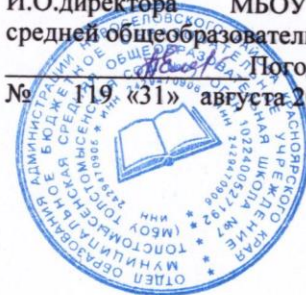


**Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
Толстомысенская средняя общеобразовательная школа**

Согласовано
Зам.директора по УВР
А.В. Попкова Попкова А.В.
Протокол № 15
От « 29 » августа 2022г.

«УТВЕРЖДАЮ»
И.О.директора МБОУ Толстомысенской
средней общеобразовательной школы №7
Е.А. Погодина Погодина Е.А.
№ 119 «31» августа 2022г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
на 2022-2023 учебный год**

Учитель: Маштаров Виталий Викторович

Предмет: физическая культура

Класс: 5

Пояснительная записка к рабочей программе по физической культуре для 5 класса

Рабочая программа по физической культуре разработана на основе следующих нормативно – правовых документов:

1. Закон РФ «Об образовании» от 29.12.2012г. №273 – ФЗ
2. Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования (Приказ Министерства образования и науки РФ от 17 декабря 2010 г. № 1897 «Об утверждении государственного стандарта основного общего образования».
3. Приказ Министерства образования и науки РФ от 04.10.2010г. № 986 «Об утверждении федеральных требований к образовательным учреждениям в части минимальной оснащенности учебного процесса и оборудования учебных помещений»
4. Указ Президента РФ от 24.03.2014 N 172 "О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе "Готов к труду и обороне" (ГТО)"
5. Распоряжение правительства Российской Федерации от 30 июня 2014 года №1165-р "Об утверждении плана мероприятий по внедрению Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне"
6. Примерная программа основного общего образования «Физическая культура 5-9 классы» М., «Просвещение», 2012г. ФГОС, В.И.Лях.
7. Образовательной программы основного общего образования МБОУ Толстомысенской СОШ №7
8. Программы формирования универсальных учебных действий у обучающихся на ступени основного общего образования МБОУ Толстомысенской СОШ №7.

Программа составлена на основе рабочей программы В. И. Ляха «Физическая культура», предметная линия учебников М.Я. Виленского, В.И. Ляха 5 – 9 классы. 2 – е издание Москва «Просвещение», 2019

Программа реализуется с помощью УМК «Физическая культура. 8 – 9 классы» под ред. Г.Б. Мейксона, Л.Е. Любомирского, Л.Б. Кофмана, В.И. Ляха, рекомендованного Министерством образования РФ.

Физическая культура —обязательный учебный курс в общеобразовательных школах. Предмет «Физическая культура» является основой физического воспитания школьников. В сочетании с другими формами обучения: физкультурно-оздоровительными мероприятиями, внеклассной работой по физической культуре, физкультурно – массовыми и спортивными мероприятиями достигается формирование физической культуры личности. Она включает в себя мотивацию и потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом, овладение основными видами физкультурно-спортивной деятельности, разностороннюю физическую подготовленность.

Общая характеристика учебного предмета

Целью школьного физического воспитания является формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.

Реализация цели учебной программы соотносится с решением следующих *задач*.

Задачи:

- укрепление здоровья, улучшение осанки, профилактика плоскостопия, содействие гармоничному физическому, нравственному и социальному развитию, успешному обучению;
- формирование первоначальных умений саморегуляции средствами физической культуры;
- овладение школой движений;
- развитие координационных (точности воспроизведения и дифференцирования пространственных, временных и силовых параметров движений, равновесия, ритма, быстроты и точности реагирования на сигналы, согласования движений, ориентирования в пространстве) и кондиционных (скоростных, скоростно-силовых, выносливости и гибкости) способностей;
- формирование элементарных знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособность и развитие физических (координационных и кондиционных) способностей;
- выработка представлений об основных видах спорта, снарядах и инвентаре, о соблюдении правил техники безопасности во время занятий;
- формирование установки на сохранение и укрепление здоровья, навыков здорового и безопасного образа жизни;
- приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми, использование их в свободное время на основе формирования интересов к определённым видам двигательной активности и выявления предрасположенности к тем или иным видам спорта;
- воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений, содействие развитию психических процессов (представления, памяти, мышления и др.) в ходе двигательной деятельности.

Описание места учебного предмета в учебном плане

На предмет «Физическая культура» отводится 2 часа в неделю по учебному плану школы, 68 часов в год. По программе В.И. Ляха 2 часа в неделю.

Планируемые результаты учебного предмета Формирование универсальные учебные действия у учащихся

Личностные универсальные учебные действия.

У учащегося будут сформированы:

представление об историко-географическом образе, включая представление о территории и границах России; образе социально-политического устройства — знание государственной символики (герб, флаг, гимн), знание государственных праздников; знание о своей этнической принадлежности;

знание основных принципов и правил отношения к природе;

знание основ здорового образа жизни и здоровьесберегающих технологий;

уважение к другим народам России и мира и принятие их, межэтническая толерантность, готовность к равноправному сотрудничеству;

уважение к личности и её достоинству, доброжелательное отношение к окружающим;

воспитание любви к природе, признание ценности здоровья;

воспитание любви к Родине;

воспитание уважения к истории, культурным и историческим памятникам;

Учащийся получит возможность для формирования:

готовности и способности к участию в школьном самоуправлении в пределах возрастных компетенций (дежурство в школе и классе, участие в детских и молодёжных общественных организациях, школьных и внешкольных мероприятиях); готовности и способности к выполнению норм и требований школьной жизни, прав и обязанностей ученика;

умение вести диалог на основе равноправных отношений и взаимного уважения и принятия; умения конструктивно разрешать конфликты;

готовности и способности к выполнению моральных норм в отношении взрослых и сверстников в школе, дома, во внеучебных видах деятельности;

эмоционально положительное принятие своей этнической идентичности;

уважения к другим народам России и мира и принятие их, межэтническая толерантность, готовность к равноправному сотрудничеству;

потребности в самовыражении и самореализации;

позитивной моральной самооценки и моральных чувств — чувства гордости при следовании моральным нормам, переживания стыда и вины при их нарушении.

Регулятивные универсальные учебные действия:

У учащегося будут сформированы:

умение самостоятельно или с помощью взрослого определять цели своего обучения, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;

умение планировать пути достижения целей, анализировать условия достижения цели на основе учёта выделенных учителем ориентиров действия в новом учебном материале;

умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять

способы действий в рамках предложенных условий и требований;

владение основами самооценки;

Учащийся получит возможность для формирования:

умения самостоятельно вносить необходимые дополнения и коррективы в действие после его завершения и соотнесения с алгоритмом;
умения владеть основами саморегуляции в учебной и познавательной деятельности.

Коммуникативные универсальные учебные действия.

У учащегося будут сформированы:

умение навыка взаимного контроля и оказания в сотрудничестве необходимую взаимопомощь;

умение вступить в диалог, а также участвовать в коллективном обсуждении проблемы;

умение аргументировать свою точку зрения, спорить и отстаивать свою позицию не враждебным для оппонентов образом;

умение договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.

Учащийся получит возможность для формирования:

умения задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнёром;

умения оказывать помощь партнерам в процессе достижения общей цели совместной деятельности;

умения формулировать цель работы группы и планировать учебное сотрудничество с учителем и сверстниками;

умения брать на себя ответственность в совместном действии.

Познавательные универсальные учебные действия.

У учащегося будут сформированы:

умение анализировать и применять результаты исследования в практической деятельности;

умение структурировать текст (выделять главное и второстепенное, умение выделять главную идею текста, выстраивать последовательность описываемых событий, бегло просматривать тексты);

умение проводить практическое исследование в сотрудничестве с учителем и сверстниками;

умение владеть основами ознакомительного, изучающего, усваивающего и поискового чтения;

умение осуществлять расширенный поиск информации с использованием ресурсов библиотек и сети Интернет;

умение выявлять особенности (качества, признаки) разных объектов в процессе исследования.

Учащийся получит возможность для формирования:

умение различать методы познания окружающего мира по его целям (наблюдение, опыт, эксперимент, моделирование, вычисление) и применять их в практической деятельности;

умение ставить проблемные вопросы, выдвигать гипотезы;

умение сравнивать различные объекты: выделяет объекты, имеющие общие свойства;

умение классифицировать объекты по группам (выделяет правила классификации);

умение обсуждать и оценивать полученные результаты и применять их к новым ситуациям;

умение записывать, фиксировать информацию об окружающем мире и о себе с помощью инструментов ИКТ.

Работа с текстом.**У учащегося будут сформированы:**

умение находить в тексте конкретные сведения, факты, заданные в явном виде;

умение определять тему и главную мысль текста;

умение высказывать оценочные суждения и свою точку зрения о прочитанном тексте;

умение участвовать в учебном диалоге при обсуждении прочитанного или прослушанного текста;

умение ориентироваться в соответствующих возрасту словарях и справочниках.

Учащийся получит возможность для формирования:

умение понимать информацию, представленную в неявном виде;

умение работать с несколькими источниками информации, сопоставлять информацию, полученную из нескольких источников;

на основе имеющихся знаний, жизненного опыта подвергать сомнению

достоверность прочитанного, обнаруживать недостоверность получаемых сведений, пробелы в информации и находить пути восполнения этих пробелов;

умение сопоставлять различные точки зрения;

в процессе работы с одним или несколькими источниками выявлять достоверную (противоречивую) информацию;

умение понимать информацию, представленную разными способами: словесно, в виде таблицы, схемы, диаграмм.

Предметные универсальные учебные действия:

В основной школе в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования результаты изучения курса «Физическая культура» должны отражать:

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

В области физической культуры:

способность отбирать физические упражнения, естественные силы природы, гигиенические факторы в соответствии с их функциональной направленностью, составлять из них индивидуальные комплексы для осуществления оздоровительной гимнастики, использования закаливающих процедур, профилактики нарушений осанки, улучшения физической подготовленности;

способность составлять планы занятий с использованием физических упражнений разной педагогической направленности,

регулировать величину физической нагрузки в зависимости от задач занятия и индивидуальных особенностей организма;

умение проводить самостоятельные занятия по освоению и закреплению осваиваемых на уроке новых двигательных действий и развитию основных физических (кондиционных и координационных) способностей, контролировать и анализировать эффективность этих занятий, ведя дневник самонаблюдения.

Демонстрировать уровень физической подготовленности 6 кл.

Контрольные упражнения	уровень					
	мальчики			девочки		
	низкий	средний	высокий	низкий	средний	высокий
Подтягивание на перекладине	2	6-7	9	5	13-15	19
Прыжки в длину с места	160	180-195	210	145	160-180	200
Наклон туловища вперед	3	7-9	11	7	12-14	20
Бег 30 метров с высокого старта	5.8	5.5-5.1	4.7	6.1	5.9-5.4	4.9
Челночный бег 3*10	9.0	8.7-8.3	8.0	9.9	9.4-9.0	8.6
Тест Купера шестиминутный бег	1050	1200-1300	1450	850	1000-1150	1250

Содержание учебного предмета

Комплексы физических упражнений для утренней зарядки, физкультминуток, занятий по профилактике и коррекции нарушений осанки.

Комплексы упражнений на развитие физических качеств. Комплексы дыхательных упражнений. Гимнастика для глаз.

Гимнастика с основами акробатики.

Организуемые команды и приемы.

Акробатические упражнения.

Упражнения и комбинации на гимнастической перекладине:

Упражнения и комбинации на гимнастическом бревне.

Упражнения и комбинации на гимнастических брусьях параллельных

Упражнения и комбинации на гимнастических брусьях разной высоты

Опорный прыжок

Гимнастические упражнения прикладного характера.

Лёгкая атлетика.

Беговые упражнения: с высоким подниманием бедра, прыжками и с ускорением, с изменяющимся направлением движения, из разных исходных положений.

Прыжковые упражнения: на одной ноге и двух ногах на месте и с продвижением; в длину и высоту.

Броски: большого мяча (1 кг) на дальность разными способами.

Метание: малого мяча в вертикальную цель и на дальность.

Лыжные гонки.

Передвижение на лыжах; повороты; спуски; подъёмы; торможение.

Спортивные игры.

Баскетбол: специальные передвижения без мяча; ведение

мяча; броски мяча в корзину; ловля и передача мяча; подвижные игры на материале баскетбола; игра по правилам.

Волейбол: подбрасывание мяча; подача мяча; приём и передача

мяча; подвижные игры на материале волейбола; игра по правилам.

Структура учебного предмета

Четверть	Раздел	Тема	Урочная деятельность	Неурочная деятельность	Контрольные работы	Всего часов
I – четверть 18 часов	Л. атлетика	Бег. Метания. Прыжки.	8		3	8
	Волейбол	В. передача. Н. передача. Подача. Игры.	7	3 Уроки в игровой форме. (раздел волейбол)	3	10
II – четверть 14 часов	Гимнастика	Акробатика. Опорный прыжок. Висы и упоры. Канат. Бревно.	14		5	14
III – четверть 20 часов	Баскетбол	Ведение мяча. Ловля и передача. Броски в кольцо. Игры.	5	3 Урока в игровой форме. (раздел баскетбол)	3	8
	Лыжи	Лыжные ходы. Подъёмы, спуски. Торможения. Ходьба на лыжах	12		4	12
IV – четверть 16 часа	Подвижные и спортивные игры	Баскетбол. Веселые старты. Лапта. Волейбол.		1. Урок – игра. 2. Урок – эстафета. 3. Урок – игра. 4. Урок – соревнование.		4
	Л. атлетика	Бег. Метания. Прыжки.	12		5	12

Календарно – тематическое планирование по физической культуре для учащихся 5 класса.

Легкая атлетика 1 – четверть.

№ п/п	Дата		Тема урока	Урочная. Неурочная	Элементы содержания	Планируемые результаты
	План	Факт				
1	09.		Вводный урок по легкой атлетике. Старт.		<p><i>Построение, приветствие, СЗУ.</i> Вводный инструктаж по Т.Б.на уроках физкультуры (легкая атлетика, оказание первой помощи) <i>Ст.упр-ния, ходьба, бег, ОРУ.</i> 1.Разучить старт с опорой на одну руку. Бег по дистанции. 2.Равномерный бег 2минуты. <i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i></p>	<p>Соблюдать правила техники безопасности при выполнении беговых упражнений. Описывать технику беговых упражнений. Выявлять характерные ошибки в технике выполнения беговых упражнений. Осваивать технику бега различными способами.</p>
2	09.		Бег на короткие дистанции.		<p><i>Построение, приветствие, СЗУ.</i> <i>Ст.упр-ния, ходьба, бег, ОРУ.</i> 1.Закрепить старт с опорой на одну руку. Бег на короткие дистанции. 2.Подвижная игра лапта. 3.Равномерный бег 2,5 минуты. <i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i></p>	
3	09.		Метание малого мяча.		<p><i>Построение, приветствие, СЗУ.</i> <i>Ст.упр-ния, ходьба, бег, ОРУ.</i> 1.Совершенствовать старт с опорой на одну руку. Бег по дистанции. 2.Разучить метание малого мяча с 1-го шага. 3.КДП – прыжки в длину с места. 4.Равномерный бег 3 минуты. <i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i></p>	
4	09.		Учет бега на короткие дистанции.		<p><i>Построение, приветствие, СЗУ.</i> <i>Ст.упр-ния, ходьба, бег, ОРУ.</i> 1.Учет бега на короткие дистанции 60 м. 2.КДП – 30 м. с высокого старта. 3.Закрепить метание малого мяча с 1-о шага. 3.Подвижная игра 4.Равномерный бег 3,5минуты. <i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i></p>	<p>Соблюдать правила техники безопасности при метании малого мяча. Описывать технику метания малого мяча. Осваивать технику метания малого мяча. Описывать технику беговых упражнений. Выявлять характерные ошибки в технике выполнения беговых упражнений. Осваивать технику бега различными способами.</p>
5	09.		Прыжки в длину с разбега.		<p><i>Построение, приветствие, СЗУ.</i> <i>Ст.упр-ния, ходьба, бег, ОРУ.</i> 1.Совершенствовать метание малого мяча с 1-го шага. 2.Разучить прыжки в длину с разбега (зона отталкивания 70 см.) 3.КДП – челночный бег 3*10 4.Равномерный бег 4минуты. <i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i></p>	
6	09.		Учет метания малого мяча.		<p><i>Построение, приветствие, СЗУ.</i> <i>Ст.упр-ния, ходьба, бег, ОРУ.</i> 1.Учет метание малого мяча на дальность с 1-го шага. 2.Закрепить прыжки в длину с разбега (зона отталкивания 70 см.) 3.Подвижная игра 4.Равномерный бег 5 минут. <i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i></p>	

Легкая атлетика и волейбол 1 – четверть .

№ п/п	Дата		Тема урока	Урочная. Неурочная	Элементы содержания	Планируемые результаты
	План	Факт				
7	09.		Тест на выносливость шестиминутный бег.		<i>Построение, приветствие, СЗУ. Ст.упр-ния, ходьба, бег, ОРУ.</i> 1.Совершенствовать прыжки в длину с разбега (зона отталкивания 70 см.) 2.КДП-тест Купера шестиминутный бег. 3.Подвижная игра лапта <i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i>	Соблюдать правила техники безопасности при метании малого мяча. Описывать технику метания малого мяча. Осваивать технику метания малого мяча.
8	09.		Учет прыжков в длину с разбега.		<i>Построение, приветствие, СЗУ. Ст.упр-ния, ходьба, бег, ОРУ.</i> 1.Учет прыжков в длину с разбега (зона отталкивания 70 см.) 2.Подвижная игра лапта. <i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i>	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении прыжковых упражнений.
9	09.		Вводный урок по волейболу. Верхняя передача.		<i>Построение, приветствие, СЗУ.</i> Инструктаж по Т.Б.на уроках волейбола. <i>Ст.упр, стойка игрока, ходьба, бег (перемещения), ОРУ.</i> 1.Разучить верхнюю передачу мяча. 2.Подвижная игра. <i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i>	
10	10.		Верхняя передача мяча.		<i>Построение, приветствие, СЗУ. Ст.упр, стойка игрока, ходьба, бег (перемещения), ОРУ.</i> 1.Закрепить верхнюю передачу мяча. 2.Подвижная игра. <i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i>	
11	10.		Прием мяча снизу		<i>Построение, приветствие, СЗУ. Ст.упр, стойка игрока, ходьба, бег (перемещения), ОРУ.</i> 1.Совершить верхнюю передачу мяча. 2.Разучить прием мяча снизу. 3.Подвижная игра. <i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i>	
12	10.		Учет верхней передачи мяча		<i>Построение, приветствие, СЗУ. Ст.упр, стойка игрока, ходьба, бег (перемещения), ОРУ.</i> 1.Учет верхней передачи мяча 2.Закрепить прием мяча снизу. 3.Подвижная игра <i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i>	

Волейбол 1 – четверть.

№ п/п	Дата		Тема урока	Урочная. Неурочная	Элементы содержания	Планируемые результаты
	План	Факт				
13	10.		Нижняя прямая подача с 4-х метров		<p><i>Построение, приветствие, СЗУ.</i> <i>Ст.упр, ходьба, бег (перемещения), ОРУ.</i></p> <p>1.Соверш-ть прием мяча снизу. 2.Разучить нижнюю прямую подачу с 4-х метров 3.Пионербол. <i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i></p>	<p>Описывать разучиваемые технические действия из спортивных игр. Осваивать технические действия из спортивных игр. Моделировать технические действия в игровой деятельности.</p>
14	10.		Учет приема мяча снизу.		<p><i>Построение, приветствие, СЗУ.</i> <i>Ст.упр, ходьба, бег (перемещения), ОРУ.</i></p> <p>1.Учет приема мяча снизу. 2.Закрепить нижнюю прямую подачу с 4-х метров 3.Пионербол. <i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i></p>	<p>Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий из спортивных игр. Осваивать универсальные умения управлять эмоциями во время учебной и игровой деятельности.</p>
15	10.		Игра по упрощенным правилам		<p><i>Построение, приветствие, СЗУ.</i> <i>Ст.упр, ходьба, бег (перемещения), ОРУ.</i></p> <p>1.Соверш-ть нижнюю прямую подачу с 4-х метров 2.Пионербол с подачей. <i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i></p>	<p>Выявлять ошибки при выполнении технических действий из спортивных игр. Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности в условиях учебной и игровой деятельности.</p>
16	10.		Учет нижней прямой подачи с 4-х метров		<p><i>Построение, приветствие, СЗУ.</i> <i>Ст.упр, ходьба, бег (перемещения), ОРУ.</i></p> <p>1.Учет нижней прямой подачи с 4-х метров 2.Пионербол с подачей. <i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i></p>	<p>Развивать физические качества.</p>
17	10.		Верхняя передача мяча.		<p><i>Построение, приветствие, СЗУ.</i> <i>Ст.упр, ходьба, бег (перемещения), ОРУ.</i></p> <p>1.Верхняя передача мяча. 2. Пионербол с подачей и приемом. <i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i></p>	
18	10.		Прием мяча снизу		<p><i>Построение, приветствие, СЗУ.</i> <i>Ст.упр, ходьба, бег (перемещения), ОРУ.</i></p> <p>1. Прием мяча снизу 2. Пионербол с подачей и приемом. <i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i></p>	

Гимнастика 2 - четверть.

№ п/п	Дата		Тема урока	Урочная. Неурочная	Элементы содержания	Планируемые результаты
	План	Факт				
19	11.		Вводный урок по гимнастике. Канат.		<p><i>Построение, приветствие, СЗУ.</i> Инструктаж по Т.Б. на уроках гимнастики. <i>Строевые упр., ходьба, бег, ОРУ.</i></p> <p>1.Акробатическая комбинация (М-Д): -кувырок вперед, назад в группировке; -перекатом назад стойка на лопатках; -мост из положения лежа.</p> <p>2.Канат (М-Д): -лазание в два приема. <i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i></p>	<p>Описывать технику гимнастических упражнений на снарядах. Осваивать технику гимнастических упражнений на спортивных снарядах. Осваивать универсальные умения по</p>
20	11.		Акробатические упражнения.		<p><i>Построение, приветствие, СЗУ, строевые упр., ходьба, бег, ОРУ.</i></p> <p>1.Акробатическая комбинация (М-Д): -кувырок вперед, назад в группировке; -перекатом назад стойка на лопатках; -мост из положения лежа.</p> <p>2.Канат (М-Д): -лазание в два приема.</p> <p>3.Гимнастическая полоса препятствий <i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i></p>	<p>взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении гимнастических упражнений. Выявлять и характеризовать ошибки при выполнении гимнастических упражнений. Проявлять качества силы, координации и выносливости при выполнении акробатических упражнений и комбинаций.</p>
21	11.		Кувырки вперед, назад, стойки.		<p><i>Построение, приветствие, СЗУ, строевые упр., ходьба, бег, ОРУ.</i></p> <p>1.Акробатическая комбинация (М-Д): -кувырок вперед, назад в группировке; -перекатом назад стойка на лопатках; -мост из положения лежа.</p> <p>2.Канат (М-Д): -лазание в два приема.</p> <p>3.Гимнастическая полоса препятствий <i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i></p>	<p>выполнении акробатических упражнений и комбинаций. Соблюдать правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений.</p>
22	11.		Учёт лазания по канату		<p><i>Построение, приветствие, СЗУ, строевые упр., ходьба, бег, ОРУ.</i></p> <p>1.Учёт лазание по канату (М-Д): -лазание в два приема.</p> <p>2.Акробатическая комбинация (М-Д): -кувырок вперед, назад в группировке; -перекатом назад стойка на лопатках; -мост из положения лежа.</p> <p>3.Гимнастическая полоса препятствий <i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i></p>	

Гимнастика 2 - четверть.

№ п/п	Дата		Тема урока	Урочная. Неурочная	Элементы содержания	Планируемые результаты
	План	Факт				
23	11.		Перекладина, брусья разной высоты.		<p><i>Построение, приветствие, СЗУ, строевые упр., ходьба, бег, ОРУ.</i></p> <p>1.Перекладина (мальчики) -подъем в упор с прыжка;-вис согнувшись, вис прогнувшись.</p> <p>2.Брусья разной высоты (девочки) -наскок в упор на нижнюю жердь;-соскок махом назад с поворотом на 90*;-смешанные висы</p> <p>3.Акробатическая комбинация (М-Д): -кувырок вперед, назад в группировке;-перекатом назад стойка на лопатках;-мост из положения лежа.</p> <p>4.Гимнастическая полоса препятствий <i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i></p>	<p>Описывать технику гимнастических упражнений на снарядах.</p> <p>Осваивать технику гимнастических упражнений на спортивных снарядах.</p> <p>Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении гимнастических упражнений.</p> <p>Выявлять и характеризовать ошибки при выполнении гимнастических упражнений.</p> <p>Проявлять качества силы, координации и выносливости при выполнении акробатических упражнений и комбинаций.</p> <p>Соблюдать правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений.</p>
24	11.		Учет акробатической комбинации.		<p><i>Построение, приветствие, СЗУ, строевые упр., ходьба, бег, ОРУ.</i></p> <p>1.Учет акробатической комбинации (М-Д): -кувырок вперед, назад в группировке;-перекатом назад стойка на лопатках;-мост из положения лежа.</p> <p>2. Перекладина (мальчики) -подъем в упор с прыжка;-вис согнувшись, вис прогнувшись.</p> <p>3.Брусья разной высоты (девочки) -наскок в упор на нижнюю жердь;-соскок махом назад с поворотом на 90*;-смешанные висы</p> <p>4.Гимнастическая полоса препятствий <i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i></p>	<p>Описывать технику гимнастических упражнений на снарядах.</p> <p>Осваивать технику гимнастических упражнений на спортивных снарядах.</p> <p>Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении гимнастических упражнений.</p> <p>Выявлять и характеризовать ошибки при выполнении гимнастических упражнений.</p> <p>Проявлять качества силы, координации и выносливости при выполнении акробатических упражнений и комбинаций.</p> <p>Соблюдать правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений.</p>
25	12.		Опорный прыжок.		<p><i>Построение, приветствие, СЗУ, строевые упр., ходьба, бег, ОРУ.</i></p> <p>1.Опорный прыжок (М-Д): - вскок в упор присев соскок прогнувшись.</p> <p>2. Перекладина (мальчики) -подъем в упор с прыжка;-вис согнувшись, вис прогнувшись.</p> <p>3.Брусья разной высоты (девочки) -наскок в упор на нижнюю жердь;-соскок махом назад с поворотом на 90*;-смешанные висы</p> <p>4.Гимнастическая полоса препятствий <i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i></p>	<p>Описывать технику гимнастических упражнений на снарядах.</p> <p>Осваивать технику гимнастических упражнений на спортивных снарядах.</p> <p>Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении гимнастических упражнений.</p> <p>Выявлять и характеризовать ошибки при выполнении гимнастических упражнений.</p> <p>Проявлять качества силы, координации и выносливости при выполнении акробатических упражнений и комбинаций.</p> <p>Соблюдать правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений.</p>
26	12.		Учет перекладина, брусья разной высоты.		<p><i>Построение, приветствие, СЗУ, строевые упр., ходьба, бег, ОРУ.</i></p> <p>1.Учет перекладина (мальчики) -подъем в упор с прыжка;-вис согнувшись, вис прогнувшись.</p> <p>2.Учет брусья разной высоты (девочки) -наскок в упор на нижнюю жердь;-соскок махом назад с поворотом на 90*;-смешанные висы</p> <p>3.Опорный прыжок (М-Д): - вскок в упор присев соскок прогнувшись.</p> <p>4.Гимнастическая полоса препятствий <i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i></p>	<p>Описывать технику гимнастических упражнений на снарядах.</p> <p>Осваивать технику гимнастических упражнений на спортивных снарядах.</p> <p>Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении гимнастических упражнений.</p> <p>Выявлять и характеризовать ошибки при выполнении гимнастических упражнений.</p> <p>Проявлять качества силы, координации и выносливости при выполнении акробатических упражнений и комбинаций.</p> <p>Соблюдать правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений.</p>

Гимнастика 2 - четверть.

№ п/п	Дата		Тема урока	Урочная. Неурочная	Элементы содержания	Планируемые результаты
	План	Факт				
27	12.		Упражнения на гимнастическом бревне.		<p><i>Построение, приветствие, СЗУ, строевые упр., ходьба, бег, ОРУ.</i></p> <p>1.Брусья параллельные (мальчики): -наскок в упор;-ходьба на руках, размахивание в висе; -соскок махом вперед углом с опорой о жердь.</p> <p>2.Бревно (девочки): -ходьба с различной амплитудой, ускоренная;-повороты на носках;-танцевальные шаги.</p> <p>3.Опорный прыжок (М-Д): - вскок в упор присев соскок прогнувшись.</p> <p>4.Гимнастическая полоса препятствий <i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход</i></p>	<p>Описывать технику гимнастических упражнений на снарядах. Осваивать технику гимнастических упражнений на спортивных снарядах. Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении гимнастических упражнений. Выявлять и характеризовать ошибки при выполнении гимнастических упражнений. Проявлять качества силы, координации и выносливости при выполнении акробатических упражнений и комбинаций. Соблюдать правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений.</p>
28	12.		Учет опорного прыжка.		<p><i>Построение, приветствие, СЗУ, строевые упр., ходьба, бег, ОРУ.</i></p> <p>1.Учет опорного прыжка (М-Д): - вскок в упор присев соскок прогнувшись.</p> <p>2.Брусья параллельные (мальчики): -наскок в упор; -ходьба на руках, размахивание в висе; -соскок махом вперед углом с опорой о жердь.</p> <p>3.Бревно (девочки): -ходьба с различной амплитудой, ускоренная;-повороты на носках;-танцевальные шаги.</p> <p>4.Гимнастическая полоса препятствий <i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i></p>	
29	12.		Гимнастическая полоса препятствий.		<p><i>Построение, приветствие, СЗУ, строевые упр., ходьба, бег, ОРУ.</i></p> <p>1.Брусья параллельные (мальчики): -наскок в упор;-ходьба на руках, размахивание в висе; -соскок махом вперед углом с опорой о жердь.</p> <p>2.Бревно (девочки): -ходьба с различной амплитудой, ускоренная;-повороты на носках;- танцевальные шаги.</p> <p>3.Гимнастическая полоса препятствий <i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход</i></p>	
30	12.		Учет упражнений на бревне.		<p><i>Построение, приветствие, СЗУ, строевые упр., ходьба, бег, ОРУ.</i></p> <p>1.Учет брусья параллельные (мальчики): -наскок в упор;-ходьба на руках, размахивание в висе; -соскок махом вперед углом с опорой о жердь.</p> <p>2.Учет бревно (девочки): -ходьба с различной амплитудой, ускоренная;-повороты на носках;- танцевальные шаги.</p> <p>3.Гимнастическая полоса препятствий <i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i></p>	

Гимнастика 2 - четверть.

№ п/п	Дата		Тема урока	Урочная. Неурочная	Элементы содержания	Планируемые результаты
	План	Факт				
31	12.		Акробатическая комбинация		<p><i>Построение, приветствие, СЗУ, строевые упр., ходьба, бег, ОРУ.</i></p> <p>1. Акробатическая комбинация (М-Д): -кувырок вперед, назад в группировке; -перекатом назад стойка на лопатках; -мост из положения лежа.</p> <p>2. Гимнастическая полоса препятствий <i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i></p>	<p>Описывать технику гимнастических упражнений на снарядах.</p> <p>Осваивать технику гимнастических упражнений на спортивных снарядах.</p> <p>Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении гимнастических упражнений.</p> <p>Выявлять и характеризовать ошибки при выполнении гимнастических упражнений.</p> <p>Проявлять качества силы, координации и выносливости при выполнении акробатических упражнений и комбинаций.</p> <p>Соблюдать правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений.</p>
32	12.		Прикладные навыки в равновесии.		<p><i>Построение, приветствие, СЗУ, строевые упр., ходьба, бег, ОРУ.</i></p> <p>1. Прикладные навыки в упражнениях на равновесие (М-Д):</p> <p>2. Канат (М-Д): -лазание в два приема.</p> <p>3. Гимнастическая полоса препятствий <i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i></p>	<p>Описывать технику гимнастических упражнений на снарядах.</p> <p>Осваивать технику гимнастических упражнений на спортивных снарядах.</p> <p>Осваивать универсальные умения по взаимодействию в парах и группах при разучивании и выполнении гимнастических упражнений.</p> <p>Выявлять и характеризовать ошибки при выполнении гимнастических упражнений.</p> <p>Проявлять качества силы, координации и выносливости при выполнении акробатических упражнений и комбинаций.</p> <p>Соблюдать правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений.</p>

Баскетбол 3 – четверть.

№ п/п	Дата		Тема урока	Урочная. Неурочная	Элементы содержания	Планируемые результаты
	План	Факт				
33	01.		Вводный урок по баскетболу. Передачи мяча.		<p><i>Построение, приветствие, СЗУ.</i> Инструктаж по Т.Б.на уроках баскетбола. <i>Ст.упр</i>, стойка игрока, <i>ходьба, бег</i> (перемещения), <i>ОРУ</i>. 1.Разучить передачу 2-я от груди, с шага, со сменой мест 2.Подвижная игра «Борьба за мяч». <i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i></p>	<p>Описывать разучиваемые технические действия из спортивных игр. Осваивать технические действия из спортивных игр.</p>
34	01.		Броски мяча в кольцо.		<p><i>Построение, приветствие, СЗУ.</i> <i>Ст.упр</i>, стойка игрока, <i>ходьба, бег</i> (перемещения), <i>ОРУ</i>. 1.Закрепить передачу 2-я от груди, с шага, со сменой мест 2.Разучить бросок с места 2-я от груди. 3.Подвижная игра«Борьба за мяч». <i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i></p>	<p>Моделировать технические действия в игровой деятельности. Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий из спортивных игр.</p>
35	01.		Ведение мяча, броски, передачи.		<p><i>Построение, приветствие, СЗУ.</i> <i>Ст.упр</i>, стойка игрока, <i>ходьба, бег</i> (перемещения), <i>ОРУ</i>. 1.Соверш-ть передачу 2-я от груди, с шага, со сменой мест 2.Закрепить бросок с места 2-я от груди. 3.Разучить ведение по кругу, остановку прыжком. 4.Подвижная игра «Борьба за мяч». <i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i></p>	<p>Осваивать универсальные умения управлять эмоциями во время учебной и игровой деятельности. Выявлять ошибки при выполнении технических действий из спортивных игр.</p>
36	01.		Учет ловли и передачи мяча.		<p><i>Построение, приветствие, СЗУ.</i> <i>Ст.упр</i>, стойка игрока, <i>ходьба, бег</i> (перемещения), <i>ОРУ</i>. 1.Учет передачи 2-я от груди со сменой мест 2.Соверш-ть бросок с места 2-я от груди 3.Закрепить ведение по кругу, остановку прыжком. 4.Подвижная игра «Борьба за мяч». <i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i></p>	<p>Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности в условиях учебной и игровой деятельности. Развивать физические качества.</p>
37	01.		Учет бросков мяча в кольцо.		<p><i>Построение, приветствие, СЗУ.</i> <i>Ст.упр</i>, стойка игрока, <i>ходьба, бег</i> (перемещения), <i>ОРУ</i>. 1.Учет броска с места 2-я от груди. 2.Соверш-ть ведение по кругу, остановку прыжком. 3.Подвижная игра «Борьба за мяч». <i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i></p>	
38	01.		Учет ведения мяча, остановка.		<p><i>Построение, приветствие, СЗУ.</i> <i>Ст.упр</i>, <i>ходьба, бег</i> (перемещения), <i>ОРУ</i>. 1.Учет ведение по кругу, остановка прыжком. 2.Разучить бросок после остановки прыжком двумя руками от груди. 3.Подвижная игра «Борьба за мяч». <i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i></p>	

Баскетбол и лыжи 3 – четверть .

№ п/п	Дата		Тема урока	Урочная. Неурочная	Элементы содержания	Планируемые результаты
	План	Факт				
39	02.		Тактические действия в нападении		<p><i>Построение, приветствие, СЗУ. Ст.упр, ходьба, бег (перемещения), ОРУ.</i></p> <p>1.Бросок после остановки прыжком двумя руками от груди. 2.Комбинация из освоенных элементов. 3.Тактические действия в нападении через игру «Борьба за мяч».</p> <p><i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i></p>	<p>Описывать разучиваемые технические действия из спортивных игр.</p> <p>Осваивать технические действия из спортивных игр.</p> <p>Моделировать технические действия в игровой деятельности.</p>
40	02.		Комбинация из освоенных элементов.		<p><i>Построение, приветствие, СЗУ. Ст.упр, ходьба, бег (перемещения), ОРУ.</i></p> <p>1.Бросок после остановки прыжком двумя руками от груди. 2. Комбинация из освоенных элементов. 3.Тактические действия в нападении через игру «Борьба за мяч».</p> <p><i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i></p>	<p>Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий из спортивных игр.</p>
41	02.		Вводный урок по лыжной подготовке.		<p><i>Построение, приветствие, СЗУ.</i></p> <p>1. Инструктаж по Т.Б.на уроках по ЛЫЖНОМУ СПОРТУ. 2.Строевые упражнения с лыжами.</p> <p><i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i></p>	<p>Моделировать технику базовых способов передвижения на лыжах.</p> <p>Осваивать универсальные умения контролировать скорость передвижения на лыжах по частоте сердечных сокращений.</p>
42	02.		Скользкий шаг		<p><i>Построение, приветствие, СЗУ. Раздача инвентаря, орг-й выход на лыжню.</i></p> <p>1.Строевые упражнения с лыжами. 2.Скользкий шаг 3.Передвижение на лыжах 1 км.</p> <p><i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i></p>	<p>Выявлять характерные ошибки в технике выполнения лыжных ходов.</p> <p>Проявлять выносливость при прохождении тренировочных дистанций разученными способами передвижения.</p> <p>Применять правила</p>
43	02.		Попеременный двухшажный ход		<p><i>Построение, приветствие, СЗУ. Раздача инвентаря, орг-й выход на лыжню.</i></p> <p>1. Попеременный двухшажный ход 2. Скользящий шаг 3. Передвижение на лыжах 1.4 км.</p> <p><i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i></p>	<p>подбора одежды для занятий лыжной подготовкой.</p> <p>Объяснять технику выполнения поворотов, спусков и подъемов.</p> <p>Осваивать технику поворотов, спусков и подъемов.</p> <p>Проявлять координацию при выполнении поворотов, спусков и подъемов</p>
44	02.		Учет скользящего шага		<p><i>Построение, приветствие, СЗУ. Раздача инвентаря, орг-й выход на лыжню.</i></p> <p>1. Учет скользящего шага 2. Попеременный двухшажный ход 3. Передвижение на лыжах 1.8 км.</p> <p><i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i></p>	

Лыжи 3 – четверть.

№ п/п	Дата		Тема урока	Урочная. Неурочная	Элементы содержания	Планируемые результаты
	План	Факт				
45	02.		Одновременный двухшажный ход		<p><i>Построение, приветствие, СЗУ.</i> <i>Раздача инвентаря, орг-й выход на лыжню.</i></p> <p>1. Одновременный двухшажный ход 2. Попеременный двухшажный ход 3. Передвижение на лыжах 2 км.</p> <p><i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i></p>	<p>Моделировать технику базовых способов передвижения на лыжах.</p> <p>Осваивать универсальные умения контролировать скорость передвижения на лыжах по частоте сердечных сокращений.</p> <p>Выявлять характерные ошибки в технике выполнения лыжных ходов.</p>
46	02.		Учет попеременного двухшажного хода		<p><i>Построение, приветствие, СЗУ.</i> <i>Раздача инвентаря, орг-й выход на лыжню.</i></p> <p>1. Учет попеременного двухшажного хода 2. Одновременный двухшажный ход 3. Передвижение на лыжах 2.2 км.</p> <p><i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i></p>	<p>Проявлять выносливость при прохождении тренировочных дистанций разученными способами передвижения.</p>
47	03.		Спуск, подъем, торможение		<p><i>Построение, приветствие, СЗУ.</i> <i>Раздача инвентаря, орг-й выход на лыжню.</i></p> <p>1. Торможение на лыжах 2. Спуск с горы подъем. 3. Одновременный двухшажный ход 4. Эстафеты на лыжах</p> <p><i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i></p>	<p>Применять правила подбора одежды для занятий лыжной подготовкой.</p> <p>Объяснять технику выполнения поворотов, спусков и подъемов.</p>
48	03.		Учет одновременного двухшажного хода		<p><i>Построение, приветствие, СЗУ.</i> <i>Раздача инвентаря, орг-й выход на лыжню.</i></p> <p>1. Учет одновременного двухшажного хода 2. Спуск с горы подъем. 3. Передвижение на лыжах 2.4 км.</p> <p><i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i></p>	<p>Осваивать технику поворотов, спусков и подъемов.</p>
49	03.		Учет спуск, подъем		<p><i>Построение, приветствие, СЗУ.</i> <i>Раздача инвентаря, орг-й выход на лыжню.</i></p> <p>1. Учет спуск с горы и подъем 2. Торможение катание с горки. 3. Передвижение на лыжах 2.8 км.</p> <p><i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i></p>	<p>Проявлять координацию при выполнении поворотов, спусков и подъемов</p>
50	03.		Прохождение дистанции на время		<p><i>Построение, приветствие, СЗУ.</i> <i>Раздача инвентаря, орг-й выход на лыжню.</i></p> <p>1. Учет по лыжной подготовке прохождение дистанции 3км. 2. Подвижные игры и эстафеты.</p> <p><i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i></p>	

Лыжи, подвижные игры 3-4 – четверть .

№ п/п	Дата		Тема урока	Урочная. Неурочная	Элементы содержания	Планируемые результаты
	План	Факт				
51	03.		Совершенствование лыжных ходов		<p><i>Построение, приветствие, СЗУ.</i> <i>Раздача инвентаря, орг-й выход на лыжню.</i></p> <p>1. Одновременный двухшажный ход 2. Попеременный двухшажный ход 3. Подвижные игры и эстафеты.</p> <p><i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i></p>	
52	03.		Подвижные игры и эстафеты.		<p><i>Построение, приветствие, СЗУ.</i> <i>Раздача инвентаря, орг-й выход на лыжню.</i></p> <p>1. Итоги лыжной подготовки. 2. Подвижные игры и эстафеты.</p> <p><i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i></p>	
53	04.		Мини – баскетбол по упрощенным правилам.	Урок игра	<p><i>Построение, приветствие, СЗУ.</i> <i>Ст.упр, ходьба, бег, ОРУ.</i></p> <p>1. Краткое описание правил, инструктаж. 2. Класс делится на две-три команды. Играют в подводящую игру к баскетболу «Мяч в корзину»</p> <p><i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i></p>	
54	04.		Веселые старты и эстафеты.	Урок эстафета	<p><i>Построение, приветствие, СЗУ.</i> <i>Ст.упр, ходьба, бег, ОРУ.</i></p> <p>1. Краткое описание правил, инструктаж. 2. Класс делится на две-три команды, выполняет эстафеты между собой.</p> <p><i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i></p>	
55	04.		Подвижная игра «Лапта»	Урок игра	<p><i>Построение, приветствие, СЗУ.</i> <i>Ст.упр, ходьба, бег, ОРУ.</i></p> <p>1. Краткое описание правил, инструктаж. 2. Класс делится на две-три команды. Играют в лапту.</p> <p><i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i></p>	
56	04.		Игра в мини-волейбол.	Урок соревнование	<p><i>Построение, приветствие, СЗУ.</i> <i>Ст.упр, ходьба, бег, ОРУ.</i></p> <p>1. Краткое описание правил, инструктаж. 2. Класс делится на две-три команды. Играют в мини – волейбол.</p> <p><i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i></p>	

Легкая атлетика 4 – четверть .

№ п/п	Дата		Тема урока	Урочная. Неурочная	Элементы содержания	Планируемые результаты
	План	Факт				
57	04.		Вводный урок по легкой атлетике. Прыжки.		<i>Построение, приветствие, СЗУ.</i> Инструктаж по Т.Б.на уроках легкой атлетике. <i>Ст.упр-ния, ходьба, бег, ОРУ.</i> 1.Прыжки в высоту способом «перешагивание». 2.Равномерный бег 600 метров. <i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i>	Соблюдать правила техники безопасности при выполнении прыжковых упражнений. Описывать технику прыжковых упражнений. Осваивать технику прыжковых упражнений. Выявлять характерные ошибки в технике выполнения прыжковых упражнений.
58	04.		Прыжки в высоту способом «перешагивание».		<i>Построение, приветствие, СЗУ.</i> <i>Ст.упр-ния, ходьба, бег, ОРУ.</i> 1.Прыжки в высоту способом «перешагивание». 2.КДП - наклон туловища вперед. 3.Равномерный бег 700 метров. <i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i>	Осваивать технику бега различными способами
59	04.		Метание малого мяча в цель.		<i>Построение, приветствие, СЗУ.</i> <i>Ст.упр-ния, ходьба, бег, ОРУ.</i> 1.Метание малого мяча в цель. 2.Прыжки в высоту способом «перешагивание». 3.КДП – подтягивание. 4.Равномерный бег 800 метров. <i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i>	
60	04.		Учет прыжки в высоту		<i>Построение, приветствие, СЗУ.</i> <i>Ст.упр-ния, ходьба, бег, ОРУ.</i> 1.Учет прыжки в высоту способом «перешагивание». 2.Метание малого мяча в цель. 3.Равномерный бег 800 метров. <i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i>	Соблюдать правила техники безопасности при метании малого мяча. Описывать технику метания малого мяча. Осваивать технику метания малого мяча. Соблюдать правила техники безопасности при выполнении прыжковых упражнений.
61	05.		Старт. Бег на короткие дистанции.		<i>Построение, приветствие, СЗУ.</i> <i>Ст.упр-ния, ходьба, бег, ОРУ.</i> 1.Старт с опорой на одну руку. Бег на короткие дистанции. 2.КДП – челночный бег 3*10 3.Метание малого мяча в цель. 4.Равномерный бег 900 метров. <i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i>	Осваивать технику бега различными способами
62	05.		Учет метание малого мяча в цель.		<i>Построение, приветствие, СЗУ.</i> <i>Ст.упр-ния, ходьба, бег, ОРУ.</i> 1.Учет метание малого мяча в цель. 2.Старт с опорой на одну руку. Бег по дистанции. 3.Подвижная игра лапта. 4.Равномерный бег 1000 метров. <i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i>	

Легкая атлетика 4 – четверть .

№ п/п	Дата		Тема урока	Урочная. Неурочная	Элементы содержания	Планируемые результаты
	План	Факт				
63	05.		Метание малого мяча на дальность.		<p><i>Построение, приветствие, СЗУ. Ст.упр-ния, ходьба, бег, ОРУ.</i></p> <p>1. Метание малого мяча на дальность. 2. Старт с опорой на одну руку. Бег по дистанции. 3.КДП – прыжки в длину с места. 4. Подвижная игра 5. Равномерный бег 1000 метров. <i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i></p>	<p>Соблюдать правила техники безопасности при метании малого мяча. Описывать технику метания малого мяча. Осваивать технику метания малого мяча. Описывать технику беговых упражнений. Выявлять характерные ошибки в технике выполнения беговых упражнений. Осваивать технику бега различными способами</p>
64	05.		Учет бега на короткие дистанции.		<p><i>Построение, приветствие, СЗУ. Ст.упр-ния, ходьба, бег, ОРУ.</i></p> <p>1. Учет бега на короткие дистанции 60 м. 2. КДП – 30 м. с высокого старта. 3. Метание малого на дальность. 4. Подвижная игра 5. Равномерный бег 1100 метров. <i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i></p>	<p>Соблюдать правила техники безопасности при метании малого мяча. Описывать технику метания малого мяча. Осваивать технику бега различными способами</p>
65	05.		Прыжки в длину с разбега		<p><i>Построение, приветствие, СЗУ. Ст.упр-ния, ходьба, бег, ОРУ.</i></p> <p>1. Прыжки в длину с разбега (зона отталкивания 70 см) 2. Метание малого мяча на дальность. 3. КДП – тест Купера шестиминутный бег. 4. Подвижная игра. <i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i></p>	<p>Соблюдать правила техники безопасности при метании малого мяча. Описывать технику метания малого мяча. Осваивать технику метания малого мяча. Описывать технику беговых упражнений. Выявлять характерные ошибки в технике выполнения беговых упражнений. Осваивать технику бега различными способами.</p>
66	05.		Учет метание малого мяча на дальность.		<p><i>Построение, приветствие, СЗУ. Ст.упр-ния, ходьба, бег, ОРУ.</i></p> <p>1. Учет метание малого мяча на дальность. 2. Прыжки в длину с разбега (зона отталкивания 70 см) 3. Подвижная игра 4. Равномерный бег 1300 метров <i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i></p>	<p>Соблюдать правила техники безопасности при метании малого мяча. Описывать технику метания малого мяча. Осваивать технику метания малого мяча. Описывать технику беговых упражнений. Выявлять характерные ошибки в технике выполнения беговых упражнений. Осваивать технику бега различными способами.</p>
67	05.		Бег на выносливость 1500 метров.		<p><i>Построение, приветствие, СЗУ. Ст.упр-ния, ходьба, бег, ОРУ.</i></p> <p>1. Прыжки в длину с разбега (зона отталкивания 70 см) 2. Бег на выносливость 1500 метров. 3. Подвижная игра лапта <i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i></p>	<p>Соблюдать правила техники безопасности при метании малого мяча. Описывать технику метания малого мяча. Осваивать технику бега различными способами.</p>
68	05.		Учет прыжки в длину с разбега.		<p><i>Построение, приветствие, СЗУ. Ст.упр-ния, ходьба, бег, ОРУ.</i></p> <p>1. Учет прыжки в длину с разбега. (зона отталкивания 70 см) 2. Подвижная игра лапта. <i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i></p>	<p>Соблюдать правила техники безопасности при метании малого мяча. Описывать технику метания малого мяча. Осваивать технику бега различными способами.</p>

МАТЕРИАЛЬНО – ТЕХНИЧЕСКАЯ БАЗА.

№	НАИМЕНОВАНИЕ	КОЛИЧЕСТВО
1	СПОРТЗАЛ	+
2	СПОРТИВНАЯ ПЛОЩАДКА	+
3	СТАДИОН	+
4	МЯЧИ ФУТБОЛЬНЫЕ	7
5	МЯЧИ ВОЛЕЙБОЛЬНЫЕ	10
6	МЯЧИ БАСКЕТБОЛЬНЫЕ	15
7	МЯЧИ ДЛЯ МЕТАНИЯ	10
8	ГРАНАТЫ	10
9	СКАКАЛКИ	20
10	ОБРУЧИ	10
11	ГИМНАСТИЧЕСКОЕ БРЕВНО	1
12	ГИМНАСТИЧЕСКИЕ ПАЛКИ	10
13	ГИМНАСТИЧЕСКИЕ СКАМЕЙКИ	3
14	ГИМНАСТИЧЕСКИЕ МАТЫ	12
15	ГИМНАСТИЧЕСКИЙ КОНЬ	1
16	ГИМНАСТИЧЕСКИЙ КОЗЕЛ	1
17	БРУСЬЯ ПАРАЛЛЕЛЬНЫЕ	1
18	БРУСЬЯ РАЗНОЙ ВЫСОТЫ	1
19	ПОДКИДНОЙ МОСТИК	1
20	ШВЕДСКАЯ СТЕНКА	4
21	НАВЕСНЫЕ ПЕРЕКЛАДИНЫ	2
22	НАКЛОННЫЕ ДОСКИ	2
23	ГИМНАСТИЧЕСКИЕ ПЕРЕКЛАДИНЫ	3
24	КОНЬКИ	25
25	ЛЫЖИ	25
26	БАСКЕТБОЛЬНЫЕ КОЛЬЦА	3
27	ВОЛЕЙБОЛЬНАЯ СЕТКА	2