОРУ с набивным мячом. Развитие координационных способностей	Формирование умений выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корригирующих упражнений, учитывающих индивидуальные способности и особенности, состояния здоровья	Р.- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- определять наиболее эффективные способы достижения результата; К.- осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих	Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
44	Стойка на лопатках. Кувырки вперед и назад.	3 нед дек		Выполнение комбинации из разученных элементов. Выполнение комбинации ОРУ с мячом. Лазание по канату в два приема.	Строевой шаг. Повороты в движении. Кувырки вперед и назад. Стойка на лопатках. Подвижная игра «Челнок». ОРУ с набивным мячом. Развитие координационных способностей	Формирование умений выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корригирующих упражнений	Р.- формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; П.- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими связи между объектами и процессами, К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение	Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
45	Оценка тех-	3 нед		Оценка техники	Строевой шаг.	Расширение	Р. - овладение способностью	Смыслообразование

№ п/ п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	ники выполнения кувырков, стойки па лопатках.	дек		выполнения кувырков, стойки па лопатках.	Повороты в движении. Кувырки вперед и назад. Стойка на лопатках. Эстафеты с обручем. ОРУ в движении.	двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма.	принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. -овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение.	ие– самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности.
Баскетбол (3 часа)								
46	Баскетбол. Сочетание приемов: ведения, передач и бросков снизу в движении.	4 нед дек		Научиться выполнять сочетание приемов: ведения, передач и бросков снизу в движении. Развитие координационных способностей.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча с изменением скорости. Ловля мяча двумя руками от груди в квадрате. Бросок двумя руками снизу в движении. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных качеств	Овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениям и из базовых видов спорта, умением использовать их в игровой деятельности	Р.-определять наиболее эффективные способы достижения результата; П.-овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; К.- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
47	Позиционное нападение (5 : 0) без изменения позиции игроков. Игра в мини-баскетбол.	4 нед дек		Научиться выполнять позиционное нападение (5 : 0) без изменения позиции игроков. Игра в мини-баскетбол.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча с изменением скорости. Бросок двумя руками снизу в движении. Позиционное нападение (5 : 0) без изменения позиции игроков. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных качеств.	Овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениям и из базовых видов спорта,	Р.-формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; П.- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими связи между объектами и процессами, К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение	Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств
48	Бросок двумя руками снизу в движении после ловли мяча. Оценка техники ведения мяча с изменением направления.	4 нед дек		Оценка техники ведения мяча с изменением направления. Совершенствовать бросок двумя руками снизу в движении после ловли мяча.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками снизу в движении после ловли мяча. Позиционное нападение (5 : 0) без изменения позиции игроков.	Овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениям и из базовых видов спорта, умением использовать их игровой и соревновательной	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. -овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения

№ п/ п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
					Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных качеств	деятельности	поведение.	
Знания о физической культуре (1 час)								
49	Режим дня, его основное содержание и правила планирования. ИОТ при проведении занятий по лыжной подготовке.	2 нед янв		Изучают историю лыжного спорта. Соблюдают правила, чтобы избежать травм при ходьбе на лыжах. Правила соблюдения режима дня, его основное содержание и правила планирования.	Режим дня, его основное содержание и правила планирования. ИОТ при проведении занятий по лыжной подготовке.	Изучают историю лыжного спорта. Соблюдают правила, чтобы избежать травм при ходьбе на лыжах. Правила соблюдения режима дня, его основное содержание и правила планирования.	Р.-определять наиболее эффективные способы достижения результата; П.-овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; К.- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
Лыжная подготовка (9 часов). Волейбол (4 часа)								
50	Попеременный душажный ход. Повороты в движении.	2 нед янв		Повторить повороты в движении. Попеременный душажный ход. Пройти дистанцию 2 км -	Повороты в движении. Техника попеременного душажного хода. Дистанция 2 км с равномерной	Описывают технику изучаемых лыжных ходов, осваивают их самостоятельно	Р.- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- определять наиболее эффективные способы	Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и

№ п/ п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
				с равномерной скоростью.	скоростью.	но.	достижения результата; К.- осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих	находить выходы из спорных ситуаций
51	Волейбол. Передача мяча двумя руками сверху.	2 нед янв		Повторить стойки игрока, передвижения в стойке, передачи мяча двумя руками сверху на месте и после передачи вперед.	Стойка игрока. Передвижения в стойке. Передача мяча двумя руками сверху на месте и после передачи вперед. Встречные и ли- нейные эстафеты с передачами мяча.	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентирован- ных на разви- тие основных физических качеств, по- вышение функциональ- ных возможностей организма.	Р.-формирование умения понимать причины успеха/не- успеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; П. - овладение базо- выми предметными и межпред- метными понятиями, отражаю- щими связи между объектами и процессами, К.- умение формулировать, аргументиро- вать и отстаивать своё мнение	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
52	Повороты переступани- ем в движении. Оценка выпол- нения техники поперемен- ного	3 нед янв		Повторить повороты переступанием в движении. Оценка выполнения техники попеременного двухажного хода. Развитие скоростной	Попеременный двухажный ход. Пройти дистанцию 2 км (переменно 1 км со средней скоростью, 1 км равномерно.)	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентирован- ных на разви- тие основных физических качеств, повышение	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществ- ления; П. -овладение базовыми предметными и межпредмет- ными понятиями, отражающи- ми существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения

№ п/ п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	двушажного хода.			выносливости.		функциональ ных возможностей организма	взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение.	
53	Одновремен ный одношажны й и бесшажный ходы.	3 нед янв		Совершенствоват ь технику одновременного одношажного и бесшажного ходов. Дистанцию 2 км	Техника одновременного одношажного и бесшажного ходов. Развитие скоростной выносливости.	Описывают технику изучаемых лыжных ходов, осваивают их самостоятель но.	Р.-определять наиболее эффективные способы достижения результата; П.- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; К.- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
54	Волейбол. Прием мяча снизу двумя руками над собой. Оценка тех- ники пере- дачи мяча двумя руками сверху.	3 нед янв		Оценка техники передачи мяча двумя руками сверху. Совершенствоват ь прием мяча снизу двумя руками над собой.	Стойка игрока. Передвижения в стойке. Передача мяча двумя руками сверху на месте и после передачи вперед. Прием мяча снизу двумя руками над собой. Эстафеты. Игра в мини- волейбол	Уметь демонстриро- вать технику одновремен- ных ходов на учебном кругу.	Р.- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- определять наиболее эффективные способы достижения результата; К.- осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих	Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
55	Одновремен	4 нед		Разучить спуски и	Совершенство-	Расширение	Р.-формирование умения	Развитие

№ п/ п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	ный двушажный ход	янв		подъемы в средней стойке, подъем «елочкой». Повторить повороты переступанием в движении.	вать технику одновременного одношажного хода и одновременного двушажного хода. Пройти дистанцию 2 км.	двигательного опыта за счет упражнений, ориентирован ных на разви- тие основных физических качеств, повышение функциональ- ных возможностей организма	понимать причины успеха/не- успеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; П.- овладение базо- выми предметными и межпред- метными понятиями, отражаю- щими связи между объектами и процессами, К.- умение формулировать, аргументиро- вать и отстаивать своё мнение	самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
56	Оценка выполнения техники одновремен- ных ходов на учебном кругу.	4 нед янв		Пройти дистанцию 1 км на результат. Повторить спуски и подъемы, подъем «елочкой».	Повороты переступанием в движении. Одновременный одношажный и бесшажный ходы.	Формирова- ние навыка систематиче- ского наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществ- ления; П. - овладение базовыми предметными и межпредмет- ными понятиями, отражающи- ми существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение.	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения
57	Волейбол. Прием мяча снизу двумя руками над	4 нед янв		Разучить торможение и поворот упором, технику	Стойка игрока. Передвижения в стойке, Передача мяча двумя	Расширение двигательного опыта за счет упражнений,	Р.-определять наиболее эффективные способы достижения результата; П.- овладение способностью	Развитие самостоятельности и личной ответственности за

№ п/ п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	собой. Эстафеты.			скользящего шага в гору.	руками сверху на месте и после передачи вперед. Прием мяча снизу двумя руками над собой. Эстафеты.	ориентирован ных на разви- тие основных физических качеств, повышение функциональ ных возможностей организма	принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; К.- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества	свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
58	Спуски и подъемы на склонах. Подъем «полуелочк ой».	5 нед января		Повторить спуски и подъемы, торможение и поворот упором.	Спуски и подъемы в средней стойке. Подъем «полуелочкой».	Описывают технику изучаемых спусков и торможений, осваивают их самостоятель но.	Р.- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- определять наиболее эффективные способы достижения результата; К.- осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих	Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
59	Дистанция 1 км на время. Спуски и подъемы. Подъем «елочкой».	1 нед февр		Совершенство- вать технику спусков и подь- емов на склонах. Повторить торможение и поворот упором.	На учебном круге (500 м.) совершенствовани е техники ранее изученных ходов. Спуски и подъемы. Подъем	Описывают технику изучаемых спусков и торможений, осваивают их самостоятель	Р.-формирование умения понимать причины успеха/не- успеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; П.- овладение базо- выми предметными и межпред-	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о

№ п/ п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
					«елочкой».	но.	метными понятиями, отражающими связи между объектами и процессами, К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение	нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
60	Волейбол. Передача мяча сверху и прием мяча снизу в парах и через сетку.	1 нед февр		Прохождение дистанции 2 км на время. Развитие скоростной выносливости.	Стойка игрока. Передвижения в стойке, Передача мяча двумя руками сверху на месте и после передачи вперед. Прием мяча снизу двумя руками над собой. Эстафеты. Игра в мини-волейбол.	Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. -овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение.	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения
61	Торможение и поворот упором.	2 нед февр		Развитие скоростной выносливости: повторные отрезки 2-3 раза х 300 м. Повторить спуски и подъемы, торможение и поворот упором.	Торможение и поворот упором. Совершенствование техники скользящего шага в гору. Прохождение дистанции 2 км	Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок	Р.-определять наиболее эффективные способы достижения результата; П.- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; К.- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
62	Спуски и	2 нед		Совершенствоват	Торможение и	Формирова-	Р.- формирование умения	Развитие навыков

№ п/ п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	подъемы. Торможени е и поворот упором.	февр		ь спуски и подъемы, торможение и поворот упором. Развитие скоростной выносливости. Провести лыжную эстафету	поворот упором. Совершенствован ие техники скользящего шага в гору. Подъем «елочкой».	ние навыка систематиче- ского наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок	планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- определять наиболее эффективные способы достижения результата; К.- осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих	сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
Знания о физической культуре (1 час)								
63	Физкультми нутки (физкультпа узы) и их значение для профилакти ки устомления.	2 нед февр		Дать рекомендации по гигиеническим требованиям к проведению физкультминуток (физкультпауз), правила выбора и дозировки физических упражнений.	Гигиенические требования к проведению физкультминуток (физкультпауз), правила выбора и дозировки физических упражнений.	Формирова ние навыка систематиче- ского наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществ- ления; П. -овладение базовыми предметными и межпредмет- ными понятиями, отражающи- ми существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение.	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения
Лыжная подготовка (6 часов). Волейбол (2 часа)								
64	Прохожден ие	2 нед февр		Прохождение дистанции 2 км на	Прохождение дистанции 2 км на	Овладение умениями	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и	Развитие мотивов учебной

№ п/ п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	дистанции 2 км на время.			время. Развитие скоростной выносливости.	время. Развитие скоростной выносливости.	организовать здоровьесбере гающую жизнедеятель ность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровитель ные мероприятия, подвижные игры и т.д.);	задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществ ления; П. -овладение базовыми предметными и межпредмет ными понятиями, отражающи ми существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совмест ной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение.	деятельности и формирование личностного смысла учения
65	Скользкий шаг в гору.	3 нед февр		Совершенство вать скользкий шаг в гору. Спуски и подъемы. Торможение и поворот упором.	Спуски и подъемы. Торможение и поворот упором. Развитие скоростной выносливости: повторные отрезки 2-3 раза x 300 м.	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентирован ных на разви тие основных физических качеств	Р.- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реали зации; П.- определять наиболее эффективные способы достиже ния результата; К.-осуществ лять взаимный контроль в сов местной деятельности, адекват но оценивать собственное пове дение и поведение окружающих	Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
66	Волейбол. Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. Игра в мини-	3 нед февр		Совершенство вать прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. Игра в мини-волейбол.	Стойка игрока. Передвижения в стойке. Передача мяча двумя руками сверху в парах. Прием мяча снизу двумя	Овладение умениями организовать здоровьесбере гающую жизнедеятель ность (режим	Р.- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реали зации; П.- определять наиболее эффективные способы достиже	Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и

№ п/ п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	волейбол.				руками над собой и на сетку. Эстафеты. Игра в мини-волейбол	дня, утренняя зарядка, оздоровитель- ные мероприятия	ния результата; К.-осущест- лять взаимный контроль в сов- местной деятельности, адекват- но оценивать собственное пове- дение и поведение окружающих	находить выходы из спорных ситуаций
67	Лыжная эстафета.	4нед февр		Пройти дистанцию 3 км со средней скоростью. Развитие скоростной выносливости.	Дистанция 3 км со средней скоростью. Развитие скоростной выносливости.	Изучают историю волейбола. Овладевают основными приемами игры в волейбол.	Р.-осуществлять взаимный контроль в совместной дея- тельности, адекватно оценивать собственное поведение и пове- дение окружающих; П.- владение основами самоконт- роля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности; К. - готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов	Развитие этических качеств, доброжелательнос- ти и эмоционально- нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей
68	Обучение технике конькового хода (свободный стиль.)	4 нед февр			Техника конькового хода (свободный стиль.) Развитие скоростной выносливости.	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятель- но	Р.-формирование умения понимать причины успеха/не- успеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; П.- овладение базо- выми предметными и межпред- метными понятиями, отражаю- щими связи между объектами и процессами, К.- умение формулировать, аргументиро- вать и отстаивать своё мнение	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе

№ п/ п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
69	Волейбол. Прием мяча снизу двумя руками в парах через зону.	4 нед февр		Совершенствовани е техники приема мяча снизу двумя руками в парах через зону.	Передача мяча двумя руками сверху в парах. Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. Эстафеты.	Овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениям и из базовых видов спорта	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществ- ления; П. -овладение базовыми предметными и межпредмет- ными понятиями, отражающи- ми существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совмест- ной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение.	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения
70	Техника конькового хода	5 нед февр		Совершенствован ие техники конькового хода и ранее изученных ходов.	Коньковый ход. Дистанция 3 км со средней скоростью.	Овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениям и из базовых видов спорта	Р.-определять наиболее эффективные способы достижения результата; П.- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; К.- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
71	Соревнован ие по лыжным гонкам: девочки -	1 нед март		Совершенствован ие техники конькового хода и ранее изученных ходов.	Техника конькового хода и ранее изученных ходов.	Описывают технику изучаемых игровых приемов и	Р.- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реали-	Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не

№ п/ п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	дистанция 2 км, мальчики - дистанция 3 км. Свободный стиль.					действий, осваивают их самостоятельно	зации; П.- определять наиболее эффективные способы достижения результата; К.-осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих	создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
Знания о физической культуре (1 час)								
72	Правила закаливания	1 нед март		Изучить правила закаливания организма способами обтирания, обливания, душ.	Правила закаливания организма способами обтирания, обливания, душ.	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно	Р.-осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих; П.- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности; К. - готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества	Развитие этических качеств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей
Баскетбол (6 часов).								
73	Баскетбол. Ведение мяча с изменением скорости и высоты отскока. Игра в	2 нед март		Совершенствование техники ведения мяча с изменением скорости и высоты отскока. Игра в мини-баскетбол.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча с изменением скорости и высоты отскока. Бросок двумя руками снизу после	Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых	Р.-формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; П.- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражаю-	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных

№ п/ п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	мини-баскетбол.				ловли мяча. Позиционное нападение (5 : 0) без изменения позиции игроков. Игра.	приемов и действий, соблюдают правила безопасности	щими связи между объектами и процессами, К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение	нормах, социальной справедливости и свободе
74	Баскетбол. Сочетание приемов: (ведение - остановка - бросок). Игра в мини-баскетбол.	2 нед март		Выполнение сочетания приемов: (ведение - остановка - бросок). Игра в мини-баскетбол.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча с изменением скорости и высоты отскока. Сочетание приемов: (ведение – остановка - бросок). Позиционное нападение через скрестный выход. Игра в мини-баскетбол.	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. -овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения
75	Оценка техники броска снизу в движении. Игра в мини-баскетбол.	2 нед март		Оценка техники броска снизу в движении. Игра в мини-баскетбол.	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча с изменением скорости и высоты отскока. Сочетание приемов: (ведение - остановка - бросок).	Овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениям и из базовых видов спорта	Р.-определять наиболее эффективные способы достижения результата; П.- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; К.- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе

№ п/ п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
76	Позиционно е нападение через скрестный выход. Игра в мини- баскетбол.	3 нед март		Разучить позиционное нападение через скрестный выход. Игра в мини- баскетбол.	Позиционное нападение через скрестный выход. Игра в мини- баскетбол. Развитие координационных качеств	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентирован ных на развитие основных физических качеств	Р.- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реали- зации; П.- определять наиболее эффективные способы достиже- ния результата; К.-осущест- влять взаимный контроль в сов- местной деятельности, адекват- но оценивать собственное пове- дение и поведение окружающих	Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
77	Вырывание и выбивание мяча. Бросок одной рукой от плеча на месте.	3 нед март		Разучить вырывание и выбивание мяча. Бросок одной рукой от плеча на месте.	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча. Бросок одной рукой от плеча на месте. Нападение быстрым про- рывом. Игра в мини-баскетбол. Развитие ко- ординационных качеств	Овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениям и из базовых видов спорта, умением ис- пользовать их игровой и соревнователь ной деятельности;	Р.-осуществлять взаимный контроль в совместной дея- тельности, адекватно оценивать собственное поведение и пове- дение окружающих; П.- владение основами самоконт- роля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности; К. - готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества	Развитие этических качеств, доброжелательнос ти и эмоционально- нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей
78	Нападение быстрым прорывом.	3 нед март		Разучить нападение быстрым	Стойка и передвижения игрока.	Овладение основами технических	Р.-формирование умения понимать причины успеха/не- успеха учебной деятельности и	Развитие самостоятельности и личной

№ п/ п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	Игра в мини-баскетбол.			прорывом. Игра в мини-баскетбол.	Нападение быстрым прорывом. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных качеств. Техника безопасности.	действий, приёмами и физическими упражнениям и из базовых видов спорта, умением использовать их игровой и соревновательной деятельности	способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; П.- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими связи между объектами и процессами, К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение	ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
Волейбол (6 часов).								
79	Волейбол. Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку.	5 нед март		Совершенствовать прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. Провести игру по упрощенным правилам.	Передвижения в стойке. Передача мяча двумя руками сверху в парах. Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. Нижняя прямая подача с 3-6 м. Эстафеты. Игра в мини-волейбол. Техника безопасности.	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. -овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения
80	Оценка техники приема мяча снизу	5 нед март		Оценка техники приема мяча снизу двумя руками. Игра в	Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. Нижняя прямая	Овладение основами технических действий,	Р.-определять наиболее эффективные способы достижения результата; П.- овладение способностью	Развитие самостоятельности и личной ответственности за

№ п/ п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	двумя руками. Игра в мини- волейбол. Тестирован ие – прыжок в длину с места.			мини-волейбол. Повторить нижнюю прямую подачу мяча. Тестирование – прыжок в длину с места. Повторить нижнюю прямую подачу мяча.	подача с 3-6 м. Эстафеты. Игра в мини-волейбол.	приёмами и физическими упражнениям и из базовых видов спорта, умением ис- пользовать их игровой деятельности	принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; К.- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества	свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
81	Нижняя прямая подача с 3-6 м. Игра в мини- волейбол. Тестирован ие – подтягиван ие.	5 нед март		Совершенство- вать нижнюю прямую подачу, прием мяча снизу двумя руками после подачи. Провести игру по упрощенным правилам, Тестирование – подтягивание.	Передвижения в стойке. Передача мяча двумя руками сверху в парах. Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. Нижняя прямая подача с 3-6 м. Эстафеты. Игра в мини-волейбол. Техника безопасности	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятель но, выявляя и устраняя типичные ошибки.	Р.- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реали- зации; П.- определять наиболее эффективные способы достиже- ния результата; К.-осущест- влять взаимный контроль в сов- местной деятельности, адекват- но оценивать собственное пове- дение и поведение окружающих	Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
82	Передачи мяча сверху двумя руками в парах через сетку.	1 нед апр		Совершенство- вать передачи мяча сверху двумя руками в парах через сетку. Провести игру по упрощенным	Передача мяча двумя руками сверху в парах. Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. Нижняя прямая	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их	Р.-осуществлять взаимный контроль в совместной дея- тельности, адекватно оценивать собственное поведение и пове- дение окружающих; П.- владение основами самоконт- роля, самооценки, принятия	Развитие этических качеств, доброжелательнос- ти и эмоционально- нравственной отзывчивости,

№ п/ п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
				правилам.	подача с 3-6 м. Эстафеты. Игра в мини-волейбол. Техника безопасности	самостоятель но, выявляя и устраняя типичные ошибки.	решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности; К. - готовность конструктивно разрешать конфликты	понимания и сопереживания чувствам других людей
83	Оценка техники нижней прямой подачи. Тестирован ие – наклон вперед, стоя.	1 нед апр		Оценка техники нижней прямой подачи. Провести игру по упрощенным правилам, тестирование – наклон вперед, стоя.	Передвижения в стойке. Передача мяча двумя руками сверху в парах. Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. Нижняя прямая подача с 6 м. Эстафеты. Игра в мини-волейбол	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятель но, выявляя и устраняя типичные ошибки.	Р.-формирование умения понимать причины успеха/не- успеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; П. - овладение базо- выми предметными и межпред- метными понятиями, отражаю- щими связи между объектами и процессами, К.- умение формулировать, аргументиро- вать и отстаивать своё мнение	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
84	Нижняя прямая подача в заданную зону. Игра по упрощенны м правилам.	1 нед апр		Освоить комбина- ции из разучен- ных элементов передвижений (перемещений в стойке, остановки, ускорения). Провести игру по упрощенным правилам.	Нижняя прямая подача с 6 м. Эстафеты. Игра в мини-волейбол	Овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениям и из базовых видов спорта, умением ис- пользовать их игровой деятельности	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществ- ления; П. -овладение базовыми предметными и межпредмет- ными понятиями, отражающи- ми существенные связи и отно- шения между объектами и про- цессами. К. - осуществлять вза- имный контроль в совместной деятельности	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения

№ п/ п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
Баскетбол (7 часов)								
85	Бросок одной рукой от плеча на месте. Сочетание приемов (ведение - остановка - бросок).	2 нед апр		Совершенство- вать бросок одной рукой от плеча на месте, сочетание приемов (ведение - остановка - бросок).	Стойка и передвижения игрока. Бросок одной рукой от плеча на месте. Сочетание приемов (ведение - остановка - бросок). Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных качеств. Техника безопасности.	Овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениям и из базовых видов спорта, умением ис- пользовать их игровой и соревнователь ной деятельности	Р: целеполагание: формулирова- ть и удерживать учебную задачу; планирование –выби- рать действия в соответствии с поставленной задачей и усло- виями ее реализации. П: общеучебные: использовать общие приемы решения постав- ленных задач; определять и кратко характеризовать физи- ческую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. К: инициативное сот- рудничество –ставить вопросы, обращаться за помощью	Смыслообразова- ние– адекватная мотивация учеб- ной деятель- ности. Нравственно- этическая ориентация – умение избегать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
86	Оценка техники броска од- ной рукой от плеча с места. Бросок одной рукой от плеча с места со средней дистанции.	2 нед апр		Оценка техники броска одной рукой от плеча с места. Совершенство- вать бросок одной рукой от плеча с места со средней дистанции.	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча. Бросок одной рукой от плеча с места со средней дистанции. Нападение быстрым прорывом. Игра в мини-баскетбол.	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятель но, выявляя и устраняя типичные ошибки.	Р: целеполагание: формулирова- ть и удерживать учебную задачу. П: общеучебные: использовать общие приемы решения поставленных задач. К: инициативное сотрудничество– ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – формулировать собственное мнение	Смыслообразова- ние– адекватная мотивация учебно й деятельности (социальная, внешняя)

№ п/ п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
87	Бросок двумя руками от головы в движении. Взаимодействие двух игроков.	2 нед апр		Разучить бросок двумя руками от головы в движении. Взаимодействие двух игроков.	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча. Бросок двумя руками от головы в движении. Взаимодействие двух игроков. Нападение быстрым прорывом. Развитие координационных качеств	Овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениям и из базовых видов спорта, умением использовать их игровой и соревновательной деятельности	Р.- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- определять наиболее эффективные способы достижения результата; К.-осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих	Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
88	Бросок двумя руками от головы в движении. Вырывание и выбивание мяча.	3 нед апр		Разучить бросок двумя руками от головы в движении. Совершенствовать вырывание и выбивание мяча.	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча. Бросок двумя руками от головы в движении. Игра в мини-баскетбол	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.	Р.-осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих; П.- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности; К. - готовность конструктивно разрешать конфликты	Развитие этических качеств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей
89	Взаимодействие двух игроков	3 нед апр		Разучить взаимодействия двух игроков	Взаимодействия двух игроков через заслон.	Овладение основами технических	Р.-формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и	Развитие самостоятельности и личной

№ п/ п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	через заслон. Игра			через заслон. Нападение быстрым прорывом. Игра в мини-баскетбол	Нападение быстрым прорывом. Игра в мини-баскетбол	действий, приёмами и физическими упражнениям и из базовых видов спорта, умением ис- пользовать их игровой деятельности	способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; П.- - овладение базо- выми предметными и межпред- метными понятиями, отражаю- щими связи между объектами и процессами, К.- умение формулировать, аргументиро- вать и отстаивать своё мнение	ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе
90	Нападение быстрым прорывом. Бросок од- ной рукой от плеча в движении. Тестирован ие - поднимание туловища за 30 сек.	3 нед апр		Совершенство- вать нападение быстрым прорывом. Бросок одной рукой от плеча в движении. Провести тестирование - поднимание туловища за 30 сек.	Бросок двумя руками от головы в движении. Взаимодействия двух игроков через заслон. Нападение быстрым прорывом. Игра в мини-баскетбол.	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятель- но, выявляя и устраняя типичные ошибки.	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществ- ления; П. -овладение базовыми предметными и межпредмет- ными понятиями, отражающи- ми существенные связи и отно- шения между объектами и про- цессами. К. - осуществлять вза- имный контроль в совместной деятельности	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения
91	Оценка техники броска од- ной рукой от плеча в движении. Игра в мини- баскетбол.	4 нед апр		Оценка техники броска одной рукой от плеча в движении. Игра в мини-баскетбол.	Бросок двумя руками от головы в движении. Взаимодействия двух игроков через заслон. Нападение быстрым прорывом. Игра в	Овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениям и из базовых видов спорта,	Р: целеполагание: формулирова- ть и удерживать учебную задачу; планирование –выби- рать действия в соответствии с поставленной задачей и усло- виями ее реализации. П: общеучебные: использовать общие приемы решения постав- ленных задач; определять и	Смыслообразова- ние– адекватная мотивация учеб- ной деятель- ности. Нравственно- этическая ориентация – умение избегать

№ п/ п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
					мини-баскетбол.	умением ис- пользовать их игровой и соревнователь ной деятельности	кратко характеризовать физи- ческую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. К: инициативное сот- рудничество –ставить вопросы, обращаться за помощью	конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
Знания о физической культуре								
92	Правила соблюдения личной гигиены.	4 нед апр		Изучить правила соблюдения личной гигиены во время и после занятий физическими упражнениями (соблюдение чистоты тела и одежды).	Правила соблюдения личной гигиены во время и после занятий физическими упражнениями (соблюдение чистоты тела и одежды).	Овладение умениями организовать здоровьесбере гающую жизнедеятель ность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровитель ные мероприятия, подвижные игры и т.д.)	Р: целеполагание: формулирова ть и удерживать учебную задачу. П: общеучебные: использовать общие приемы решения поставленных задач. К: инициативное сотрудничество– ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – формулировать собственное мнение	Смыслообразова ние– адекватная мотивация учебно й деятельности (социальная, внешняя)
Легкая атлетика (10 часов).								
93	ИОТ при проведении занятий по легкой атлетике. Бег в равномерно м темпе	4 нед апр		Напомнить ИОТ при проведении занятий по легкой атлетике. Выполнить бег в равномерном темпе (1000 м). Специальные	Бег в равномерном темпе (1000 м). ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие	Выполняют бег с максимальной скоростью 30м.	Р.-формирование умения понимать причины успеха/не- успеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; П.- - овладение базо- выми предметными и межпред- метными понятиями, отражаю-	Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств

№ п/ п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	(1000 м). Спе- циальные беговые упражнения			беговые упражнения.	выносливости. Инструктаж по ТБ.		циями связи между объектами и процессами, К.- умение формулировать, аргументиро- вать и отстаивать своё мнение	
94	Бег 1000м на результат. Спе- циальные беговые упражнения . Тестирован ие бег 1000м.	1 нед май		Выполнить бег 1000м на результат. Спе- циальные беговые упражнения. Тестирование бег 1000м.	Бег в равномерном темпе (1000 м). ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие выносливости. Инструктаж по ТБ.	Выполняют бег с максимальной скоростью 40- 50м.	Р: целеполагание: формулирова- ть и удерживать учебную задачу; П: общеучебные: использовать общие приемы решения постав- ленных задач; определять и кратко характеризовать физи- ческую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. К: инициативное сот- рудничество –ставить вопросы, обращаться за помощью	Смыслообразова- ние– адекватная мотивация учеб- ной деятель- ности. Нравственно- этическая ориентация – умение избегать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
95	Высокий старт (до 10-15 м). Старты из различных исходных положений. Тестирован ие - бег 30м.	1 нед май		Повторение техники высокого старта. Старты из различных положений. Проведение тестирования по бегу 30м	Высокий старт (до 10-15 м), бег с ускорением (30-40 м). Встречная эстафета. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростных качеств. Старты из различных исходных по-	Выполняют бег с максимальной скоростью 30м.	Р: целеполагание: формулирова- ть и удерживать учебную задачу. П: общеучебные: использовать общие приемы решения поставленных задач. К: инициативное сотрудничество– ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – формулировать собственное мнение	Смыслообразова- ние– адекватная мотивация учебно й деятельности (социальная, внешняя)

№ п/ п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
					ложений.			
96	Высокий старт (до 10-15м), бег с ускорением (40-50 м). Специальные беговые упражнения.	2 нед май		Повторение техники высокого старта. Финиширование. Специальные беговые упражнения, ОРУ. Эстафеты линейные, передача палочки. Старты из различных положений.	Высокий старт (до 10-15м), бег с ускорением (40-50 м), бег по дистанции. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростных возможностей. Встречная эстафета.	Выполняют бег с максимальной скоростью 60м.	Р.- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- определять наиболее эффективные способы достижения результата; К.-осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих	Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций
97	Бег с ускорением (50-60 м). Эстафетный бег.	2 нед май		Учет результата по бегу на (60 м). Специальные беговые упражнения. ОРУ. Встречная эстафета (передача палочки). Влияние легкоатлетических упражнений на различные системы организма	Высокий старт (до 10-15 м), бег с ускорением (50-60 м), бег по дистанции. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростных возможностей. Встречная эстафета (передача палочки).	Выполняют бег с максимальной скоростью 60м	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. -овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения
98	Передача эстафетной	3 нед май		Совершенствовать технику	Развитие скоростных	Расширение двигательного	Р: <i>целесолагание-</i> преобразовывать практическую	<i>Самоопределение</i> – осознание

№ п/ п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	палочки. Эстафеты по кругу.			передачи эстафетной палочки. Выполнить эстафеты по кругу.	возможностей. ОРУ в движении. Эстафеты по кругу. Передача палочки.	опыта за счет упражнений, ориентирован ных на разви- тие основных физических качеств	задачу в образовательную. П: <i>общеучебные</i> осознанно стро ить сообщения в устной форме. К: <i>взаимодействующие</i> - задавать вопросы, формулировать свою позицию	ответственности за общее благополу-чие, готовность следо- вать нормам здоровье сберегающего поведения
99	Бег на результат (60 м). Специальны е беговые упражнения .	3 нед май		Выполнить бег на результат (60 м). Специальные беговые упражнения	Бег на результат (60 м). Специальные беговые упражнения.	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентирован ных на разви- тие основных физических качеств	Р: <i>планирование</i> – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации П: <i>общеучебные</i> – самостоя- тельно выделять и формули- ровать познавательную цель. К: <i>инициативное сотрудни- чество</i> слушать учителя, вести диалог, строить монологиче- ские высказывания	<i>Самоопределение</i> – осознание своей этнической принадлежности. <i>Нравственно- этическая ориентация</i> – уважительное отношение к истории и культу ре других народов
100	Прыжок в высоту с 5-7 беговых шагов способом «перешагива- ние» (подбор разбега и от- талкивание) . Метание	3 нед май		Разучить технику прыжка в высоту с 5-7 беговых шагов способом «перешагивание» (подбор разбега и отталкивание). Метание малого мяча.	Прыжок в высоту с 5-7 беговых шагов способом «перешагивание» (подбор разбега и отталкивание, переход планки). Метание теннисного мяча на дальность. Специальные беговые	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентирован ных на разви- тие основных физических качеств, повышение функциональ ных	Р: <i>целеполагание</i> формулироват ь и удерживать учебную задачу; <i>планирование</i> – выби- рать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. П: <i>общеучебные</i> использовать о бщие приемы решения постав- ленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как за- нятия физическими упражне-	<i>Смыслообразова- ние</i> – адекватная мотивация учебно й деятельности. <i>Нравственно- этическая ориентация</i> – умение избегать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций

№ п/ п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	малого мяча.				упражнения. ОРУ в движении.	возможностей основных систем организма	ниями, подвижными и спортив- ными играми. К: <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить воп- росы, обращаться за помощью	
10 1	Прыжок в высоту с 5-7 беговых шагов способом «перешагив ание» (от- талкивание, переход планки). Метание мяча.	4 нед май		Совершенство- вать технику прыжка в высоту с 5-7 беговых шагов способом «перешагивание» (отталкивание, переход планки). метание теннисного мяча с 3-5 шагов на даль- ность.	Прыжок в высоту с 5-7 беговых шагов способом «перешагивание» (подбор разбега и отталкивание, переход планки). Метание теннисного мяча на дальность. Специальные беговые упражнения. ОРУ в движении.	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентирован ных на разви- тие основных физических качеств, повышение функциональ ных возможностей основных систем организма	Р: <i>целеполагание-</i> преобразовывать практическую задачу в образовательную. П: <i>общеучебные</i> осознанно стро ить сообщения в устной форме. К: <i>взаимодействующие</i> - задавать вопросы, формулировать свою позицию	<i>Самоопределение</i> – осознание ответственности за общее благополу-чие, готовность следо- вать нормам здоровье сберегающего поведения
10 2	Метание теннисного мяча на дальность. Прыжок в высоту с 5-7 беговых шагов способом «перешагив	4 нед май		Оценка техники метания теннисного мяча с 3-5 шагов на дальность. Совершенство- вать технику прыжка в высоту с 7-9 шагов разбега способом	Прыжок в высоту с 5-7 беговых шагов способом «перешагивание» (приземление). Метание теннисного мяча на дальность. Специальные беговые	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентирован ных на разви- тие основных физических качеств, повышение	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществ- ления; П. -овладение базовыми предметными и межпредмет- ными понятиями, отражающи- ми существенные связи и отно- шения между объектами и про- цессами. К. - осуществлять вза-	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения

№ п/ п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Виды деятельности – элементы содержания	Планируемые образовательные результаты		
						Предметные	Метапредметные УУД	Личностные
	ание» (приземлен ие).			«перешагивание».	упражнения. ОРУ. Развитие скоростно- силовых качеств.	функциональ ных возможностей основных систем организма	имный контроль в совместной деятельности	

Перечень учебно-методического обеспечения

Учебно-методический комплект

Комплексная программа физического воспитания учащихся 1 – 11 классы

Авторы: доктор педагогических наук В.И. Лях, кандидат педагогических наук А.А. Зданевич / авт.-сост. А. Н. Каинов, Г. И. Курьерова. – Изд. 2-е - Волгоград: Учитель, 2013

Учебник:

Авторы: М.А. Виленский, И.М. Туревский, Т.Ю. Торочкова, В.А.Соколкина, Г.А. Баландин, Н.Н. Назарова, Т.Н. Казакова, Н.С. Алёшина, З.В. Гребенщикова, А.Н. Крайнов

Физическая культура 5 – 6 – 7 классы, Учебник для общеобразовательных учреждений под редакцией М.Я. Виленского

Рекомендовано Министерством образования и науки Российской Федерации, 6-е издание, Москва «Просвещение» 2010.

Пособие для учащихся:

Л. Е. Любомирский, В. И. Лях, Г. Б. Мейксон "Физическая культура". Учебник для учащихся 5-7 классов.

Пособия для учителя:

- Жилкин А. И. и др. Легкая атлетика: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / А.И.Жилкин, В.С.Кузьмин, Е.В.Сидорчук. — М.: Издательский центр «Академия», 2003.
- Ковалько В.И. Поурочные разработки по физкультуре. 5-9 классы. Универсальное издание. – М.: ВАКО, 2005. – (В помощь школьному учителю).
- Настольная книга учителя физической культуры :: справ.- метод. пособие / сост. Б. И. Мишин. - М.: ООО «Изд-во АСТ»: 2003.
- Физкультура: методика преподавания. Спортивные игры /под ред. Э. Найминова. – М., 2001.
- Макаров А.Н. Лёгкая атлетика. – М., 1990.
- Практикум по лёгкой атлетике /под ред. И.В. Лазарева, В.С. Кузнецова, Г.А. Орлова. – М., 1999.
- Лёгкая атлетика в школе /под ред. Г.К. Холодова, В.С. Кузнецова, Г.А. Колодницкого. – М., 1998.
- Спортивные игры на уроках физкультуры /ред. О. Листов. – М., 2001.
- Кузнецов В.С., Колодницкий Г.А. Физкультурно-оздоровительная работа в школе. -, 2003.
- Журнал « Спорт в школе»
- Журнал «Физическая культура в школе».
- Урок в современной школе /ред. Г.А. Баландин, Н.Н. Назаров, Т.Н. Казаков. – М., 2004.

Нормативные документы:

- Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» от 04.12.2007 г. № 329-ФЗ (ред. т 21.04.2011 г.);
- Национальная доктрина образования в Российской Федерации. Постановление Правительства РФ от 04.10.2000 г. № 751;
- базисный учебный план общеобразовательных учреждений Российской Федерации. Приказ МО РФ от 09.03.2004 г. № 1312 (ред. от 30.08.2010 г.);

-Обязательный минимум содержания начального образования. Приказ МО РФ от 19.05.1998 г. № 1235;
- Стратегия развития физической культуры и спорта на период до 2020 года. Распоряжение правительства РФ от 07.08.2009 г. № 1101-р;
О проведении мониторинга физического развития обучающихся. Письмо Минобрнауки РФ от 29.03.2010 г. № 06-499;

Сайты

<http://zdd.1september.ru/> - газета "Здоровье детей"
<http://spo.1september.ru/> - газета "Спорт в школе"
<http://www.sportreferats.narod.ru/> Рефераты на спортивную тематику.
<http://www.infosport.ru/press/fkvot/> - Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. Ежеквартальный научно-методический журнал Российской Академии Образования Российской Государственной Академии Физической Культуры.
<http://tpfk.infosport.ru> – Теория и практика физической культуры. Ежемесячный научно-теоретический журнал Государственного Комитета Российской Федерации по физической культуре и туризму, Российской Государственной Академии физической культуры
<http://www.infosport.ru/press/szr/1999N5/index.htm> - Спортивная жизнь России. Электронная версия ежемесячного иллюстрированного журнала.
<http://festival.1september.ru/> - Фестиваль педагогических идей «Открытый урок»

Материально-техническое обеспечение

Учебно-практическое и учебно-лабораторное оборудование:

- стенка гимнастическая;
- скамейки гимнастические;
- канат для лазанья;
- комплект навесного оборудования (перекладины);
- маты гимнастические;
- мячи набивные (1 кг);
- скакалки гимнастические;
- мячи малые (резиновые, теннисные);
- обручи гимнастические;
- планка для прыжков в высоту;
- стойки для прыжков в высоту;
- щиты с баскетбольными кольцами;
- большие мячи (резиновые, баскетбольные);
- стойки волейбольные;
- сетка волейбольная;
- мячи средние резиновые;
- аптечка медицинская.