**Календарно — тематическое планирование учебного материала предмета физическая культура 6 класс.**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Дата** | № **урока** | **Название разделов. Содержание учебного раздела, тема урока.** | **Характеристика основных видов деятельности** | **Предметные результаты** | **Метапредметные результаты** |
| **Регулятивные УУД** | **Познавательные УУД** | **Коммуникативные УУД** |
|  | 1 | **I четверть Легкая атлетика – 30 часов**  |
|  | 1.11 урок | Техника безопасности на уроках лёгкой атлетики. Требования к одежде и обуви. Правила поведения на уроках. | Выявляют факторы нарушения техники безопасности при занятиях физическими упражнениями. Выявляют и исправляют ошибки в технике выполнения беговых упражнений.  | Приобретение опыта организации самостоятельных систематических занятий физической культурой с соблюдением правил техники безопасности и профилактики травматизма; | Оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения. | Определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное, по аналогии) и делать выводы. | Систематизировать, сопоставлять, анализировать, обобщать и интерпретировать информацию, содержащуюся в готовых информационных объектах; |
|  | 1.22 урок | Беговые упражнения. Высокий старт. Ускорения с высокого старта. | Демонстрируют вариативное выполнение беговых упражнений.. Применяют беговые упражнения для развития физических (скоростных, выносливости) качеств. | Овладение основами технических действий, приемами и физическими упражнениями из базовых видов спорта. | Соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией. | Определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное, по аналогии) и делать выводы. | Владеть базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами; |
|  | 1.33 урок | Низкий старт. Бег на короткие дистанции. | Соблюдают правила техники безопасности. Проявляют скоростные качества.  | Расширение опыта организации и мониторинга физического развития и физической подготовленности. | Осуществлять самоконтроль, самооценку, принимать решения и осознанно делать выбор в учебной и познавательной деятельности.  | Создавать, применять и преобразовывать графические пиктограммы физических упражнений в двигательные действия и наоборот. | Систематизировать, сопоставлять, анализировать, обобщать и интерпретировать информацию, содержащуюся в готовых информационных объектах; |
|  | 1.44 урок | Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне». Бег из различных положений. Прыжок с места толчком двумя, приземление на две. | Самостоятельно подбирают и выполнять СБУ. Демонстрируют фазу полёта и приземления. Выявляют и исправлять ошибки свои и сверстников. Описывают технику кроссового бега. | Освоение умений отбирать физические упражнения и регулировать физические нагрузки для самостоятельных систематических занятий с различной функциональной направленностью (оздоровительной, тренировочной, коррекционной, рекреативной и лечебной) с учетом индивидуальных возможностей и особенностей организма. | Соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией. | Создавать, применять и преобразовывать графические пиктограммы физических упражнений в двигательные действия и наоборот. | Определять общую цель и пути ее достижения; уметь договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности;  |
|  | 1.55 урок | Бег на средние дистанции 200 – 300 м.). Метание мяча на заданное расстояние.  | Определяют и исправлять типичные ошибки в прыжках. Применяют беговые упражнения для развития скоростно – силовых качеств. | Освоение умений отбирать физические упражнения и регулировать физические нагрузки для самостоятельных систематических занятий с различной функциональной направленностью (оздоровительной, тренировочной, коррекционной, рекреативной и лечебной) с учетом индивидуальных возможностей и особенностей организма. | Самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач. | Создавать, применять и преобразовывать графические пиктограммы физических упражнений в двигательные действия и наоборот. | Определять общую цель и пути ее достижения; уметь договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности;  |
|  | 1.6 6 урок  | **Контроль** скорости бега (60 м). Прыжок в длину с разбега «согнув ноги» | Демонстрируют технику прыжка в длину с разбега, выявляют и устраняют ошибки.Оценивают технику выполнения. | Приобретение опыта организации самостоятельных систематических занятий физической культурой с соблюдением правил техники безопасности и профилактики травматизма. Расширение опыта организации и мониторинга физического развития и физической подготовленности. | Соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией. | Создавать, применять и преобразовывать графические пиктограммы физических упражнений в двигательные действия и наоборот. | Владеть базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами; |
|  | 1.7 7 урок | Равномерный бег на длинную дистанцию. Тактика бега на длинные дистанции. | Демонстрируют технику метания разными способами, выявляют и устраняют ошибки. | Оценивать текущее состояние организма и определять тренирующее воздействие на него занятий физической культурой посредством использования стандартных физических нагрузок и функциональных проб, определять индивидуальные режимы физической нагрузки, контролировать направленность ее воздействия на организм во время самостоятельных занятий физическими упражнениями с разной целевой ориентацией.  | Оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения. | Создавать, применять и преобразовывать графические пиктограммы физических упражнений в двигательные действия и наоборот. | Систематизировать, сопоставлять, анализировать, обобщать и интерпретировать информацию, содержащуюся в готовых информационных объектах. |
|  | 1.8 8 урок | Метание мяча на дальность. **Контроль** техники метания. | Объясняют причины возникновения травм.Регулируют физическую нагрузку и определяют степень утомления по внешним признакам. | Приобретение опыта организации самостоятельных систематических занятий физической культурой с соблюдением правил техники безопасности и профилактики травматизма. Расширение опыта организации и мониторинга физического развития и физической подготовленности | Самостоятельно определять цели обучения, ставить и формулировать новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности. | Владеть культурой активного использования информационно – поисковых систем.  | Умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками. |
|  | 1.9 9 урок | Тактика эстафетного бег по кругу. Полоса препятствий с бегом, прыжками, метанием, выполняемыми разными способами. прикладные упражнения. | Регулируют физическую нагрузку и определяют степень утомления по внешним признакам. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения легкоатлетических упражнений, соблюдают правила техники безопасности.  | Овладение основами технических действий, приемами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умением использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности. | Самостоятельно определять цели обучения, ставить и формулировать новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности. | Владеть культурой активного использования информационно – поисковых систем.  | Умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками.Умение работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов.  |
|  | 1.10 10 урок | Специальные упражнения, направленные на развитие силы мышц ног. Кроссовый бег до 1000м.  | Обосновывают положительное влияние занятий физической подготовкой на укрепление здоровья.Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения легкоатлетических упражнений, соблюдают правила техники безопасности.  | Обогащение опыта совместной деятельности в организации и проведении занятий физической культурой, форм активного отдыха и досуга. | Соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией. | Определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное, по аналогии) и делать выводы. | Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих. |
|  | 1.11. 11 урок | **Контроль** скорости бега длинную дистанцию. Тренировка в метании мяча с 5-7 шагов разбега. Приёмы самоконтроля при нагрузке. | Выявляют особенности в приросте показателей физического развития и сравнивают их с возрастными стандартами.Выбирают индивидуальный режим физической нагрузки, контролируют её по ЧСС. | Оценивать текущее состояние организма и определять тренирующее воздействие на него занятий физической культурой посредством использования стандартных физических нагрузок и функциональных проб, определять индивидуальные режимы физической нагрузки, контролировать направленность ее воздействия на организм во время самостоятельных занятий физическими упражнениями с разной целевой ориентацией. | Соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией. | Определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное, по аналогии) и делать выводы. | Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих. |
|  | 1.12 12 урок | Физическая подготовка, ее связь с укреплением здоровья, развитием физических качеств (понятия силы, быстроты, выносливости, гибкости, координации и ловкости).Полоса препятствий с лазанием, подлезанием, чередованием ходьбы и бега. Упражнения на развитие координации: метание по движущейся цели.  | Объясняют значение самостоятельных занятий по развитию физических качеств.Выбирают индивидуальный режим физической нагрузки, контролируют её по ЧСС. | Освоение умений отбирать физические упражнения и регулировать физические нагрузки для самостоятельных систематических занятий с различной функциональной направленностью (оздоровительной, тренировочной, коррекционной, рекреативной и лечебной) с учетом индивидуальных возможностей и особенностей организма, планировать содержание этих занятий, включать их в режим учебного дня и учебной недели. | Самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач. | Определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное, по аналогии) и делать выводы. | Систематизировать, сопоставлять, анализировать, обобщать и интерпретировать информацию, содержащуюся в готовых информационных объектах. |
|  | 1.13 13 урок | Прохождение полосы препятствий с прыжками, перепрыгиванием, преодолением подъёма и спуска.  | Демонстрируют технику прыжковых упражнений. Применяют прыжковые и беговые упражнения для развития физических качеств , контролируют физическую нагрузку по ЧСС. | Формирование умения вести наблюдение за динамикой развития своих основных физических качеств. | Самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач. | Определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное, по аналогии) и делать выводы. | Владеть базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. |
|  | 1.1414 урок | **Контроль** метания набивного мяча на дальность. Специальные упражнения на развитие скоростно-силовых качеств. | Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения легкоатлетических упражнений, соблюдают правила техники безопасности.  | Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма. | Самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач. | Определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное, по аналогии) и делать выводы. | Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих. |
|  | 1.1515 урок | Последовательное выполнение подготовительной части урока, общеразвивающих упражнений. Прыжок в длину с места на результат. Упражнения на развитие выносливости (прыжки на скакалке) | Применяют прыжковые упражнения для развития физических качеств , контролируют физическую нагрузку по ЧСС. | Формирование умения вести наблюдение за динамикой развития своих основных физических качеств. | Соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией. | Определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное, по аналогии) и делать выводы. | Систематизировать, сопоставлять, анализировать, обобщать и интерпретировать информацию, содержащуюся в готовых информационных объектах. |
|  | 1.1685 урок | Техника безопасности на уроках лёгкой атлетики. Упражнения на развитие координации. Варианты челночного бега.  | Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения легкоатлетических упражнений, соблюдают правила техники безопасности.  | Понимание роли и значения физической культуры в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья. | Соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией. | Определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное, по аналогии) и делать выводы. | Умение планирования и регуляции своей деятельности.Умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками. |
|  | 1.1786 урок | Требования безопасности и первая помощь при травмах во время занятий физической культурой и спортом. Техника прыжка в высоту с 5-7 шагов разбега способом «перешагивание». Фазы прыжка.  | Включают беговые упражнения в различные формы занятий физической культурой. | Овладение основами технических действий, приемами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умением использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности. | Самостоятельно определять цели обучения, ставить и формулировать новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности. | Создавать, применять и преобразовывать графические пиктограммы физических упражнений в двигательные действия и наоборот. | Умение работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов.  |
|  | 1.1887 урок | Совершенствование техники выполнения прыжка в высоту «перешагиванием», (подбор разбега, переход через планку).  | Описываюттехнику выполнения прыжковых упражнений, осваивают её самостоятельно, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения.  | Овладение основами технических действий, приемами и физическими упражнениями из базовых видов спорта. | Самостоятельно определять цели обучения, ставить и формулировать новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности. | Создавать, применять и преобразовывать графические пиктограммы физических упражнений в двигательные действия и наоборот. | Определять общую цель и пути ее достижения; уметь договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности. |
|  | 1.1988 урок | **Контроль** техники выполнения прыжка в высоту. Прыжок в длину с места толчком одной, приземление на две . | Применяют прыжковые упражнения для развития физических качеств | Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств. | Оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения. | Создавать, применять и преобразовывать графические пиктограммы физических упражнений в двигательные действия и наоборот. | Определять общую цель и пути ее достижения; уметь договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности. |
|  | 1.2089 урок | Организация и планирование самостоятельных занятий по развитию скоростных физических качеств. Старты из разных положений. Многоскоки.  | Демонстрируют технику выполнения упражнений в прыжках, оценивают её самостоятельно, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе выполнения.  | Расширение опыта организации и мониторинга физического развития и физической подготовленности | Оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения. | Создавать, применять и преобразовывать графические пиктограммы физических упражнений в двигательные действия и наоборот. | Умение формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение |
|  | 1.2190 урок | Техника метания малого мяча на дальность отскока от стены, с места в вертикальную мишень  | Демонстрируют вариативное выполнение упражнений в метании.Описывают технику выполнения упражнений в метании, осваивают её самостоятельно, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения.  | Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств. | Самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач. | Создавать, применять и преобразовывать графические пиктограммы физических упражнений в двигательные действия и наоборот. | Умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками. |
|  | 1.2291 урок | Прыжок в длину с разбега «согнув ноги» на дальность. Техника бега по пересеченной местности с горы и в гору.  | Демонстрируют вариативное выполнение беговых упражнений. Выбирают индивидуальный режим физической нагрузки, контролируют её по частоте сердечных сокращений. Описывают технику выполнения беговых упражнений, осваивают её самостоятельно, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения.  | Повышение функциональных возможностей основных систем организма, в том числе в подготовке к выполнению нормативов Всероссийского физкультурноспортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО). | Самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач. | Создавать, применять и преобразовывать графические пиктограммы физических упражнений в двигательные действия и наоборот. | Умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками. |
|  | 1.2392 урок | Контроль скорости бега (60м). | Выбирают индивидуальный режим физической нагрузки, контролируют её по частоте сердечных сокращений. | повышение функциональных возможностей основных систем организма, в том числе в подготовке к выполнению нормативов Всероссийского физкультурноспортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО). | Самостоятельно определять цели обучения, ставить и формулировать новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности. | Создавать, применять и преобразовывать графические пиктограммы физических упражнений в двигательные действия и наоборот. | Умение формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнениеОпределять общую цель и пути ее достижения; уметь договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности |
|  | 1.2493 урок | Правила соревнований по кроссовому бегу. Оценка скорости бега (1500м).  | Описывают технику выполнения беговых упражнений, осваивают её самостоятельно, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения.  | Овладение основами технических действий, приемами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умением использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности. | Самостоятельно определять цели обучения, ставить и формулировать новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности. | Создавать, применять и преобразовывать графические пиктограммы физических упражнений в двигательные действия и наоборот. | Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих. |
|  | 1.2594 урок | Метание мяча на заданное расстояние.  | Включают упражнения в метании в различные формы занятий физической культурой. | Овладение основами технических действий, приемами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умением использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности. | Самостоятельно определять цели обучения, ставить и формулировать новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности. | Создавать, применять и преобразовывать графические пиктограммы физических упражнений в двигательные действия и наоборот. | Владеть базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. |
|  | 1.2695 урок | Контроль метания мяча 150г. на дальность. | Описывают технику выполнения плавательных упражнений.  | Освоение умений отбирать физические упражнения и регулировать физические нагрузки для самостоятельных систематических занятий с различной функциональной направленностью (оздоровительной, тренировочной, коррекционной, рекреативной и лечебной) с учетом индивидуальных возможностей и особенностей организма. | Осуществлять самоконтроль, самооценку, принимать решения и осознанно делать выбор в учебной и познавательной деятельности.  | Создавать, применять и преобразовывать графические пиктограммы физических упражнений в двигательные действия и наоборот. | Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих. |
|  | 1.2796 урок | Самонаблюдение и самоконтроль при выполнении беговых упражнений. Равномерный бег 10 мин. с чередованием бега и ходьбы. | Демонстрируют вариативное выполнение прыжковых упражнений. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения плавательных упражнений.  | Освоение умения оказывать первую доврачебную помощь при легких травмах;- обогащение опыта совместной деятельности в организации и проведении занятий физической культурой, форм активного отдыха и досуга. | Осуществлять самоконтроль, самооценку, принимать решения и осознанно делать выбор в учебной и познавательной деятельности.  | Создавать, применять и преобразовывать графические пиктограммы физических упражнений в двигательные действия и наоборот. | Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.Конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества. |
|  | 1.2897урок | Техника эстафетного бега по кругу. Вхождение в воду и передвижения по дну бассейна: ( имитационные упражнения в сочетании работы ног и рук). | Используют разученные упражнения в самостоятельных занятиях при решении задач физической и технической подготовки.  | Овладение основами технических действий, приемами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умением использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности. | Осуществлять самоконтроль, самооценку, принимать решения и осознанно делать выбор в учебной и познавательной деятельности.  | Создавать, применять и преобразовывать графические пиктограммы физических упражнений в двигательные действия и наоборот. | Владеть базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. |
|  | 1.2998урок | Бег по пересеченной местности с преодолением вертикальных препятствий 12мин Подводящие упражнения в лежании на воде, всплывании и скольжении «сухое плавание» (звёздочка, поплавок, скольжение с двумя и одной рукой). | Измеряют результаты, помогают их оценивать. Выбирают индивидуальный режим физической нагрузки, контролируют её по частоте сердечных сокращений. | Овладение основами технических действий, приемами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умением использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности. | Оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения. | Владеть культурой активного использования информационно – поисковых систем.  | Систематизировать, сопоставлять, анализировать, обобщать и интерпретировать информацию, содержащуюся в готовых информационных объектах. |
|  | 1.3099 урок | Бег по пересечённой местности. Элементы плавания (имитационные упражнения по выполнению техники кроля на груди, и спине, брасса)*.*  | Применяют изученные упражнения для развития координационных способностей. | Расширение опыта организации и мониторинга физического развития и физической подготовленности; формирование умения вести наблюдение за динамикой развития своих основных физических качеств. | Соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией. | Определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное, по аналогии) и делать выводы. | Определять общую цель и пути ее достижения; уметь договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности. |
|  | 2 | **Спортивные игры – 32 часа Баскетбол – 12 часов.** |
|  | 2.1 16 урок | Техника безопасности на уроках баскетбола. Подбор одежды и обуви. Основные термины и правила игры. Передвижения в стойке приставными шагами боком, остановка прыжком. Передача мяча двумя руками от груди, ловля мяча. | Чётко отвечают на вопросы по технике безопасности.Описывают технику игровых действий и приёмов, осваивать их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.  | Приобретение опыта организации самостоятельных систематических занятий физической культурой с соблюдением правил техники безопасности и профилактики травматизма. | Соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией. | Определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное, по аналогии) и делать выводы. | Умение планирования и регуляции своей деятельности.Умение владения устной и письменной речью, монологической контекстной речью. |
|  | 2.217 урок | Упражнения на развитие силы. Ведение мяча бегом змейкой, с огибанием предметов; Вырывание и выбивание мячаПовороты на месте. | Описывают технику игровых действий и приёмов, осваивать их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Применяют правила подбора одежды для занятий, использовать игру в баскетбол в организации активного отдыха..  | Овладение основами технических действий, приемами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умением использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности. | Самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач. | Определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное, по аналогии) и делать выводы. | Умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками. |
|  | 2.318 урок | Передача мяча при встречном движении. Штрафной бросок. | Моделируют технику игровых действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций, возникающих в процессе игровой деятельности.  | Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма, в том числе в подготовке к выполнению нормативов Всероссийского физкультурноспортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО). | Самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач. | Определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное, по аналогии) и делать выводы. | Умение владения устной и письменной речью, монологической контекстной речью.Умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками. |
|  | 2.419 урок | Комбинации из элементов техники передвижений. Ходьба и бег в различных направлениях с максимальной скоростью с внезапными остановками и выполнением различных заданий.  | Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых действий и приёмов, соблюдают правила безопасности.  | Обогащение опыта совместной деятельности в организации и проведении занятий физической культурой, форм активного отдыха и досуга. | Самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач. | Определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное, по аналогии) и делать выводы. | Умение формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение |
|  | 2.520 урок | **Контрольное** выполнение комбинации из технических приёмов (ведение, передача, ловля) | Организуют совместные занятия баскетболом со сверстниками, осуществляют судейство игры. Выполняют правила игры, уважительно относятся к сопернику и управляют своими эмоциями.  | Расширение опыта организации и мониторинга физического развития и физической подготовленности; формирование умения вести наблюдение за динамикой развития своих основных физических качеств. | Оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения. | Определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное, по аналогии) и делать выводы. | Умение формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнениеОпределять общую цель и пути ее достижения; уметь договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности. |
|  | 2.621 урок | Исторические сведения о развитии древних Олимпийских игр. Тактика свободного нападения. Упражнения на развитие координации движений. | Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых действий и приёмов, соблюдают правила безопасности.  | Овладение системой знаний о физическом совершенствовании человека, создание основы для формирования интереса к расширению и углублению знаний по истории развития физической культуры, спорта и олимпийского движения, освоение умений отбирать физические упражнения и регулировать физические нагрузки для самостоятельных систематических занятий с различной функциональной направленностью (оздоровительной, тренировочной, коррекционной, рекреативной и лечебной) с учетом индивидуальных возможностей и особенностей организма. | Самостоятельно определять цели обучения, ставить и формулировать новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности. | Определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное, по аналогии) и делать выводы. | Умение владения устной и письменной речью, монологической контекстной речью. |
|  | 2.722 урок | Бросок одной рукой от плеча с места, двумя руками от головы в движении Нападение быстрым прорывом Взаимодействия двух игроков. Игра по упрощённым правилам. | Описывают технику игровых действий и приёмов, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. | Расширение опыта организации и мониторинга физического развития и физической подготовленности; формирование умения вести наблюдение за динамикой развития своих основных физических качеств. | Оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения. | Создавать, применять и преобразовывать графические пиктограммы физических упражнений в двигательные действия и наоборот. | Умение планирования и регуляции своей деятельности. |
|  | 2.8 23 урок | Уход от соперника, повороты на месте, укрывание мяча. Контрольное выполнение техники штрафного броска. | Описывают технику игровых действий и приёмов, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. | Овладение системой знаний о физическом совершенствовании человека, создание основы для формирования интереса к расширению и углублению знаний по истории развития физической культуры, спорта и олимпийского движения. | Соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией. | Владеть культурой активного использования информационно – поисковых систем.  | Умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей. |
|  | 2.924 урок | Передача одной рукой от плеча. Перехват мяча во время ведения. Игра по правилам. | Применяют правила подбора одежды для занятий, используют игру в баскетбол в организации активного отдыха. | Овладение системой знаний о физическом совершенствовании человека, создание основы для формирования интереса к расширению и углублению знаний по истории развития физической культуры, спорта и олимпийского движения. | Соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией. | Владеть культурой активного использования информационно – поисковых систем.  | Систематизировать, сопоставлять, анализировать, обобщать и интерпретировать информацию, содержащуюся в готовых информационных объектах. |
|  | 2.1025 урок | Передача с отскоком от пола двумя руками Тактические действия – подстраховка. Игра по правилам. | Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых действий и приёмов, соблюдают правила безопасности.  | Освоение умений отбирать физические упражнения и регулировать физические нагрузки для самостоятельных систематических занятий с различной функциональной направленностью (оздоровительной, тренировочной, коррекционной, рекреативной и лечебной) с учетом индивидуальных возможностей и особенностей организма. | Оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения. | Определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное, по аналогии) и делать выводы. | Конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества. |
|  | 2.1126 урок | Бросок двумя руками от груди с места. Тактические действия - личная опека. **Контрольная** игра по правилам. | Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых действий и приёмов, соблюдают правила безопасности.  | Освоение умений отбирать физические упражнения и регулировать физические нагрузки для самостоятельных систематических занятий с различной функциональной направленностью (оздоровительной, тренировочной, коррекционной, рекреативной и лечебной) с учетом индивидуальных возможностей и особенностей организма, планировать содержание этих занятий, включать их в режим учебного дня и учебной недели. | Оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения. | Определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное, по аналогии) и делать выводы. | Конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества. |
|  | 2.1227 урок | Возрождение Олимпийских игр и олимпийского движения. Бросок одной рукой от головы. Игра по правилам. | Моделируют технику игровых действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций, возникающих в процессе игровой деятельности.  | Приобретение опыта организации самостоятельных систематических занятий физической культурой с соблюдением правил техники безопасности и профилактики травматизма. | Соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией. | Определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное, по аналогии) и делать выводы. | Владеть базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. |
|  | **3** | **II четверть Гимнастика - 21 час** |
|  | 3.128 урок | Техника безопасности на уроках гимнастики. Подготовка к занятиям выбор мест занятий, инвентаря и одежды. Организующие команды и приемы (построения и перестроения на месте и в движении). | Чётко отвечают на вопросы по технике безопасности. Называют виды травм на уроках физической культуры. Чётко выполняют строевые команды. | Понимание роли и значения физической культуры в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья. | Умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы. | Определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное, по аналогии) и делать выводы. | Систематизировать, сопоставлять, анализировать, обобщать и интерпретировать информацию, содержащуюся в готовых информационных объектах. |
|  | 3.229 урок | Роль Пьера де Кубертена в их становлении и развитии. Акробатические упражнения: кувырок вперёд в упор присев, назад в группировке, стойка на лопатках из упора присев | Определяют и исправляют типичные ошибки в технике выполнения акробатических элементов. Демонстрируют владение командным голосом и строевыми командами.  | Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма, в том числе в подготовке к выполнению нормативов. | Умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения.  | Определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное, по аналогии) и делать выводы. | Владеть базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. |
|  | 3.330 урок | Кувырок назад из стойки на лопатках в полушпагат. Упражнения в упорах.Комплекс упражнений для коррекции осанки. | Характеризуют основные приёмы массажаОсуществляют страховку, используют терминологию при объяснении упражнений. Считаются с мнением сверстников, прислушиваются к их замечаниям. | Оценивать текущее состояние организма и определять тренирующее воздействие на него занятий физической культурой посредством использования стандартных физических нагрузок и функциональных проб, определять индивидуальные режимы физической нагрузки, контролировать направленность ее воздействия на организм во время самостоятельных занятий физическими упражнениями с разной целевой ориентацией. | Владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности. | Определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное, по аналогии) и делать выводы. | Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих. |
|  | 3431 урок | Стойка на голове и руках с помощью. Силовые упражнения с отягощением. | Анализируют технику выполнения приёмов массажа. Анализируют технику движений, предупреждают появление ошибок в процессе её освоения. | Освоение умения оказывать первую доврачебную помощь при легких травмах;- обогащение опыта совместной деятельности в организации и проведении занятий физической культурой. | Владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности. | Владеть культурой активного использования информационно – поисковых систем.  | Умение формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнениеОпределять общую цель и пути ее достижения; уметь договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности. |
|  | 3.532 урок | Подбор упражнений и составление индивидуальных комплексов для по образцу физической подготовкой, выделение основных частей занятия.Акробатическая комбинация из изученных упражнений. | Готовят места занятий в соответствии с требованиями техники безопасности. Отбирают состав упражнений, определяют последовательность их выполнения и дозировку. | Приобретение опыта организации самостоятельных систематических занятий физической культурой с соблюдением правил техники безопасности и профилактики травматизма. | Владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности. | Создавать, применять и преобразовывать графические пиктограммы физических упражнений в двигательные действия и наоборот. | Умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками.Умение работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов.  |
|  | 3.633 урок | **Контрольное** выполнение акробатической комбинации. Упражнения на развитие силовых способностей. | Выявляют особенности телосложения и осанки, определяют их влияние на здоровье. Описывают технику упражнений на бревне и перекладине. Определяют и исправляют типичные ошибки в технике выполнения. | Формирование умений выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корригирующих упражнений, учитывающих индивидуальные способности и особенности, состояние здоровья и режим учебной деятельности. | Самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач. | Создавать, применять и преобразовывать графические пиктограммы физических упражнений в двигательные действия и наоборот. | Умение планирования и регуляции своей деятельности. |
|  | 3.734 урок | Упражнения на гимнастическом бревне (девочки): (передвижение приставными шагами; повороты, стоя на месте, соскок с опорой о бревно). Упражнения на перекладине (мальчики): (из виса стоя толчком двумя переход в упор; перемах одной сед верхом). | Характеризуют технику упражнений для коррекции осанки, подбирают комплекс самостоятельно. Оказывают помощь сверстникам в освоении новых гимнастических упражнений. | Формирование умений выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корригирующих упражнений, учитывающих индивидуальные способности и особенности, состояние здоровья и режим учебной деятельности;- овладение основами технических действий, приемами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умением использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности. | Самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач. | Создавать, применять и преобразовывать графические пиктограммы физических упражнений в двигательные действия и наоборот. | Умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками. |
|  | 3.835 урок | Упражнения на бревне: (передвижение бегом, наклон вперёд и назад в широкой стойке, с изменяющимся положением рук, соскок прогнувшись). Упражнения на перекладине (переход в вис на согнутых). | Анализируют технику упражнений, выявляют ошибки и активно помогают в их исправлении.Анализируют технику опорных прыжков своих сверстников, выявляют ошибки и активно помогают в их исправлении | Расширение опыта организации и мониторинга физического развития и физической подготовленности; формирование умения вести наблюдение за динамикой развития своих основных физических качеств. | Оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения. | Создавать, применять и преобразовывать графические пиктограммы физических упражнений в двигательные действия и наоборот. | Умение формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение |
|  | 3.936 урок | Бревно: стойка на коленях с опорой на руки; равновесие на одной. Упражнения на перекладине: (соскок махом назад). Комбинации из изученных элементов. | Демонстрируют навыки выполнения комбинации на бревне и перекладине, оценивают технику выполнения сверстниками. | Овладение системой знаний о физическом совершенствовании человека, создание основы для формирования интереса к расширению и углублению знаний по истории развития физической культуры, спорта и олимпийского движения, освоение умений отбирать физические упражнения и регулировать физические нагрузки для самостоятельных систематических занятий с различной функциональной направленностью (оздоровительной, тренировочной, коррекционной, рекреативной и лечебной) с учетом индивидуальных возможностей и особенностей организма, планировать содержание этих занятий, включать их в режим учебного дня и учебной недели. | Соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией. | Создавать, применять и преобразовывать графические пиктограммы физических упражнений в двигательные действия и наоборот. | Определять общую цель и пути ее достижения; уметь договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности. |
|  | 3.1037 урок | Комплекс утренней гимнастики. Зачётные комбинации на бревне и на перекладине.  | Демонстрируют навыки выполнения опорного прыжка оценивают технику выполнения прыжка сверстниками.Описывают технику гимнастических упражнений на брусьях, используют гимнастическую терминологию. Активно помогают сверстникам в освоении элементов. | Расширение опыта организации и мониторинга физического развития и физической подготовленности; формирование умения вести наблюдение за динамикой развития своих основных физических качеств. | Соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией. | Создавать, применять и преобразовывать графические пиктограммы физических упражнений в двигательные действия и наоборот. | Умение работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов.  |
|  | 3.1138 урок | Упражнения на гимнастических параллельных брусьях (мальчики): (наскок в упор, передвижение прыжками на руках). Девочки: (стилизованные общеразвивающие упражнения, высокий шаг, приставной). | Используют упражнения с предметами для развития координационных и силовых способностей. Оказывают помощь сверстникам в освоении новых упражнений, осуществляют страховку. | Овладение основами технических действий, приемами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умением использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности. | Осуществлять самоконтроль, самооценку, принимать решения и осознанно делать выбор в учебной и познавательной деятельности.  | Определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное, по аналогии) и делать выводы. | Определять общую цель и пути ее достижения; уметь договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности. |
|  | 3.1239 урок | Мальчики: (сед ноги в стороны; размахивание на прямых руках; соскок махом вперёд).Девочки: (шаг галопа, польки). | Анализируют технику движений, определяют её основные показатели. Используют правильную технику в освоении и выполнении упражнений. | Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма, в том числе в подготовке к выполнению нормативов Всероссийского физкультурноспортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО). | Соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией. | Определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное, по аналогии) и делать выводы. | Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих. |
|  | 3.1340 урок | Планирование занятий с разной функциональной направленностью. Ритмическая гимнастика с элементами хореографии (девочки). Комбинация на брусьях (мальчики). | Обосновывают целесообразность упражнений на гибкость, раскрывают содержание и направленность этих упражнений. Демонстрируют навыки владения гимнастическими приёмами на брусьях. | Расширение опыта организации и мониторинга физического развития и физической подготовленности; формирование умения вести наблюдение за динамикой развития своих основных физических качеств. | Оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения. | Определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное, по аналогии) и делать выводы. | Систематизировать, сопоставлять, анализировать, обобщать и интерпретировать информацию, содержащуюся в готовых информационных объектах. |
|  | 3.1441 урок | Упражнения на разновысоких брусьях (девочки): (наскок на нижнюю жердь; махом назад – соскок сед на бедре). Мальчики: опорный прыжок через козла. | Взаимодействуютт со сверстниками, находят компромиссы в процессе совместного освоения упражнений. | Овладение системой знаний о физическом совершенствовании человека, создание основы для формирования интереса к расширению и углублению знаний по истории развития физической культуры, спорта и олимпийского движения, освоение умений отбирать физические упражнения и регулировать физические нагрузки для самостоятельных систематических занятий с различной функциональной направленностью (оздоровительной, тренировочной, коррекционной, рекреативной и лечебной) с учетом индивидуальных возможностей и особенностей организма, планировать содержание этих занятий, включать их в режим учебного дня и учебной недели. | Самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач. | Определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное, по аналогии) и делать выводы. | Владеть базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. |
|  | 3.1542 урок | Девочки: (наскок в вис на верхнюю жердь, размахивание изгибами, вис прогнувшись на нижней). Мальчики: вскок на снаряд в упор присев, соскок. | Самостоятельно осваивают упражнения. Запоминают упражнения для применения их в самостоятельных занятиях. | Освоение умений отбирать физические упражнения и регулировать физические нагрузки для самостоятельных систематических занятий с различной функциональной направленностью (оздоровительной, тренировочной, коррекционной, рекреативной и лечебной) с учетом индивидуальных возможностей и особенностей организма. | Самостоятельно определять цели обучения, ставить и формулировать новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности. | Определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное, по аналогии) и делать выводы. | Определять общую цель и пути ее достижения; уметь договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности. |
|  | 3.1643 урок | Девочки: комбинация на брусьях. Мальчики: **контрольное** выполнение опорного прыжка. | Понимают и объясняют необходимость выполнения комплексов корригирующей и адаптивной физической культуры для людей с нарушением данных функций. Запоминают упражнения для развития координации для применения их в самостоятельных занятиях. | Освоение умений отбирать физические упражнения и регулировать физические нагрузки для самостоятельных систематических занятий с различной функциональной направленностью (оздоровительной, тренировочной, коррекционной, рекреативной и лечебной) с учетом индивидуальных возможностей и особенностей организма, планировать содержание этих занятий, включать их в режим учебного дня и учебной недели. | Самостоятельно определять цели обучения, ставить и формулировать новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности. | Определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, | Умение формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение. |
|  | 3.1744 урок | Девочки: опорный прыжок через козла Мальчики: передвижение в висах и упорах. | Самостоятельно составляют комбинации из упражнений ритмической гимнастики и выполняют под музыку. Характеризуют величину нагрузки по показанию ЧСС. | Обогащение опыта совместной деятельности в организации и проведении занятий физической культурой, форм активного отдыха и досуга. | Умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы. | Определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное, по аналогии) и делать выводы. | Умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками. |
|  | 3.1845 урок | Девочки: вскок на снаряд в ноги врозь, соскок. Мальчики: упражнения, ориентированные на развитие силовых способностей. | Демонстрируют знания и навыки в аэробной и ритмической гимнастике. Самостоятельно подбирают упражнения для позвоночного столба, регулируют их дозировку, определяют и исправляют типичные ошибки в технике выполнения. | Формирование умений выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корригирующих упражнений, учитывающих индивидуальные способности и особенности, состояние здоровья и режим учебной деятельности. | Самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач. | Определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное, по аналогии) и делать выводы. | Умение работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов. Умение формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение |
|  | 3.1946 урок | Девочки: **контрольное** выполнение опорного прыжка. Мальчики: упражнения на равновесие и гибкость. | Выявляют особенности в приросте показателей физического развития в течение первого полугодия, сравнивают их возрастными стандартами. | Овладение основами технических действий, приемами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умением использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности. | Умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы. | Определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное, по аналогии) и делать выводы. | Владеть базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. |
|  | 3.2047 урок | Комплекс упражнений на коррекцию осанки и телосложения. Выполнение теста на гибкость. | Классифицируют физические упражнения по функциональной направленности. В дальнейшем используют их для самостоятельных занятий. | Овладение основами технических действий, приемами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умением использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности. | Осуществлять самоконтроль, самооценку, принимать решения и осознанно делать выбор в учебной и познавательной деятельности. | Создавать, применять и преобразовывать графические пиктограммы физических упражнений в двигательные действия и наоборот. | Владеть базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. |
|  | 3.2148 урок | Индивидуальные комплексы адаптивной физической культуры при нарушении опорно-двигательного аппарата. Гимнастическая полоса препятствий  | Демонстрируют силовые, скоростные и координационные способности и навыки, полученные на уроках гимнастики  | расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма | Осуществлять самоконтроль, самооценку, принимать решения и осознанно делать выбор в учебной и познавательной деятельности. | Создавать, применять и преобразовывать графические пиктограммы физических упражнений в двигательные действия и наоборот. | Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих. |
|  | **4** | **III четверть -30 часов Лыжная подготовка – 19часов** |
|  | 4.149 урок | Правила техники безопасности на уроках лыжной подготовки. Требования к одежде, обуви и лыжному инвентарю. Здоровье и здоровый образ жизни. | Применяют правила подбора одежды для занятий лыжной подготовкой, используют передвижение на лыжах в организации активного отдыха. | Понимание роли и значения физической культуры в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья. | Оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения. | Создавать, применять и преобразовывать графические пиктограммы физических упражнений в двигательные действия и наоборот. | Владеть базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. |
|  | 4.250 урок | Попеременный двухшажный ход. Передвижение на лыжах с равномерной скоростью в режиме умеренной интенсивности по учебному кругу.  | Описывают технику передвижения на лыжах, осваивать её самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.  | Овладение основами технических действий, приемами и физическими упражнениями из базовых видов спорта. | Самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач. | Создавать, применять и преобразовывать графические пиктограммы физических упражнений в двигательные действия и наоборот. | Определять общую цель и пути ее достижения; уметь договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности. |
|  | 4.3.51 урок | **Оценка** техники выполнения попеременного двухшажного хода. Передвижение на лыжах с равномерной скоростью в режиме большой интенсивности (1км)  | Моделируют способы передвижения на лыжах в зависимости от особенностей трассы. | Овладение основами технических действий, приемами и физическими упражнениями из базовых видов спорта. | Самостоятельно определять цели обучения, ставить и формулировать новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности. | Создавать, применять и преобразовывать графические пиктограммы физических упражнений в двигательные действия и наоборот. | Умение работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов.  |
|  | 4.452 урок | Одновременный бесшажный ход. Прохождение отрезков до 500м .с переменной скоростью.  | Применяют передвижение на лыжах для развития физических качеств, | Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма. | Самостоятельно определять цели обучения, ставить и формулировать новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности. | Создавать, применять и преобразовывать графические пиктограммы физических упражнений в двигательные действия и наоборот. | Умение формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение |
|  | 4.553 урок | **Оценка** техники выполнения одновременного бесшажного хода. Лыжная эстафета | Демонстрируют и моделируют способы передвижения на лыжах. | расширение опыта Организации и мониторинга физического развития и физической подготовленности; формирование умения вести наблюдение за динамикой развития своих основных физических качеств. | Оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения. | Создавать, применять и преобразовывать графические пиктограммы физических упражнений в двигательные действия и наоборот. | Умение формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение |
|  | 4.654 урок | Развитиеспециального физического качества выносливости: прохождение дистанции до 2 км с чередованием изученных ходов в режиме умеренной интенсивности. | Моделируют способы передвижения на лыжах в зависимости от особенностей трассы. | Овладение основами технических действий, приемами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умением использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности. | Умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения.  | Владеть культурой активного использования информационно – поисковых систем.  | Умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей. |
|  | 4.755 урок | Переход с одного способа передвижения на другой. Передвижение на лыжах с равномерной скоростью в режиме субмаксимальной интенсивности.  | Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники передвижения на лыжах, соблюдают правила безопасности.  | Оценивать текущее состояние организма и определять тренирующее воздействие на него занятий физической культурой посредством использования стандартных физических нагрузок и функциональных проб, определять индивидуальные режимы физической нагрузки, контролировать направленность ее воздействия на организм во время самостоятельных занятий физическими упражнениями с разной целевой ориентацией. | Умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения.  | Определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное, по аналогии) и делать выводы. | Умение владения устной и письменной речью, монологической контекстной речью. |
|  | 4.8 56 урок | Техника одновременного одношажного хода. Равномерное передвижение 15 мин. Повороты переступанием в движении  | Самостоятельно осваивают технику ходов, осуществляют контроль за физической нагрузкой во время занятий.Объясняют причины обморожений и способы оказания первой помощи. | Приобретение опыта организации самостоятельных систематических занятий физической культурой с соблюдением правил техники безопасности и профилактики травматизма;освоение умения оказывать первую доврачебную помощь при легких травмах. | Умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения.  | Определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное, по аналогии) и делать выводы. | Умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками.Умение работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов.  |
|  | 4.957 урок | Перешагивание небольших препятствий. Передвижение с соревновательной скоростью 1 км. | Демонстрируют и моделируют способы передвижения на лыжах. | Расширение опыта организации и мониторинга физического развития и физической подготовленности; формирование умения вести наблюдение за динамикой развития своих основных физических качеств. |  | Определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное, по аналогии) и делать выводы. | Умение формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение |
|  | 4.1058 урок | Подъём лесенкой, ёлочкой, полуёлочкой. Спуски в основной, низкой стойке. Передвижение на лыжах 2 км с преодолением естественных препятствий | Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники передвижения на лыжах, соблюдают правила безопасности.  | Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма, в том числе в подготовке к выполнению нормативов Всероссийского физкультурноспортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО). | Самостоятельно определять цели обучения, ставить и формулировать новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности. | Определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное, по аналогии) и делать выводы. | Определять общую цель и пути ее достижения; уметь договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности. |
|  | 4.1159 урок | Техника торможения плугом Совершенствование лыжных ходов на дистанции 3 км.  | Раскрывают понятия техники двигательного действия и используют основные правила её освоения в самостоятельных занятиях. | Овладение системой знаний о физическом совершенствовании человека, создание основы для формирования интереса к расширению и углублению знаний по истории развития физической культуры, спорта и олимпийского движения, освоение умений отбирать физические упражнения и регулировать физические нагрузки для самостоятельных систематических занятий с различной функциональной направленностью (оздоровительной, тренировочной, коррекционной, рекреативной и лечебной) с учетом индивидуальных возможностей и особенностей организма. | Оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения. | Определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное, по аналогии) и делать выводы. | Умение формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение |
|  | 4.1260 урок | Техника поворота переступанием. **Оценка** скорости передвижения на лыжах 2 км. | Контролируют физическую нагрузку по частоте сердечных сокращений. | Оценивать текущее состояние организма и определять тренирующее воздействие на него занятий физической культурой посредством использования стандартных физических нагрузок и функциональных проб, определять индивидуальные режимы физической нагрузки, контролировать направленность ее воздействия на организм во время самостоятельных занятий физическими упражнениями с разной целевой ориентацией. | Оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения. | Определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное, по аналогии) и делать выводы. | Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих. |
|  | 4.1361 урок | Применение изученных упражнений в самостоятельной физической подготовке. Торможение упором, поворот упором. Бег на лыжах с соревновательной скоростью (1км). | Раскрывают понятия техники двигательного действия и используют основные правила её освоения в самостоятельных занятиях. | Овладение основами технических действий, приемами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умением использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности. | Осуществлять самоконтроль, самооценку, принимать решения и осознанно делать выбор в учебной и познавательной деятельности.  | Определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное, по аналогии) и делать выводы. | Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих. |
|  | 4.1462 урок | Контрольное выполнение спусков и торможения. Развитие координации в играх – эстафетах. | Выявляют особенности в приросте показателей физического развития, сравнивают их с основными стандартами.Описывают технику передвижения на лыжах в горнолыжных элементах. | Оценивать текущее состояние организма и определять тренирующее воздействие на него занятий физической культурой посредством использования стандартных физических нагрузок и функциональных проб, определять индивидуальные режимы физической нагрузки, контролировать направленность ее воздействия на организм во время самостоятельных занятий физическими упражнениями с разной целевой ориентацией | Осуществлять самоконтроль, самооценку, принимать решения и осознанно делать выбор в учебной и познавательной деятельности.  | Создавать, применять и преобразовывать графические пиктограммы физических упражнений в двигательные действия и наоборот. | Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих.Конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества. |
|  | 4.1563 урок | Гонки с выбыванием. Преодоление естественных препятствий на дистанции. | Выявляют особенности в приросте показателей физического развития, сравнивают их с основными стандартами.Описывают технику передвижения на лыжах в горнолыжных элементах. | Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма, в том числе в подготовке к выполнению нормативов Всероссийского физкультурноспортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО). | Соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией. | Создавать, применять и преобразовывать графические пиктограммы физических упражнений в двигательные действия и наоборот. | Систематизировать, сопоставлять, анализировать, обобщать и интерпретировать информацию, содержащуюся в готовых информационных объектах. |
|  | 4.1664 урок | Контрольная дистанция 2 км. | Классифицируют физические упражнения по функциональной направленности, используют их в самостоятельных занятиях в спортивной подготовке. | Оценивать текущее состояние организма и определять тренирующее воздействие на него занятий физической культурой посредством использования стандартных физических нагрузок и функциональных проб. | Соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией. | Создавать, применять и преобразовывать графические пиктограммы физических упражнений в двигательные действия и наоборот. | Осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих. |
|  | 4.1765 урок | Прохождение дистанции с использованием техники изученных элементов. | Контролируют физическую нагрузку по частоте сердечных сокращений. | Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма, в том числе в подготовке к выполнению нормативов Всероссийского физкультурноспортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО). | Осуществлять самоконтроль, самооценку, принимать решения и осознанно делать выбор в учебной и познавательной деятельности.  | Создавать, применять и преобразовывать графические пиктограммы физических упражнений в двигательные действия и наоборот. | Умение работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов. Умение формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение |
|  | 4.1866 урок | Развитие скоростных качеств. Эстафета с этапом по 200 м. | Выполняют нормативы физической подготовки по лыжным гонкам. | Приобретение опыта организации самостоятельных систематических занятий физической культурой с соблюдением правил техники безопасности и профилактики травматизма. | Осуществлять самоконтроль, самооценку, принимать решения и осознанно делать выбор в учебной и познавательной деятельности.  | Определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное, по аналогии) и делать выводы. | Умение работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов. Определять общую цель и пути ее достижения; уметь договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности. |
|  | 4.1967 урок | Соревнование с раздельным стартом на дистанцию 1км. | Выполняют нормативы физической подготовки по лыжным гонкам. | Овладение системой знаний о физическом совершенствовании человека, создание основы для формирования интереса к расширению и углублению знаний по истории развития физической культуры, спорта и олимпийского движения, освоение умений отбирать физические упражнения и регулировать физические нагрузки. | Оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения. | Определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное, по аналогии) и делать выводы. | Систематизировать, сопоставлять, анализировать, обобщать и интерпретировать информацию, содержащуюся в готовых информационных объектах. |
|  | 2 | **Футбол -5 часов**  |
|  | 2.1368 урок | Техника безопасности на уроках футбола. Технико-тактические действия с мячом: удар по катящемуся мячу, остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы. | Описывают технику игровых действий и приёмов, осваивать их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Применяют правила подбора одежды для занятий, использовать игру в футбол в организации активного отдыха..  | Понимание роли и значения физической культуры в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья. Овладение основами технических действий, приемами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умением использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности. | Умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения.  | Определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное, по аналогии) и делать выводы. | Умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей. |
|  | 2.1469 урок | Остановка катящегося мяча подошвой. Передачи в кругу. Отбор мяча. Правила футбола. | Моделируют технику игровых действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций, возникающих в процессе игровой деятельности.  | Расширение опыта организации и мониторинга физического развития и физической подготовленности; формирование умения вести наблюдение за динамикой развития своих основных физических качеств. | Самостоятельно определять цели обучения, ставить и формулировать новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности. | Определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное, по аналогии) и делать выводы. | Умение планирования и регуляции своей деятельности. |
|  | 2.1570 урок | Удар по воротам. Передачи в квадрате. Прыжки через скакалку в максимальном темпе. Игра по правилам | Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых действий и приёмов, соблюдают правила безопасности.  | Овладение основами технических действий, приемами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умением использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности. | Самостоятельно определять цели обучения, ставить и формулировать новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности. | Определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное, по аналогии) и делать выводы. | Умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками. |
|  | 2.1671 урок | Тактические приемы игры. Действия в нападении. Упражнения с дополнительным отягощением. Игра | Организуют совместные занятия футболом со сверстниками, осуществляют судейство игры. Выполняют правила игры, уважительно относятся к сопернику и управляют своими эмоциями.  | Овладение основами технических действий, приемами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умением использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности. | Соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией. | Определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное, по аналогии) и делать выводы. | Умение планирования и регуляции своей деятельности. |
|  | 2.1772 урок | Тактические приемы игры. Действия в защите. Игра | Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых действий и приёмов, соблюдают правила безопасности.  | Освоение умений отбирать физические упражнения и регулировать физические нагрузки для самостоятельных систематических занятий с различной функциональной направленностью (оздоровительной, тренировочной, коррекционной, рекреативной и лечебной) с учетом индивидуальных возможностей и особенностей организма. | Соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией. | Определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное, по аналогии) и делать выводы. | Конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества. |
|  | 2 | **Волейбол - 12 часов**  |
|  | 2.1873 урок | Техника безопасности на уроках волейбола. Требования к форме. Приём и передача мяча двумя руками сверху. Развитие быстроты – бег за мячом. | Описывают технику игровых действий и приёмов, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. | Приобретение опыта организации самостоятельных систематических занятий физической культурой с соблюдением правил техники безопасности и профилактики травматизма. | Умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения.  | Определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное, по аналогии) и делать выводы. | Систематизировать, сопоставлять, анализировать, обобщать и интерпретировать информацию, содержащуюся в готовых информационных объектах. |
|  | 2.1974 урок | Приём и передача мяча двумя руками снизу. Координационные упражнения- бег на скорости с поворотами. | Описывают технику игровых действий и приёмов, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. | формирование умений выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корригирующих упражнений, учитывающих индивидуальные способности и особенности, состояние здоровья и режим учебной деятельности. | Самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач. | Определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное, по аналогии) и делать выводы. | Определять общую цель и пути ее достижения; уметь договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности. |
|  | 2.2075 урок | Комбинации из верхней и нижней передачи. Силовые упражнения – многоскоки через препятствие. | Применяют правила подбора одежды для занятий, использют игру в волейбол в организации активного отдыха. | Овладение основами технических действий, приемами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умением использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности. | Оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения. | Определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное, по аналогии) и делать выводы. | Умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками. |
|  | 2.2176 урок | Нижняя прямая подача. Упражнения на выносливость – повторное ускорение с уменьшающимся интервалом отдыха. | Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых действий и приёмов, соблюдают правила безопасности.  | Овладение основами технических действий, приемами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умением использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности. | Оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения. | Определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное, по аналогии) и делать выводы. | Умение работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов.  |
|  | 2.2277 урок | Нападающий удар через сетку с места кулаком. Игры, подводящие к волейболу. | Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых действий и приёмов, соблюдают правила безопасности.  | Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма. | Осуществлять самоконтроль, самооценку, принимать решения и осознанно делать выбор в учебной и познавательной деятельности.  | Определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное, по аналогии) и делать выводы. | Умение формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение. |
|  | 2.2378 урок | **Контрольное** выполнение техники подачи. Координационные упражнения – прыжки по разметке. | Моделируют технику игровых действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций, возникающих в процессе игровой деятельности.  | Овладение основами технических действий, приемами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умением использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности. | Осуществлять самоконтроль, самооценку, принимать решения и осознанно делать выбор в учебной и познавательной деятельности.  | Определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное, по аналогии) и делать выводы. | Конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества. |
|  | 2.2479 урок | Техника безопасности на уроках спортивных игр. Контрольное выполнение техники передач. Комбинации изученных элементов. | Моделируют технику игровых действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций, возникающих в процессе игровой деятельности.  | Овладение основами технических действий, приемами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умением использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности. | Самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач. | Определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное, по аналогии) и делать выводы. | Владеть базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. |
|  | 2.2580 урок | Передача мяча из зоны защиты в зону нападения. Силовые упражнения – лазанье на руках | Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых действий и приёмов, соблюдают правила безопасности.  | Овладение основами технических действий, приемами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умением использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности. | Самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач. | Определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное, по аналогии) и делать выводы. | Умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками. |
|  |  | **IV четверть**  |
|  | 2.2681 урок | Нападающий удар через сетку в прыжке кулаком. Упражнения на выносливость – многократные прыжки на скакалке. | Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых действий и приёмов, соблюдают правила безопасности.  | Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма. | Умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы. | Определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное, по аналогии) и делать выводы. | Умение формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение. |
|  | 2.2782 урок | Удар по мячу после передачи. Эстафеты с элементами волейбола. | Моделируют технику игровых действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций, возникающих в процессе игровой деятельности.  | Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма. | Самостоятельно определять цели обучения, ставить и формулировать новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности. | Определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное, по аналогии) и делать выводы. | Определять общую цель и пути ее достижения; уметь договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности. |
|  | 2.2883 урок | Тактические действия в игре. Правила волейбола. Игра по правилам. | Выполняют правила игры, уважительно относятся к сопернику и управляют своими эмоциями. Организуют совместные занятия волейболом со сверстниками, осуществляют судейство игры.  | Определять индивидуальные режимы физической нагрузки, контролировать направленность ее воздействия на организм во время самостоятельных занятий физическими упражнениями с разной целевой ориентацией. | Умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы. | Определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное, по аналогии) и делать выводы. | Определять общую цель и пути ее достижения; уметь договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности. Конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества. |
|  | 2.2984 урок | Комплексы упражнений для оздоровительных форм занятий физической культурой. Игра по правилам. Судейство. | Описывают технику игровых действий и приёмов. | Приобретение опыта организации самостоятельных систематических занятий физической культурой с соблюдением правил техники безопасности и профилактики травматизма. Определять индивидуальные режимы физической нагрузки, контролировать направленность ее воздействия на организм во время самостоятельных занятий физическими упражнениями с разной целевой ориентацией. | Умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения.  | Определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное, по аналогии) и делать выводы. | Умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей.Умение планирования и регуляции своей деятельности. |
|  | 2 | **Лапта – 3 часа.** |
|  | 2.30100 урок | Технико-тактические действия: набрасывание мяча, перемещения по полю. Развитие быстроты – повторный бег с максимальной скоростью на поворотах, со старта, с поворотами. | Осваивают самостоятельно игровые действия и приёмы, выявляя и устраняя типичные ошибки Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых действий и приёмов, соблюдать правила безопасности.  | Овладение основами технических действий, приемами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умением использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности. | Самостоятельно определять цели обучения, ставить и формулировать новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности. | Определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное, по аналогии) и делать выводы. | Конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества. |
|  | 2.31101 урок | Удар битой по мячу. Правила в игры. Учебная игра. Развитие координации – бег из разных исходных положений. | Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых действий и приёмов, соблюдать правила безопасности.  | Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма. | Осуществлять самоконтроль, самооценку, принимать решения и осознанно делать выбор в учебной и познавательной деятельности.  | Определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное, по аналогии) и делать выводы. |  |
|  | 2.32102 урок | Рекомендации на лето. Требования техники безопасности и бережного отношения к природе во время прогулок. Учебная игра в лапту. | Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых действий и приёмов, соблюдать правила безопасности.  | Овладение основами технических действий, приемами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умением использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности. | Оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения. | Определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное, по аналогии) и делать выводы. | Умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками. |
| Всего 102 часа |