

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
«Средняя школа № 27»
Петропавловск-Камчатского городского округа

УТВЕРЖДАЮ:

Директор школы

_____/Дышлевская Г.Н.

«__» _____ 20__ г.

СОГЛАСОВАНО:

Зам. директора по УВР

_____/Клюшина Т.И.

«__» _____ 20__ г.

РАССМОТРЕНО:

На заседании МО

_____/Окопная Е.В.

«__» _____ 20__ г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по физической культуре, 6 «А» класс
(предмет, класс, степень обучения)

Королёва Жаннета Дмитриевна

(ФИО)

Учитель физической культуры

(должность, категория)

2021 - 2022 учебный год

г. Петропавловск-Камчатский

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа учебного курса по физической культуре для 6 класса составлена на основе следующих документов:

- Закона РФ «Об образовании» от 29.12.2012 №273-ФЗ (с изм. и доп.);
- Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки РФ от 17.12.2010 № 1897 (с изм. и доп.)
- Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» от 04.12.2007 г. № 329-ФЗ (ред. от 21.04.2011 г.);
- Стратегия развития физической культуры и спорта на период до 2020 года. Распоряжение правительства РФ от 07.08.2009 г. № 1101 -р;
- О проведении мониторинга физического развития обучающихся. Письмо Минобрнауки РФ от 29.03.2010 г. № 06-499;
- Примерной программы основного общего образования по физической культуре (2013 г.);
- Федерального перечня учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, утв. приказом Минобрнауки России от 31.03.2014 N 253 (ред. от 05.07.2017);
- Учебник для 5-9 класса общеобразовательных учреждений. Авторы: В.И.Лях, А.А. Зданевича, М.: Просвещение, 2013 г.). Учебник имеет гриф «Рекомендовано»;
- Положения о рабочей программе учебного предмета, курса МАОУ «Средняя школа № 27»;
- Положения о внутришкольном мониторинге и системе оценки качества образования в МАОУ «Средняя школа № 27»;
- Учебного плана МАОУ «Средняя школа № 27» на 2021/2022 учебный год.

Цель учебного предмета «Физическая культура»: формирование устойчивых мотивов и потребностей, обучающихся в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни.

Учебный предмет «Физическая культура» строится так, чтобы были решены следующие **задачи**:

- укрепление здоровья школьников посредством развития физических качеств и повышения функциональных возможностей жизнеобеспечивающих систем

- организма;
- обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей направленностью, техническими действиями и приёмами базовых видов спорта;
 - формирование общих представлений о физической культуре, её значении в жизни человека, роли в укреплении здоровья, физическом развитии и физической подготовленности;
 - развитие интереса к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми, формам активного отдыха и досуга,
 - воспитание положительных качеств личности, норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в учебной и соревновательной деятельности.

Основными формами организации учебного процесса на уроках физической культуры являются:

1. Урок -форма организации при которой педагог в течении точно установленного времени организует познавательную и иную деятельность учащихся, используя виды методы и средства создающие благоприятные условия, для того что бы ученики овладевали основами изучаемого предмета.
2. Лекция - это особая конструкция учебного процесса. Преподаватель на протяжении всего учебного времени занятия сообщает новый учебный материал. В зависимости от способа проведения нВ уроках физкультуры в основном выделяют Информационные, проблемные визуальные или лекции консультации.
3. Факультативные занятия - предусматривают углубленное изучение учебных материалов.
4. Домашняя самостоятельная работа - основная часть процесса обучения, относящаяся к внеаудиторным занятиям.
5. Предметный кружок - отличается большим разнообразием как по направленности так и по содержанию, методам работы, времени обучения и т.д.
6. Конкурсы и олимпиады - стимулируют и активизируют деятельность учащихся, развивают их творческие способности, формируют дух сознательности

Формы контроля на уроках физической культуры:

- *Предварительный* –имеет целью определения исходного состояния объекта управления. Предметом контроля могут быть показатели фактической обученности по итогам предыдущего учебного года, показатели общей физической подготовки.
- *Текущий* – проводится на каждом уроке и представляет собой

основную форму контроля. на основе материалов текущего контроля используют такие методы как наблюдение ,вызов-опрос, контрольные испытания.

- *Оперативный, или периодический* - разновидность контрольной деятельности учителя которая нацелена на обеспечение промежуточных целей и задач функционирования процесса обучения.
- *Итоговый* –проводиться в конце определенного этапа, периода(четверть)учебного процесса.

В 6 «А» классе обучаются 20 человек, которые успешно освоили программу по физической культуре в 5 классе. В этом классе ученики имеют основную первую, вторую медицинскую группу здоровья и 1 человек специально медицинскую. Уровень физического развития класса - средний , 7 человек имеют высокий уровень развития,10 человек средний и 3 человека низкий уровень развития.

Данная рабочая программа предусматривает систему работы с отстающими и мотивированными детьми. **Целью** системы для работы с одаренными детьми являются:

1. Создание благоприятных условий для развития талантливых учащихся через оптимальную структуру школьного и дополнительного образования.
2. Формирование системы социально-психологической поддержки одаренных и способных детей.

Задачи системы:

- совершенствование системы выявления, развития и сопровождения одарённых учащихся;
- выбор оптимальных форм и методов работы;
- создание условий для укрепления здоровья одарённых детей;
- расширение возможностей для участия способных и одарённых учащихся в олимпиадах, соревнованиях и конкурсах.

Ожидаемые результаты реализации системы:

Реализация системы призвана способствовать:

- созданию условий для выявления, развития, сопровождения одарённых учащихся;
- созданию системы подготовки, переподготовки и повышения квалификации педагога для работы с одарёнными детьми;
- созданию условий для укрепления здоровья одарённых детей;
- повышению качества образования и воспитания школьников;
- формирование банка, технологии и программ для ранней диагностики способных и одаренных детей.

Основные мероприятия:

- разработка и внедрение индивидуальных подпрограмм учителей для одарённых детей;
- организация школьных олимпиад, соревнований, конкурсов и др. мероприятий;
- приобретение инвентаря и оборудования для оптимизации работы с одарёнными детьми;
- приобретение научной и учебно-методической литературы, необходимой для работы с одарёнными детьми;
- организация тесного взаимодействия с ДЮСШ, спортивными клубами, медресами и психологической службой.

Формы работы с одаренными учащимися:

- индивидуально-групповые занятия с одаренными учащимися;
- спортивные секции и клубы;
- участие в олимпиадах;
- работа по индивидуальным планам;
- спортивные соревнования

В практике школьного физического воспитания используется разнообразные формы организации работы со слабоуспевающими, но наибольший эффект дают занятия в группах ОФП школьниками, вошедшие в неё следует систематически проводить дополнительные занятия, при чём работа должна вестись индивидуально с каждым. Постоянный учёт достижений и результатов школьников позволяет контролировать сдвиги в их функциональной и физической подготовки.

В работе с отстающими следует использовать и самостоятельные занятия по индивидуальным заданиям. Это очень полезная и эффективная форма, но она требует от учителя детального знания возможностей каждого ученика и приносит хорошие результаты лишь при соблюдении следующих условий: при приобщении слабоуспевающих по физической культуре учеников к самостоятельным занятиям необходимо им дать точные ориентиры – нормативные показатели уровня развития основных качеств, соответствующего их возрасту и полу; убедить их в практической пользе таких занятий, являющихся необходимым дополнением к урокам; для

каждого ученика выполнить главные направление его работы. Важно убедить их активно двигаться, сознательно выполнять упражнения, тогда результаты контрольных нормативов будут выступать как отражения большой работы, которую ученик проделал сам, выполняемый либо на уроке, либо на дополнительных занятиях. Большое значение имеет и подбор упражнений для того или иного обучаемого с учётом его подготовки, а точнее – отставание от необходимого уровня.

В особо неблагоприятном положении оказываются дети и подростки, которые перенесли какое-либо заболевание или имеют слабое физическое развитие и физическую подготовленность. Они надолго оказываются лишёнными активных занятий физическим воспитанием. Именно с такими ребятами мы нашли интересный выход: не скучные рефераты ради оценок, а составление различных проектов и презентаций. Учащиеся основной группы здоровья также участвуют в этих работах. Между учениками уже начинает развиваться своеобразное соревнование. Лучшие проекты могут участвовать в научно- практических конференциях.

Целью изучения предмета «Физическая культура» является укрепление здоровья обучающихся с ЗПР и совершенствование их физического развития, формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека.

Задачи учебного предмета:

- укрепление здоровья, содействие гармоничному физическому и социальному развитию;
- формирование двигательных навыков и умений, первоначальных умений саморегуляции;
- формирование системы элементарных знаний о здоровом образе жизни и установки на сохранение и укрепление здоровья;
- владение основными представлениями о собственном теле;
- развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости);
- коррекция недостатков психофизического развития.

Коррекционные задачи:

- познакомить с правилами подвижных игр и игровых заданий с элементами спортивных игр, учить соблюдать их;
- формировать представления о значении физической культуры в укреплении собственного здоровья;

- формировать навыки выполнения основных видов движения (ходьба, бег, перекаты, лазанье, прыжки, метание) в процессе выполнения гимнастических упражнений, по легкой атлетике, коррекционно-развивающих упражнений и игр;
- учить имитировать движения спортсменов;
- формировать потребность организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т. д.).

Рабочая программа предусматривает анализ собственной деятельности учителя для того, чтобы реализовать цели, обозначенные в стандартах, организовать их методическое сопровождение, обеспечить достижение новых образовательных результатов, измерить уровень сформированности образовательных результатов.

В связи с внедрением ФГОС общего образования настоящая рабочая программа предусматривает анализ собственной деятельности учителя для того, чтобы реализовать цели, обозначенные в стандартах, организовать их методическое сопровождение, обеспечить достижение новых образовательных результатов, измерить уровень сформированности образовательных результатов.

С этого учебного года коллектив школы работает над методической темой «Профессионально-личностный рост педагога как одно из основных условий обеспечения качества образования». В рамках заявленной методической темы мною была выбрана тема самообразования:

«Системный подход к образовательному, воспитательному и оздоровительному потенциалу обучающихся, на занятиях физической культуры в условиях введения в ФГОС»

Цели:

1. Формирование устойчивых мотивов и потребностей школьников в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни.
2. Повышение профессиональной подготовленности и как следствие, увеличение результативности обучения физической культуре.
3. Духовно-нравственное развитие и воспитание

Задачи:

- формирование общей культуры воспитанников, развития их нравственных, интеллектуальных, физических, эстетических качеств, инициативности, самостоятельности и ответственности, формирования предпосылок к учебной деятельности;
- воспитывать интерес учащихся к занятиям физической культурой;
 - планировать учебно-воспитательный процесс по физическому воспитанию, физкультурно-оздоровительную и спортивную работу с учетом конкретных условий данного заведения;
 - сформировать учебно-воспитательную работу с учащимися на уровне современных психолого-педагогических, медико-биологических, дидактических и методических требований;
 - созидательно применять профессионально-педагогические знания в решении конкретных учебных и воспитательных задач с учетом возрастных, индивидуальных, социально-психологических особенностей обучающихся;
 - развивать знания, умения и навыки, необходимые обучающимся, для самостоятельного применения средств физической культуры в процессе своего самосовершенствования;
 - создание условий для гармоничного развития личности и её самореализации на основе готовности к непрерывному образованию;
 - находить и творчески использовать методы, средства и организационные формы учебной, воспитательной, физкультурно-оздоровительной и других видов деятельности обучающихся в соответствии с решаемыми задачами;
 - находить педагогически рациональные взаимоотношения с учащимися, преподавателями, администрацией;

СИСТЕМА ОЦЕНИВАНИЯ УРОВНЯ ПОДГОТОВКИ УЧАЩИХСЯ

Контрольные упражнения	мальчики			девочки		
	3	4	5	3	4	5
Бег 30 метров	6.2	5.8	5.0	6.8	6.0	5.4
Бег 60 метров	11.6	10.8	10.2	12.0	11.0	10.7
Бег 1000 метров	7.0	6.0	5.0	7.30	6.30	5.30
Челночный бег 3*10м	9.8	9.0	8.4	10.	9.4	8.8
Прыжки в длину с места	125	145	160	110	130	155
Прыжки в длину с разбега	2.50	3.00	3.30	2.20	2.50	2.90
Прыжки в высоту	80	95	105	70	80	95
Прыжки через скакалку за 1 минуту	30	50	60	40	60	70
Метание мяча	20	27	34	14	17	21
Подтягивание на высокой перекладине	3	4	6	-	-	-
Подтягивание на низкой перекладине				8	10	15
Сгибание разгибание рук в упоре лежа	18	20	23	9	11	12
гибкость	3	6	10	4	7	12
Поднимание туловища из положения лежа	20	24	28	18	22	26
Лыжные гонки 1000метров	7.30	7.00	6.30	8.10	7.30	7.00
Лыжные гонки 2000 метров		без	учета	- времени	-	-

2.ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОГО КУРСА

Предметом обучения физической культуре в основной школе является двигательная активность человека с общеразвивающей направленностью. В процессе овладения этой деятельностью укрепляется здоровье, совершенствуются физические качества, осваиваются определенные двигательные действия, активно развиваются мышление, творчество и самостоятельность.

Важнейшим требованием проведения современного урока по физической культуре является обеспечение дифференцированного и индивидуального подхода к учащимся с учетом состояния здоровья, пола, физического развития, двигательной подготовленности, особенностей развития психических свойств и качеств, соблюдение гигиенических норм.

Понятийная база и содержание учебного курса основаны на положениях нормативно - правовых актов Российской Федерации, в том числе:

- требования к результатам освоения образовательной программы среднего (полного) общего образования, представленной в Федеральном государственном стандарте среднего общего образования;
- Концепции духовно- нравственного развития и воспитания личности гражданина;
- Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации»;
- Федерального закона «О физической культуре и спорте»;
- Стратегии национальной безопасности Российской Федерации до 2020 г.;
- примерной программы среднего общего образования;
- приказа Минобрнауки от 30 августа 2010 г. № 889.

3. МЕСТО УЧЕБНОГО КУРСА В УЧЕБОМ ПЛАНЕ

Согласно Базисному учебному плану на обязательное изучение всех учебных тем программы отводится 68 ч при 2 ч в неделю. Вместе с тем, чтобы у учителей физической культуры были условия для реализации их творческих программ и инновационных разработок, индивидуальных педагогических технологий и подходов, программа предусматривает на это выделение определенного объема учебного времени — 20% от объема времени, отводимого на изучение раздела «Физическое совершенствование».

4. ЛИЧНОСТНЫЕ, МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ И ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО КУРСА

В соответствии с требованиями к результатам освоения основной образовательной программы ФГОС основного общего образования учебный процесс по физической культуре в 6-м классе направлен на достижение учащимися личностных, мета - предметных и предметных результатов

Личностные результаты:

- знание истории физической культуры России;
- знание особенностей индивидуального здоровья, правил техники безопасности и оказания доврачебной помощи на занятиях физическими упражнениями для самосовершенствования;
- усвоение правил поведения на занятиях физическими упражнениями и спортом со сверстниками и взрослыми;
- умение планировать режим дня с учётом умственной и физической нагрузки;
- умение проводить комплексы общеразвивающих и корректирующих упражнений;
- способность активно участвовать в проведении физкультурно-спортивных мероприятий;
- умение соблюдать санитарно-гигиенические нормы в процессе занятий физическими упражнениями;
- овладение двигательными умениями и навыками (с максимальной скоростью пробегать 60 м из положения низкого старта; метать малый мяч и мяч весом 150 г с места и с разбега (10— 12 м) в определённом ритме; выполнять акробатическую комбинацию из четырёх элементов, включающую кувырки вперёд и назад, перекаты в группировке, стойку на лопатках; вис согнувшись и прогнувшись, смешанные висы и упоры на гимнастических снарядах; лазанье в два приёма; опорный прыжок (вскок в упор присев и соскок прогнувшись); в спортивных играх (играть в одну из спортивных игр по упрощённым правилам));
- овладение способами спортивной деятельности (участвовать в «Президентских состязаниях»).

Метапредметные результаты:

- умение определять цели, задачи и алгоритм обучения, физической подготовки, а также соотносить их с полученными результатами;
- умение самостоятельно находить и использовать информацию по основным разделам учебного материала для решения практических задач на уроке; умение выполнять двигательные действия и физические упражнения базовых видов спорта с учётом изученного программного материала; умение выявлять ошибки в процессе выполнения практических задач и находить способы их исправления, обосновывать показатели качества конечных результатов;
- умение строить продуктивное взаимодействие со сверстниками и учителем в

процессе освоения двигательных действий, игровой и соревновательной деятельности;

- умение проявлять дисциплинированность, внимательность друг к другу в процессе занятий физической культурой и спортом; умение высказывать и аргументировать своё мнение о роли физической культуры в формировании здорового образа жизни, укреплении здоровья, повышении физической подготовленности, составлять комплексы физических упражнений с учётом индивидуальных особенностей организма;

- умение выполнять команды, указания, инструкции учителя; корректировать нарушения в движениях (закрепощённость, неточность, несогласованность движений рук и ног), нарушения осанки;

- умение рассуждать и обосновывать доказательства в процессе решения практических задач; способность действовать по схеме, в заданном направлении, быстро переключаться от выполнения одних двигательных действий на другие; умение провести самооценку и организовать взаимооценку (прогнозирование и контроль) физического развития и физической подготовленности;

- умение анализировать и объективно оценивать результат своей деятельности в процессе решения практических задач на уроке, согласовывать свои действия с действиями других участников учебного процесса; развивать воображение, интуицию и фантазию.

Предметные результаты:

- знания роли и значения физической культуры в организации здорового образа жизни, укреплении здоровья и достижении физического совершенствования ;

- знания основных исторических фактов развития физической культуры и спорта, олимпийского движения;

- знания специфики базовых видов спорта (исторические факты, основные технические элементы, основы правил и судейства); понимание особенностей планирования учебного дня и учебной недели;

знания системы общеразвивающих и корректирующих упражнений, их места в структуре урока;

- знания о физических качествах человека и их значении для повышения физического совершенствования человека;

- знания правил техники безопасности и профилактики травматизма понимание роли контроля и самоконтроля в процессе занятий физическими упражнениями и спортом;

- умение организовывать и проводить оценку физического развития и физической подготовленности;

- умение самостоятельно проводить комплексы общеразвивающих и корректирующих упражнений на уроке физической культуры;

- способность выбирать физические упражнения, составлять из них индивидуальные комплексы для осуществления оздоровительной гимнастики; использовать закаливающие процедуры, естественные силы природы,

гигиенические факторы в соответствии с их функциональной направленностью, а также для профилактики нарушений осанки;
- способность вести дневник самоконтроля.

5.СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО КУРСА

К основным разделам учебного материала, изучаемого в 6-м классе, относят знания о физической культуре, способы двигательной (физкультурной) деятельности и физическое совершенствование. Содержание каждого раздела определено спецификой программного материала и возрастными особенностями учащихся 5х классов.

Раздел 1. Знания о физической культуре

1. История физической культуры и её развитие в современном обществе.
2. Олимпийские игры древности.
3. Виды спорта, входящие в программу Олимпийских игр.
4. Базовые понятия физической культуры (физическая культура, спорт, физическое развитие, физическое совершенствование, физическая подготовленность, здоровый образ жизни).
5. Режим дня и его содержание.
6. Закаливание организма, гигиенические требования к занятиям физической культурой.
7. Проведение занятий по коррекции осанки.

Раздел 2. Способы двигательной (физкультурной) деятельности

Организация и проведение самостоятельных занятий физической культурой (выбор упражнений и составление комплексов общеразвивающих и корректирующих упражнений для занятий физическими упражнениями, утренней гимнастики; планирование занятий физическими упражнениями в структуре учебного дня и недели)

1. Оценка эффективности занятий физической культурой (самонаблюдение и самоконтроль, оценка техники движений).

Раздел 3. Физическое совершенствование

1. Физкультурно-оздоровительная деятельность (оздоровительные формы занятий физическими упражнениями в режиме учебного дня).
2. Спортивно-оздоровительная деятельность с общеразвивающей направленностью (гимнастика с элементами акробатики, лёгкая атлетика, баскетбол, волейбол, лыжная подготовка).
3. Упражнения общеразвивающей направленности (общефизическая подготовка).

6.ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ С ОПРЕДЕЛЕНИЕМ

ОСНОВНЫХ ВИДОВ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

6.1. ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН

№	Раздел программы	Кол-во часов
	Знания о физической культуре	В процессе проведения уроков
	Способы двигательной деятельности	В процессе проведения уроков
1.	Физическое совершенствование: физкультурно-оздоровительная деятельность	В процессе проведения уроков
2.	Спортивно-оздоровительная деятельность: гимнастика с основами акробатики легкая атлетика лыжная подготовка спортивные игры (волейбол, баскетбол, футбол) общеразвивающие упражнения	10 20 20 18 В процессе проведения уроков
	Итого:	68

7. ОПИСАНИЕ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОГО И МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Учебно-методическая литература

1. Виленский М. Я. Физическая культура. 6 кл.: пособ. для учит. / М. Я. Виленский, В. Т. Чичикин. — М. : Просвещение, 2012. [Электронный ресурс] / URL: http://www.prosv.ru/ebooks/Vilenskii_Fiz-ra_5-7kl/index.html
2. Виленский М. Я. Физическая культура : метод, ре- коменд. 5-9 кл. : пособ. для учит, общеобразоват.

учрежд. / М. Я. Виленский, В. Т. Чичикин, Т. Ю. Торочкова; под ред. М. Я. Виленского. — М. : Просвещение, 2013.

3. Лях В. И. Физическая культура. Рабочие программы. 1-9 кл. : пособ. для учит, общеобразоват. учрежд. / В. И. Лях. — М. : Просвещение, 2016.

4. Лях В. И. Физическая культура. 5-9 кл. : учеб. для общеобразоват. учрежд. / В. И. Лях. — М. : Просвещение, 2013.

5. Примерные программы основного общего образования. Физическая культура. — М. : Просвещение, 2010.

6. А. Ю. Пактрикев Поурочные разработки по физической культуре 6 кл-2-е изд. — М.: ВАКО, 2016-272 с.-(В помощь школьному учителю) М.Я.Виленский и др.//Физическая культура. Учебник. 5-7 классы//М.2014 год;

7. В.И.Лях, //Физическая культура. Учебник. 5-7 классы//М.2014 год;

8. Г.И.Бергер, Ю.Г.Бергер // Конспекты уроков для учителя физкультуры // 5 – 9 классы // М.2012 год;

9. Авт.сос.М.В.Видякин//Физкультура, Система лыжной подготовки детей и подростков. Конспекты занятий// Волгоград, 2013 год;

10. Комплексная программа физического воспитания учащихся В.И.Ляха и др. // Волгоград 2012 год;

11. П.К. Киселев, С.Б. Киселева//Справочник учителя физической культуры/ / Волгоград, 2008 год;

12. В.И.Ковалько//Поурочные разработки по физкультуре// 5-9 классы// М. 2012 год;

13. Ю.Г.Коджаспиров // Развивающие игры на уроках физической культуры // 5 – 11 классы // М.2013 год;

14. В.С. Кузнецов, Г.А. Колодницкий//Физическая культура. Планирование и организация занятий, 6 класс//М.2003 год.

15. С.К.Кучкильдин //Гимнастика. Нестандартный подход // Библиотечка «Первое сентября» // Серия «Спорт в школе» №20 // М.2010 год;

16. В.А.Лепешкин // Методика обучения учащихся технике передвижения на лыжах // 1 – 11 классы // М.2014 год;

17. А.В.Маслюков // Развитие координационных способностей у школьников // Библиотечка «Первое сентября» // Серия «Спорт в школе» №21 // М

Интернет-ресурсы

1. Центральная отраслевая библиотека [Электронные ресурсы] Режим доступа: nosdrin. 21416. edusite.ru/p28aa1.htm

2. Физическая культура – Интернет-ресурсы:Межшкольный Ресурсный [Электронные ресурсы] Режим доступа: www.edunet.uz/mediak...isection.php?...ID
3. Интернет-ресурсы: физическая культура [Электронные ресурсы]
Режим доступа: P.qaleks-metod.narod.ru/p70aa1.htm/
4. Физическая культура и спорт – Каталог образовательных интернет-ресурсов [Электронные ресурсы] Режим доступа: nqinx1.informika.ru/modules.php?...Web...
5. Учебная литература по физической культуре [Электронные ресурсы] Режим доступа: herzen-ffk.my1.ru/index/0-2
6. Физическая культура [Электронные ресурсы] Режим доступа: sc.karelia.ru/catalog/.../92/?&...3
7. Здоровье и физическая культура студента Бароненко В.А., Рапопорт А.А. [Электронные ресурсы] Режим доступа: [www.allenq.ru/d/hlth1/hlth1 - 014.htm](http://www.allenq.ru/d/hlth1/hlth1-014.htm)
8. Интернет-ресурсы для учителя физкультуры [Электронные ресурсы]
Режим доступа: uforum.uz.>...>Edunet.uz&Connect.uz
9. Все что нужно по физической культуре [Электронные ресурсы]
Режим доступа: www.zloy-fizruk.narod.ru/
10. Сайт учителя физической культуры [Электронные ресурсы]
Режим доступа: www.ftraner.ru/
11. Физическая культура [Электронные ресурсы] Режим доступа: imc.rkc-74.ru/catalog/rubr/.../92/

Материально-техническое обеспечение

Для осуществления учебного процесса по физической культуре в 6-м классе необходимы условия типовых общеобразовательных учреждений со стандартной базой для занятий физической культурой и набором спортивного инвентаря. Кроме того, проведение уроков следует обеспечить оборудованием для представления текстовых, аудио- и видеофайлов; для осуществления оценки физического развития обучающихся (весы, ростомер, тонометр автоматический, динамометр ручной и становой).

№ п/п	Наименование объектов и средств материально-технического оснащения	Необходимое количество	Примечание
1	Библиотечный фонд (книгопечатная продукция)		
1.1	Стандарт основного общего образования по физической культуре	д	Стандарт по физической культуре, примерные программы, авторские рабочие программы входят в состав обязательного программно-методического обеспечения кабинета по физической культуре (спортивного зала)
1.2	Стандарт среднего (полного) общего образования по физической культуре (базовый уровень)		
1.3	Стандарт среднего (полного) общего образования по физической культуре (профильный уровень)		
1.4	Примерная программа по физической культуре основного общего образования по физической культуре		
1.5	Примерная программа по физической культуре среднего (полного) общего образования (базовый уровень)		
1.6	Примерная программа по физической культуре среднего (полного) общего образования (профильный уровень)		
1.7	Авторские рабочие программы по физической культуре	д	
1.8	Учебник по физической культуре	к	В библиотечный фонд входят комплекты учебников, рекомендованных или допущенных Министерством образования и науки Российской Федерации
1.9	Дидактические материалы по основным разделам и темам	г	Комплекты разноуровневых

	учебного предмета «Физическая культура»		тематических заданий, дидактических карточек
1.10	Научно-популярная и художественная литература по физической культуре, спорту, олимпийскому движению	д	В составе библиотечного фонда
1.11	Методические издания по физической культуре для учителей	д	Методические пособия и рекомендации, журнал «Физическая культура в школе»
2	Демонстрационные печатные пособия		
2.1	Таблицы по стандартам физического развития и физической подготовленности	д	
2.2	Плакаты методические	д	Комплекты плакатов по методике обучения двигательным действиям, гимнастическим комплексам, обще-развивающим и корригирующим упражнениям
2.3	Портреты выдающихся спортсменов, деятелей физической культуры, спорта и олимпийского движения	д	
3	Экранно-звуковые пособия		
3.1	Видеофильмы по основным разделам и темам учебного предмета «Физическая культура»	д	
3.2	Аудиозаписи	д	Для проведения гимнастических комплексов, обучения танцевальным движениям; проведения спортивных соревнований и физкультурных праздников

4	Технические средства обучения		
4.1	Телевизор	д	Телевизор не менее 72 см по диагонали
4.2	DVD-проигрыватель	д	
4.3	Аудиоцентр с системой озвучания спортивных залов и площадок	д	Аудиоцентр с возможностью использования аудиодисков, DVD, MP3, USB-флешки
4.4	Радиомикрофон	д	
4.5	Мегафон	д	
4.6	Мультимедийный компьютер	д	Технические требования: графическая операционная система, привод для чтения-записи компакт-дисков, аудиовидеовходы/выходы, возможность выхода в Интернет. Оснащен акустическими колонками, микрофоном и наушниками. С пакетом прикладных программ (текстовых, табличных, графических и презентационных)
4.7	Сканер	д	
4.8	Принтер лазерный	д	
4.9	Копировальный аппарат	д	Может входить в материально-техническое оснащение образовательного учреждения
4.10	Цифровая видеокамера	д	Может входить в материально-техническое оснащение образовательного учреждения
4.11	Цифровая фотокамера	д	

4.12	Мультимедиапроектор	д д	
4.13	Экран (на штативе или навесной)	д	Минимальные размеры 1,25x1,25
5	Учебно-практическое и учебно-лабораторное оборудование		
Гимнастика			
5.1	Стенка гимнастическая	г	
5.2	Бревно гимнастическое напольное	г	
5.3	Бревно гимнастическое высокое	г	
5.4	Козел гимнастический	г	
5.5	Конь гимнастический	к	
5.6	Перекладина гимнастическая	г	
5.7	Брусья гимнастические разновысокие	г	
5.8	Брусья гимнастические параллельные	г	
5.9	Канат для лазанья с механизмом крепления	г	
5.10	Мост гимнастический подкидной	г	
5.11	Скамейка гимнастическая жесткая	г	
5.12	Скамейка гимнастическая мягкая	г	
5.13	Комплект навесного оборудования	г	В комплект входят перекладина, брусья, мишени для метания
5.14	Контейнер с набором тяжелоатлетических гантелей	г	
5.15	Скамья атлетическая вертикальная	г	
5.16	Скамья атлетическая наклонная	г	
5.17	Стойка для штанги	г	
5.18	Штанги тренировочные	г	
5.19	Гантели наборные	г	
5.20	Вибрационный тренажер М. Ф. Агашина	г	
5.21	Коврик гимнастический	к	
5.22	Станок хореографический	г	
5.23	Акробатическая дорожка	г	
5.24	Маты гимнастические	г	
5.25	Мяч набивной (1 кг, 2 кг, 3 кг)	г	
5.26	Мяч малый (теннисный)	к	

5.27	Скакалка гимнастическая	к	
5.28	Мяч малый (мягкий)	к	
5.29	Палка гимнастическая	к	
5.30	Обруч гимнастический	к	
5.31	Коврики массажные	г	
5.32	Секундомер настенный с защитной сеткой	д	
5.33	Пылесос	д	Для влажной уборки зала и спортивного инвентаря
5.34	Сетка для переноса малых мячей	д	
Легкая атлетика			
5.35	Планка для прыжков в высоту	д	
5.36	Стойки для прыжков в высоту	д	
5.37	Барьеры легкоатлетические тренировочные	г	
5.38	Секундомер	д	
5.39	Флажки разметочные на опоре	г	
5.40	Измеритель установки планки для прыжков в высоту	д	
5.41	Дорожка разметочная для прыжков в длину с места	г	
5.42	Рулетка измерительная (10 м, 50 м)	д	
5.43	Номера нагрудные	г	
5.44	Маты поролоновые	г	
Спортивные игры			
5.45	Комплект щитов баскетбольных с кольцами и сеткой	д	
5.46	Щиты баскетбольные навесные с кольцами и сеткой	г	
5.47	Мячи баскетбольные	г	
5.48	Сетка для переноса и хранения мячей	д	
5.49	Жилетки игровые с номерами	г	
5.50	Стойки волейбольные универсальные	д	
5.51	Сетка волейбольная	д	
5.52	Мячи волейбольные	г	

5.53	Сетка для переноски и хранения баскетбольных мячей	д	
5.54	Табло перекидное	д	
5.55	Ворота для мини-футбола	д	
5.56	Сетка для ворот мини-футбола	д	
5.57	Мячи футбольные	г	
5.58	Номера нагрудные	г	
5.59	Компрессор для накачивания мячей	д	
Туризм			
5.60	Палатки туристские (двухместные)	г	
5.61	Рюкзаки туристские	г	
5.62	Комплект туристский бивуачный	д	
Измерительные приборы			
5.63	Пульсометр	г	
5.64	Шагомер электронный	г	
5.65	Комплект динамометров ручных	д	
5.66	Динамометр становой	д	
5.67	Ступенька универсальная (для степ-теста)	г	
5.68	Тонометр автоматический	д	
5.69	Весы медицинские с ростомером	д	
Средства доврачебной помощи			
5.70	Аптечка медицинская	д	
Дополнительный инвентарь			
5.71	Доска аудиторная с магнитной поверхностью	д	Доска должна быть передвижная и легко перемещаться по спортивному залу
6	Спортивные залы (кабинеты)		
6.1	Спортивный зал игровой		С раздевалками для мальчиков и девочек (шкафчики, мягкие гимнастические скамейки, коврики), душевыми для мальчиков и девочек, туалетами для мальчиков и девочек

6.2	Спортивный зал гимнастический		С раздевалками для мальчиков и девочек (шкафчики, мягкие гимнастические скамейки, коврики), душевыми для мальчиков и девочек, туалетами для мальчиков и девочек
6.3	Зоны рекреации		Для проведения динамических пауз (перемен)
6.4	Кабинет учителя		Включает в себя рабочий стол, стулья, сейф, шкафы книжные (полки), шкаф для одежды
6.5	Подсобное помещение для хранения инвентаря и оборудования		Включает в себя стеллажи, контейнеры
7	Пришкольный стадион (площадка)		
7.1	Легкоатлетические дорожки	д	
7.2	Сектор для прыжков в длину	д	
7.3	Сектор для прыжков в высоту	д	
7.4	Сектор для метания малого мяча	д	
7.5	Игровое поле для футбола (мини-футбола)	д	
7.6	Площадка игровая баскетбольная	д	
7.7	Площадка игровая волейбольная	д	
7.8	Гимнастический городок	д	
7.9	Полоса препятствий	д	
7.10	Лыжная трасса	д	С небольшими отлогими склонами

Д — ДЕМОНСТРАЦИОННЫЙ МАТЕРИАЛ (1 ЭКЗЕМПЛЯР).

К — КОМПЛЕКТ (из расчета на каждого обучающегося из реальной наполняемости класса).

Г — КОМПЛЕКТ, НЕОБХОДИМЫЙ ДЛЯ ПРАКТИЧЕСКОЙ РАБОТЫ В ГРУППАХ.

8. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ИЗУЧЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Раздел 1. Знания о физической культуре

Учащиеся научатся:

- излагать основные исторические факты развития физической культуры и олимпийского движения;
- характеризовать виды спорта, входящие в программу Олимпийских игр древности и современности;
- характеризовать составляющие здорового образа жизни и роль физической культуры в укреплении здоровья и формировании здорового образа жизни;
- понимать планирование учебного дня и учебной недели;
- руководствоваться правилами закаливания, гигиеническими требованиями к занятиям физическими упражнениями.

Учащиеся получают возможность научиться:

- рассматривать физическую культуру как основное средство укрепления здоровья, формирования здорового образа жизни и физического совершенствования;
- определять базовые понятия и термины физической культуры и использовать их в процессе занятий физическими упражнениями;
- определять правила техники безопасности и профилактики травматизма с учётом специфики вида спорта.

Раздел 2. Способы двигательной (физкультурной) деятельности

Учащиеся научатся:

- характеризовать различные виды физкультурно-спортивной и оздоровительной деятельности;
- составлять комплексы общеразвивающих упражнений для занятий физической культурой, комплексы утренней и корректирующей гимнастики с учётом индивидуальных особенностей организма;
- определять место общеразвивающих и корректирующих упражнений в структуре урока физической культуры;
- понимать роль контроля и самоконтроля в процессе занятий физическими упражнениями;
- тестировать показатели физического развития и физической подготовленности;
- взаимодействовать со сверстниками в процессе самостоятельной учебной деятельности на уроке, тестирования физического развития и физической подготовленности, освоения новых двигательных действий.

Учащиеся получают возможность научиться:

- планировать утреннюю гимнастику, физкультминутки и физкультпаузы в режиме учебного дня и недели;
- самостоятельно проводить комплексы общеразвивающих и корректирующих упражнений по формированию правильной осанки, анализировать их выполнение;
- вести дневник самоконтроля, определять его содержание и структуру.

Раздел 3. Физическое совершенствование

Учащиеся научатся:

- выполнять комплексы упражнений по профилактике утомления в рамках проведения физкультминуток и физкультпауз;

- выполнять общеразвивающие упражнения, направленные на развитие силы, гибкости, выносливости, быстроты и координации;
- выполнять организационные команды и строевые приёмы, акробатические комбинации из 4 упражнений (кувырок вперёд и назад, стойка на лопатках); упражнения на гимнастической перекладине (мальчики: висы согнувшись и прогнувшись; подтягивание в висе; поднимание прямых ног в висе; девочки: смешанные висы; подтягивание из виса лёжа); беговые упражнения (бег с ускорением от 30 до 50 м, бег на результат 60 м, бег в равномерном темпе от 10 до 12 мин, бег на 1000 м); прыжки в длину с 7-9 шагов разбега, прыжки в высоту с 3-5 шагов разбега; метание теннисного мяча с места на дальность, на дальность отскока от стены, на заданное расстояние; передвижения на лыжах (попеременным двухшажным ходом и одновременным бесшажным ходом до 2 км, спуск в низкой и высокой стойке, подъём «ёлочкой», торможение «плугом»); основные технические элементы в баскетболе (перемещения в стойке игрока, броски одной и двумя руками с места и в движении после ведения и ловли) и волейболе (перемещения в стойке игрока, передачи мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения вперёд, передачи мяча над собой, нижняя прямая подача, прямой нападающий удар) в учебной деятельности.

Учащиеся получают возможность научиться:

- играть в баскетбол и волейбол по упрощённым правилам;
- выполнять контрольные нормативы по физической подготовке с учётом возрастных особенностей.

6.2. КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ (6 класс)

№ п/п	Наименование раздела и темы	Кол-во часов	Дата		Виды учебной деятельности	Примечание
			План	Факт		
Легкая атлетика, спортивные игры		16				
1.	Входной мониторинг. Инструктаж по технике безопасности. Организационно-методические указания	1			Соблюдают правила безопасного поведения на уроке. Иметь первоначальные представления об организационно - методических требованиях применяемых на уроках физической культуры, организовывать здоровьезберегающую деятельность с помощью беговой разминки и беговых эстафет, направленных на развитие скоростных качеств; развитие мотивов учебной деятельности и личностного смысла учения; принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; проявление культуры общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.	
2.	Анализ мониторинга. Тестирование бега на 30 м и	1			Владеть навыком систематического наблюдения за своим физическим состоянием за счет отслеживания	

	челночного бега 3x10 м			измерений показателей развития основных физических качеств - быстроты; организовывать здоровьезберегающую деятельность с помощью общеразвивающих упражнений, беговой разминки и эстафет; принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, определять общие цели и пути их достижения; проявлять готовность конструктивно решать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества; развитие мотивов учебной деятельности и личностного смысла учения; принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; проявление культуры общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.	
3.	Тестирование бега на 60 м и 300 м	1		Владеть навыком систематического наблюдения за своим физическим состоянием за счет отслеживания измерений показателей развития основных физических качеств – быстроты и скоростной выносливости;	

				<p>организовывать здоровьезберегающую деятельность с помощью общеразвивающих упражнений, беговой разминки и эстафет; принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, определять общие цели и пути их достижения; оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; владеть начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета; развитие мотивов учебной деятельности и личностного смысла учения; принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; проявление культуры общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.</p>	
4.	Техника метания мяча на дальность	1		Иметь первоначальные представления о технике равномерного бега, углубленные представления о технике метания мяча на дальность	

				<p>организовывать здоровьезберегающую деятельность с помощью комплекса общеразвивающих упражнений, в движении и подвижной игры «Бросай далеко, собирай быстрее»; принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, определять общие цели и пути их достижения, оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; владеть начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета; развитие мотивов учебной деятельности и личностного смысла учения; принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; проявление культуры общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.</p>	
--	--	--	--	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--

5.	Тестирование метания мяча на дальность	1		<p>Владеть навыком систематического наблюдения за своим физическим состоянием за счет отслеживания изменений показателей развития основных физических качеств – координации движений и силы, организовывать здоровьезберегающую деятельность с помощью разминки в движении и подвижной игры «Собачки ногами»; принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, определять общие цели и пути их достижения; проявлять готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; проявление культуры общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.</p>	
6.	Спринтерский и эстафетный бег	1		<p>Иметь первоначальные представления о технике эстафетного бега, углубленные представления о технике спринтерского бега; организовывать здоровьезберегающую деятельность с помощью разминки на месте и беговых эстафет;</p>	

				<p>планировать, контролировать и оценивать учебные действия; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; проявление культуры общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.</p>	
7.	Техника прыжка в длину с разбега	1		<p>Иметь углубленные представления о технике эстафетного бега и передачи эстафетной палочки, технике прыжка в длину с разбега; организовывать здоровьезберегающую деятельность с помощью беговой разминки; принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, определять общие цели и пути их достижения; планировать, контролировать и оценивать учебные действия, определять наиболее эффективные способы достижения результата; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности; развитие мотивов учебной деятельности и личностного смысла учения; принятие и</p>	

				<p>освоение социальной роли обучающегося; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; проявление культуры общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.</p>	
8.	Тестирование прыжка в длину с разбега	1		<p>Владеть навыком систематического наблюдения за своим физическим состоянием за счет отслеживания изменений показателей развития основных физических качеств – координации движений и силы, организовывать здоровьезберегающую деятельность с помощью беговой разминки; принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, определять общие цели и пути их достижения; планировать, контролировать и оценивать учебные действия, определять наиболее эффективные способы достижения результата; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности; развитие мотивов учебной деятельности и личностного смысла</p>	

				<p>учения; принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; проявление культуры общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.</p>	
9.	Тестирование бега на 1000 м	1		<p>Владеть навыком систематического наблюдения за своим физическим состоянием за счет отслеживания изменений показателей развития основных физических качеств – выносливости, организовывать здоровьесберегающую деятельность с помощью разминки на развитие гибкости и спортивной игры «Футбол» принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, определять общие цели и пути их достижения; планировать, контролировать и оценивать учебные действия, определять наиболее эффективные способы достижения результата; развитие мотивов учебной деятельности и личностного смысла учения; принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие</p>	

				<p>навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; проявление культуры общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.</p>	
10.	Тестирование прыжка в длину с места	1		<p>Владеть навыком систематического наблюдения за своим физическим состоянием за счет отслеживания изменений показателей развития основных физических качеств – координации движений и силы, организовывать здоровьезберегающую деятельность с помощью разминки на месте и подвижной игры; принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, определять общие цели и пути их достижения; планировать, контролировать и оценивать учебные действия, определять наиболее эффективные способы достижения результата; развитие мотивов учебной деятельности и личностного смысла учения; принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; проявление</p>	

				культуры общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.	
11.	Волейбол. Передача мяча сверху двумя руками	1		Иметь углубленные представления о технике выполнения передачи мяча сверху двумя руками; организовывать здоровьезберегающую деятельность с помощью разминки с волейбольным мячом и подвижной игры «Пионербол»; принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, определять общие цели и пути их достижения; планировать, контролировать и оценивать учебные действия, определять наиболее эффективные способы достижения результата; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности; проявлять готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества; адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; проявление	

				культуры общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.	
12.	Волейбол. Прием мяча снизу, нижняя прямая и боковая передачи	1		Иметь первоначальные представления о технике выполнения боковой подачи, углубленные представления о технике передачи и приема мяча снизу, организовывать здоровьезберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с волейбольным мячом и подвижной игры «Точная подача»; принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, определять наиболее эффективные способы достижения результата; планировать, контролировать и оценивать учебные действия, определять наиболее эффективные способы достижения результата; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности; проявлять готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества; адекватно оценивать собственное	

				поведение и поведение окружающих; развитие мотивов учебной деятельности и личностного смысла учения; принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; проявление культуры общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.	
13.	Волейбол. Прием мяча снизу, нижние подачи	1		Иметь углубленные представления о технике передачи и приема мяча снизу, о технике прямой и боковой подачи, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки волейбольным с мячом и подвижной игры. Принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, определять общие пути и цели их достижения; планировать, контролировать и оценивать учебные действия, определять наиболее эффективные способы достижения результата; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной	

				<p>деятельности; проявлять готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества; адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих; развитие мотивов учебной деятельности и личностного смысла учения; принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; проявление культуры общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.</p>	
14.	Волейбол. Передачи и приемы мяча после передвижения	1		<p>Иметь первоначальные представления о технике приема мяча после передвижения, углубленные представления о технике приема и передачи мяча разными способами, технике нижних подач; организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с волейбольным мячом и спортивной игры «Волейбол»; деятельности, определять общие пути и цели их достижения; планировать, контролировать и</p>	

				<p>оценивать учебные действия, определять наиболее эффективные способы достижения результата; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности;</p> <p>осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности; проявлять готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества; адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих; развитие мотивов учебной деятельности и личностного смысла учения; принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; проявление культуры общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки;</p> <p>формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.</p>	
15.	Волейбол. Верхняя прямая подача	1		<p>Иметь первоначальные представления о технике верхней прямой подачи;</p> <p>организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с набивным мячом и спортивной игры.</p> <p>принимать и сохранять</p>	

				<p>цели и задачи учебной деятельности, осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, определять наиболее эффективные способы достижения результата; планировать, контролировать и оценивать учебные действия, определять наиболее эффективные способы достижения результата; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности;</p> <p>осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности; проявлять готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества; адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих; развитие мотивов учебной деятельности и личностного смысла учения; принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; проявление культуры общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки;</p> <p>формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.</p>	
--	--	--	--	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--

16.	Волейбол. Тактические действия	1		<p>Иметь углубленные представления о технике верхней прямой подачи, нижней прямой и боковой подач, тактических действиях; организовывать здоровьезберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с гимнастической скакалкой и спортивной игры; принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, определять общие пути и цели их достижения; планировать, контролировать и оценивать учебные действия, определять наиболее эффективные способы достижения результата; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности; проявлять готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества; адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих; развитие мотивов учебной деятельности и личностного смысла учения; принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; проявление культуры общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой; развитие</p>	
-----	-----------------------------------	---	--	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--

					самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.	
	Гимнастика с основами акробатики, спортивные игры	16				
17.	Инструкция по технике безопасности на занятиях гимнастикой	1			Иметь углубленные представления о технике выполнения акробатических элементов, о технике безопасности на уроках посвященных гимнастике, организовывать здоровьезберегающую жизнедеятельность с помощью разминки на гимнастических матах и гимнастической эстафеты; принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, определять общие пути и цели их достижения; владеть начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета; развитие мотивов учебной деятельности и личностного смысла учения; принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; проявление культуры общения и взаимодействия в процессе занятий физической	

					культурой; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.	
18-19.	Строевые упражнения и акробатические комбинации	2			Иметь представления о технике выполнения «моста» из положения, стоя и акробатической комбинации, о технике перестроения в две и три шеренги; организовывать здоровьезберегающую жизнедеятельность с помощью разминки на гимнастических матах и гимнастических эстафет; принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, определять общие пути и цели их достижения; планировать, контролировать и оценивать учебные действия, определять наиболее эффективные способы достижения результата; развитие мотивов учебной деятельности и личностного смысла учения; принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; проявление культуры общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование установки	

					на безопасный и здоровый образ жизни.	
20-21.	Упражнения на гимнастическом бревне и перекладине	2			Иметь первоначальные представления о технике выполнения упражнений на гимнастическом бревне и перекладине; организовывать здоровьезберегающую жизнедеятельность с помощью общеразвивающих упражнений на месте, упражнений на гимнастической скамейке; принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, определять общие пути и цели их достижения; владеть начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета; развитие мотивов учебной деятельности и личностного смысла учения; принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; проявление культуры общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.	
22.	Техника выполнения	1			Иметь первоначальные представления о технике	

	<p>опорного прыжка согнув ноги</p>			<p>опорного прыжка, организовывать здоровьезберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с гимнастической скакалкой и игрового упражнения; принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, определять общие пути и цели их достижения; владеть начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета; владеть базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами; развитие мотивов учебной деятельности и личностного смысла учения; принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; проявление культуры общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.</p>	
--	------------------------------------	--	--	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--

23.	Опорный прыжок	1		Иметь углубленные представления, о технике выполнения опорных прыжков согнув ноги и ноги врозь; организовывать здоровьезберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с гимнастической скакалкой и игрового упражнения; принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, определять общие пути и цели их достижения; планировать, контролировать и оценивать учебные действия, определять наиболее эффективные способы достижения результата; развитие мотивов учебной деятельности и личностного смысла учения; принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; проявление культуры общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.	
24.	Контрольный урок по теме «Опорный прыжок»	1		Иметь углубленные представления, о технике выполнения опорных прыжков согнув ноги и ноги врозь; организовывать здоровьезберегающую жизнедеятельность с	

				<p>помощью разминки с гимнастической скакалкой и игрового упражнения; принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, определять общие пути и цели их достижения; планировать, контролировать и оценивать учебные действия, определять наиболее эффективные способы достижения результата; развитие мотивов учебной деятельности и личностного смысла учения; принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; проявление культуры общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.</p>	
25.	Вольные упражнения с элементом акробатики	1		<p>Иметь первоначальные представления о соревнованиях во вольных упражнениях; организовывать здоровьезберегающую жизнедеятельность с помощью разминки на гимнастических матах и гимнастических эстафет; принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, определять общие пути и цели их</p>	

				<p>достижения; планировать, контролировать и оценивать учебные действия, определять наиболее эффективные способы достижения результата; развитие мотивов учебной деятельности и личностного смысла учения; принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; проявление культуры общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.</p>	
26.	Ритмическая гимнастика и ОФП	1		<p>Иметь первоначальные представления о ритмической гимнастике и упражнения которые в не входят, организовывать здоровьезберегающую жизнедеятельность с помощью общеразвивающих упражнений, проводимых под музыкальное сопровождение, и круговой тренировки; принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, определять общие пути и цели их достижения; проявлять готовность конструктивно разрешать конфликты посредством</p>	

				<p>учета интересов сторон и сотрудничества, владеть начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета, владеть базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами; развитие мотивов учебной деятельности и личностного смысла учения; принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; проявление культуры общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.</p>	
27.	Баскетбол. Стойка баскетболиста и ведение мяча			<p>Иметь первоначальные представления о технике прыжка вверх толчком одной ноги с приземлением на другую, организовывать здоровьезберегающую жизнедеятельность с помощью беговой разминки и спортивной игры; принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, определять общие пути и</p>	

				<p>цели их достижения; проявлять готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества, владеть начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета, владеть базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами; развитие мотивов учебной деятельности и личностного смысла учения; принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; проявление культуры общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.</p>	
28.	Баскетбол. Броски мяча в корзину	1		<p>Иметь первоначальные представления о технике броска мяча в корзину двумя руками снизу после ведения, углубленные представления технике ловли и бросков мяча в паре; организовывать здоровьезберегающую</p>	

				<p>деятельность с помощью беговой разминки и спортивной игры; принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, определять общие пути и цели их достижения; проявлять готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества, владеть начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета, владеть базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами; развитие мотивов учебной деятельности и личностного смысла учения; принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; проявление культуры общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.</p>	
--	--	--	--	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--

29.	Баскетбол. Вырывание мяча, передача одной рукой от плеча			<p>Иметь первоначальные представления о технике вырывания и выбивания мяча у соперника, технике передачи мяча одной рукой от плеча, углубленные представления о технике остановки в два шага; организовывать здоровьезберегающую жизнедеятельность с помощью комплекса упражнений с набивным мячом и учебной игры; принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, определять общие пути и цели их достижения;; планировать, контролировать и оценивать учебные действия, определять наиболее эффективные способы достижения результата; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; проявлять готовность конструктивно решать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества; адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих; развитие мотивов учебной деятельности и личностного смысла учения; принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; проявление культуры общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой; развитие</p>	
-----	-------------------------------------------------------------------	--	--	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--

					самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.	
30.	Баскетбол. Броски мяча в корзину двумя руками в прыжке	1			Иметь первоначальные представления о технике броска мяча в корзину двумя руками в прыжке; организовывать здоровьезберегающую жизнедеятельность с помощью комплекса упражнений с теннисным мячом и учебной игры; принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, определять общие пути и цели их достижения;; планировать, контролировать и оценивать учебные действия, определять наиболее эффективные способы достижения результата; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; проявлять готовность конструктивно решать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества; адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих; развитие мотивов учебной деятельности и личностного смысла учения; принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; проявление	

				культуры общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.	
31.	Промежуточный мониторинг. Баскетбол. Тактические действия	1		Иметь первоначальные представления о тактических действиях в спортивной игре «Баскетбол»; организовывать здоровьезберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с баскетбольным мячом в паре, подвижной и спортивной игры; принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, определять общие пути и цели их достижения; планировать, контролировать и оценивать учебные действия, определять наиболее эффективные способы достижения результата; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; проявлять готовность конструктивно решать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества; адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих; развитие мотивов учебной деятельности и личностного смысла учения; принятие и	

				<p>освоение социальной роли обучающегося; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; проявление культуры общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.</p>	
32.	<p>Анализ мониторинга. Баскетбол. Игра по правилам</p>	1		<p>Иметь первоначальные представления о тактике действий при вбрасывании мяча, организовывать здоровьезберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с баскетбольным мячом в паре и спортивной игры; принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, определять общие пути и цели их достижения; планировать, контролировать и оценивать учебные действия, определять наиболее эффективные способы достижения результата; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; проявлять готовность конструктивно решать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества; адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих; развитие мотивов учебной</p>	

				<p>деятельности и личностного смысла учения; принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; проявление культуры общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.</p>	
	Лыжная подготовка	20			
33-34.	Инструкция по технике безопасности на занятиях лыжной подготовкой. Попеременный двухшажный ход	2		<p>Иметь первоначальные представления о технике безопасности на занятиях по лыжной подготовке и углубленные представления о технике передвижения попеременным двухшажным ходом; организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью катания на лыжах и игрового упражнения; принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности; адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих; развитие мотивов учебной деятельности и</p>	

				<p>личностного смысла учения; принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; проявление культуры общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.</p>	
35-36.	Одновременный бесшажный ход	2		<p>Иметь углубленные представления о технике передвижения на лыжах попеременным двухшажным ходом, одновременным бесшажным ходом; организовывать здоровьезберегающую жизнедеятельность специальных упражнений на лыжах и подвижной игры; принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, осуществлять взаимный контроль в ходе совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих; развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки,</p>	

					формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни, формирование эстетических потребностей, ценностей.	
37-38.	Одновременный одношажный ход				Иметь углубленные представления о технике передвижении на лыжах попеременным двухшажным ходом, одновременным бесшажный и одношажным ходом; организовывать здоровьезберегающую жизнедеятельность специальных упражнений на лыжах и подвижной игры; принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, осуществлять взаимный контроль в ходе совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих; развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни, формирование эстетических потребностей, ценностей.	
39-40.	Чередование лыжных ходов	2			Иметь первоначальные представления о технике перехода с одного лыжного хода на другой,	

				<p>организовывать здоровьезберегающую жизнедеятельность общеразвивающих упражнений на лыжах с лыжными палками, катания на лыжах и подвижной игры; принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, осуществлять взаимный контроль в ходе совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих; развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.</p>	
41-42.	<p>Повороты переступанием и прыжком на лыжах. Различные варианты подъемов и спусков на лыжах</p>	2		<p>Иметь первоначальные представления о технике подъемов на склон и спуска с него, организовывать здоровьезберегающую жизнедеятельность с помощью разминки на лыжах и подвижной игры; принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, определять наиболее эффективные способы достижения результата; развитие мотивов учебной деятельности и личного смысла учения; принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; проявление культуры общения и</p>	

					взаимодействия в процессе занятий физической культурой; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.	
43-44.	Торможение и поворот «упором». Преодоление небольших трамплинов	2			Иметь углубленные представления о технике торможения упором, подъемов на слон и спуска с него, организовывать здоровьезберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с лыжными палками и подвижной игры; принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, определять общие пути и цели их достижения; планировать, контролировать и оценивать учебные действия, определять наиболее эффективные способы достижения результата; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; проявлять готовность конструктивно решать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества; адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих; развитие мотивов учебной деятельности и личностного смысла учения; принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие	

				<p>навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; проявление культуры общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.</p>	
45-46.	Подъем на склон и спуски со склона	2		<p>Иметь углубленные представления о технике подъема на склон и спуска с него; организовывать здоровьезберегающую жизнедеятельность с помощью разминки на лыжах без палок и подвижных игр; принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, определять общие пути и цели их достижения; планировать, контролировать и оценивать учебные действия, определять наиболее эффективные способы достижения результата; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; проявлять готовность конструктивно решать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества; адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих; развитие мотивов учебной деятельности и личностного смысла</p>	

				<p>учения; принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; проявление культуры общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.</p>	
47-48.	Прохождение дистанции 2 км	2		<p>Организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки на лыжах и встречной эстафеты; принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, планировать контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей условиями ее реализации, определять наиболее эффективные способы достижения результата; развитие мотивов учебной деятельности и личностного смысла учения; принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; проявление культуры общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой; развитие</p>	

					самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.	
49-50.	Прохождение дистанции 3 км	2			Организовывать здоровьезберегающую жизнедеятельность с помощью разминки на лыжах с лыжными палками и встречной эстафеты; принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, планировать контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей условиями ее реализации, определять наиболее эффективные способы достижения результата; развитие мотивов учебной деятельности и личностного смысла учения; принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; проявление культуры общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.	
51-52.	Контрольный урок по теме лыжная подготовка	2			Организовывать здоровьезберегающую жизнедеятельность с помощью разминки на	

				<p>лыжах катания на лыжах; принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, определять общие пути и цели их достижения; проявлять готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества, владеть начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета, владеть базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами; развитие мотивов учебной деятельности и личностного смысла учения; принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; проявление культуры общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.</p>	
	Спортивные игры, легкая атлетика	16			

53.	Футбол. Техника ведения мяча ногами	1		<p>Иметь углубленные представления о правилах безопасности на занятиях по спортивным играм, углубленные представления о технике ведения мяча; организовывать здоровьезберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с футбольным мячами и спортивной игры в «Мини-футбол»; принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, планировать контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей условиями ее реализации, определять наиболее эффективные способы достижения результата; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности; адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих; развитие мотивов учебной деятельности и личностного смысла учения; принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; проявление культуры общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование установки</p>	
-----	-------------------------------------	---	--	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--

					на безопасный и здоровый образ жизни.	
54.	Футбол. Техника передач мяча ногами	1			Иметь углубленные представления о технике ведения мяча и технике передачи мяча ногами; организовывать здоровьезберегающую жизнедеятельность разминки с футбольным мячами и спортивной игры в «Мини-футбол»; принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, планировать контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей условиями ее реализации, определять наиболее эффективные способы достижения результата; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности; адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.	
55.	Футбол. Техника ударов по катящемуся мячу ногой	1			Иметь первоначальные представления о технике удара по мячу и углубленные представления о технике	

				<p>удара по катящемуся мячу ногой; организовывать здоровьезберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с мячом в паре и спортивной игры; принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, планировать контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей условиями ее реализации, определять наиболее эффективные способы достижения результата; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности; адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.</p>	
56.	Футбол. Жонглирование мячом ногами	1		<p>Иметь первоначальные представления о технике выполнения жонглирования мячом ногами; организовывать здоровьезберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с футбольным мячом и спортивной игры; принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, планировать контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей</p>	

				<p>условиями ее реализации, определять наиболее эффективные способы достижения результата; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни; проявление культуры общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой.</p>	
57.	Спортивная игра «Футбол»	1		<p>Иметь первоначальные представления о тактических действиях в спортивной игре «Футбол»; организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с футбольным мячом и спортивной игры; принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, планировать контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей условиями ее реализации; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; развитие мотивов учебной деятельности и личностного смысла учения; принятие и освоение социальной роли</p>	

					<p>обучающегося; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; проявление культуры общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.</p>	
58.	Итоговый мониторинг. Контрольный урок по теме «Футбол»	1			<p>Организовывать здоровьезберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с футбольным мячом и спортивной игры; принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, определять наиболее эффективные способы достижения результата; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни; проявление культуры общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой.</p>	
59.	Анализ мониторинга.	1			<p>Владеть навыком систематического наблюдения за своим</p>	

	Тестирование прыжка в длину с места			<p>физическим состоянием за счет отслеживания изменений показателей развития основных физических качеств – координации движений и силы, организовывать здоровьезберегающую деятельность с помощью разминки на месте и подвижной игры; принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, определять общие цели и пути их достижения; планировать, контролировать и оценивать учебные действия, определять наиболее эффективные способы достижения результата; развитие мотивов учебной деятельности и личностного смысла учения; принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; проявление культуры общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.</p>	
60.	Тестирование подтягивания	1		<p>Владеть навыком систематического наблюдения за своим физическим состоянием за счет отслеживания изменений показателей развития основных</p>	

				<p>физических качеств – координации движений и силы, организовывать здоровьезберегающую деятельность с помощью разминки на месте и легкоатлетической эстафеты; принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, определять общие цели и пути их достижения; планировать, контролировать и оценивать учебные действия, определять наиболее эффективные способы достижения результата; развитие мотивов учебной деятельности и личностного смысла учения; принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; проявление культуры общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.</p>	
61.	Тестирование подъема туловища и определение силы кисти	1		<p>Владеть навыком систематического наблюдения за своим физическим состоянием за счет отслеживания изменений показателей развития основных физических качеств – координации движений и силы, организовывать</p>	

				<p>здоровьезберегающую деятельность с помощью разминки с гимнастической палкой и встречной эстафеты; принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, определять общие цели и пути их достижения; планировать, контролировать и оценивать учебные действия, определять наиболее эффективные способы достижения результата; развитие мотивов учебной деятельности и личностного смысла учения; принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; проявление культуры общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.</p>	
62.	Тестирование бега на 30 м и челночного бега 3x10 м	1		<p>Владеть навыком систематического наблюдения за своим физическим состоянием за счет отслеживания измерений показателей развития основных физических качеств - быстроты; организовывать здоровьезберегающую деятельность с помощью общеразвивающих упражнений, беговой</p>	

				<p>разминки и эстафет; принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, определять общие цели и пути их достижения; проявлять готовность конструктивно решать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества; развитие мотивов учебной деятельности и личностного смысла учения; принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; проявление культуры общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.</p>	
63.	Тестирование бега на 60 м и 300 м	1		<p>Владеть навыком систематического наблюдения за своим физическим состоянием за счет отслеживания измерений показателей развития основных физических качеств – быстроты и скоростной выносливости; организовывать здоровьесберегающую деятельность с помощью общеразвивающих упражнений, беговой разминки и эстафет; принимать и сохранять цели и задачи учебной</p>	

				<p>деятельности, определять общие цели и пути их достижения; оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; владеть начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета; развитие мотивов учебной деятельности и личностного смысла учения; принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; проявление культуры общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.</p>	
64.	Тестирование метания мяча на дальность	1		<p>Владеть навыком систематического наблюдения за своим физическим состоянием за счет отслеживания изменений показателей развития основных физических качеств – координации движений и силы, организовывать здоровьезберегающую деятельность с помощью разминки в движении и подвижной игры «Собачки»</p>	

				<p>ногами»; принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, определять общие цели и пути их достижения; проявлять готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; проявление культуры общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.</p>	
65.	Тестирование бега на 1000 м	1		<p>Владеть навыком систематического наблюдения за своим физическим состоянием за счет отслеживания изменений показателей развития основных физических качеств – выносливости, организовывать здоровьезберегающую деятельность с помощью разминки на развитие гибкости, подвижных и спортивных игр; принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, определять общие цели и пути их достижения; планировать, контролировать и оценивать учебные действия, определять наиболее эффективные способы достижения</p>	

				результата; развитие мотивов учебной деятельности и личностного смысла учения; принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; проявление культуры общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.	
66-67.	Спринтерский и эстафетный бег	2		Иметь углубленные представления о технике эстафетного бега,; организовывать здоровьезберегающую деятельность с помощью беговой разминки и легкоатлетической полосы; планировать, контролировать и оценивать учебные действия; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; проявление культуры общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.	
6.8	Тестирование бега на 1500м	1		физическим состоянием за счет отслеживания	

				<p>изменений показателей развития основных физических качеств – выносливости, организовывать здоровьезберегающую деятельность с помощью разминки на развитие гибкости, подвижных и спортивных игр; принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, определять общие цели и пути их достижения; планировать, контролировать и оценивать учебные действия, определять наиболее эффективные способы достижения результата; развитие мотивов учебной деятельности и личностного смысла учения; принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; проявление культуры общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.</p>	
--	--	--	--	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--

