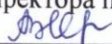


**Муниципальное бюджетное образовательное учреждение
Толстомысенская средняя общеобразовательная школа**

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

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



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

Учитель: Маштаров Виталий Викторович

Предмет: физическая культура

Класс: 9

Пояснительная записка к рабочей программе по физической культуре для 9 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. Приказ Минобрнауки России от 30 августа 2010 г. № 889, третий час на преподавание учебного предмета «физическая культура».
7. Примерная программа основного общего образования «Физическая культура 5-9 классы» М., «Просвещение», 2019г. ФГОС, В.И.Лях.
8. Образовательной программы основного общего образования МБОУ Толстомысенской СОШ №7;
9. 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 3 часа в неделю по учебному плану школы, 102 часа в год. По программе В.И. Ляха 3 часа в неделю.

Третий час на преподавание учебного предмета «физическая культура» был введен приказом Минобрнауки России от 30 августа 2010 г. № 889 и направлен на увеличение двигательной активности и развитие физических качеств обучающихся, внедрение современных систем физического воспитания.

**Планируемые результаты учебного предмета.
Формирование универсальные учебные действия у учащихся**

Личностные универсальные учебные действия

У учащихся будут сформированы:

- основы здорового образа жизни и здоровьесберегающих технологий;
- умения вести диалог на основе равноправных отношений и взаимного уважения и принятия; умения конструктивно разрешать конфликты;
- готовность и способность к выполнению моральных норм в отношении взрослых и сверстников в школе, дома, во внеучебных видах деятельности;
- потребность в самовыражении и самореализации.

Учащиеся получают возможность для формирования:

- *умения ориентироваться в правовом пространстве государственно – общественных отношений;*
- *потребности в участии в общественной жизни ближайшего социального окружения и общественно полезной деятельности;*
- *позитивной моральной самооценки и морального чувства — чувство гордости при следовании моральным нормам, переживание стыда и вины при их нарушении.*

Познавательные универсальные учебные действия

У учащихся будут сформированы:

- умения анализировать и применять результаты исследования в практической деятельности;
- умения ставить проблемные вопросы, выдвигать гипотезы;
- умения структурировать текст (выделять главное и второстепенное, умения выделять главную идею текста, выстраивать последовательность описываемых событий, бегло просматривать тексты);
- умения проводить практическое исследование в сотрудничестве с учителем и сверстниками;
- умения владеть основами ознакомительного, изучающего, усваивающего и поискового чтения;

Учащиеся получают возможность для формирования:

- *умения организовывать исследования с целью проверки гипотез;*
- *умения делать умозаключения и выводы на основе аргументации.*

Регулятивные универсальные учебные действия

У учащихся будут сформированы:

- умения самостоятельно определять цели своего обучения, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- умения планировать пути достижения целей;
- умения осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата;
- умения самостоятельно вносить необходимые дополнения и коррективы в действие;
- умения владеть основами саморегуляции в учебной и познавательной деятельности.

Учащиеся получают возможность для формирования:

- *умения овладеть навыком самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;*
- *умения самостоятельно контролировать свое время и управлять им;*
- *умения мобилизовать силы, преодолевать препятствия в ситуации мотивационного конфликта.*

Коммуникативные универсальные учебные действия

У учащихся будут сформированы:

- умения договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности;
- умения брать на себя ответственность в совместном действии;
- навыки взаимного контроля и оказания в сотрудничестве необходимой взаимопомощи;
- умения аргументировать свою точку зрения, спорить и отстаивать свою позицию.

Учащиеся получают возможность для формирования:

- *умения оказывать помощь партнерам в процессе достижения общей цели совместной деятельности;*
- *умения формулировать цель работы группы и планировать учебное сотрудничество с учителем и сверстниками.*

Предметные результаты. **Знать. Уметь. Демонстрировать.**

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

Контрольные упражнения	уровень					
	мальчики			девочки		
	высокий	средний	низкий	высокий	средний	низкий
Подтягивание на перекладине						
Прыжки в длину с места						
Наклон туловища вперед						
Бег 30 метров с высокого старта						
Челночный бег 3*10						
Тест Купера шестиминутный бег						

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 27 часов	Л. атлетика	Бег. Метания. Прыжки. Кросс.	8	4 Уроки – путешествия (кроссовая подготовка)	3	12
	Волейбол	В. передача. Н. передача. Подача. Игры.	10	5 Уроки в игровой форме. (раздел волейбол)	3	15
II – четверть 21 час	Подвижные и спортивные игры	Туристическая полоса Футбол. Баскетбол. Веселые старты. Лапта Волейбол..		1. Урок – поход. 2. Урок – соревнование. 3. Урок – игра. 4. Урок – эстафета. 5. Урок – игра. 6. Урок – соревнование.		6
	Гимнастика	Акробатика. Опорный прыжок. Висы и упоры. Канат. Бревно.	15		5	15
III – четверть 30 часов	Баскетбол	Ведение мяча. Ловля и передача. Броски в кольцо. Игры.	8	5 Уроки в игровой форме. (раздел баскетбол)	3	12
	Льжи	Льжные ходы. Подъёмы, спуски. Торможения. Ходьба на лыжах.	18		5	18
IV – четверть 24 часа	Подвижные и спортивные игры	Туристическая полоса Футбол. Баскетбол. Веселые старты. Лапта Волейбол..		1. Урок – поход. 2. Урок – соревнование. 3. Урок – игра. 4. Урок – эстафета. 5. Урок – игра. 6. Урок – соревнование.		6
	Л. атлетика	Бег. Метания. Прыжки. Кросс.	12	6 Уроки – путешествия (кроссовая подготовка)	5	18

Календарно – тематическое планирование по физической культуре для учащихся 9 класса.

Легкая атлетика 12 часов, 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 технику бега на короткие дистанции 100-200 м. 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 технику бега на короткие дистанции 100-200 м. 2.Подвижная игра лапта. 3.Равномерный бег 2,5 минуты. <i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i></p>	
3	09.		Кроссовая подготовка	Урок путешествия.	<p><i>Бег 15 минут. Преодоление горизонтальных препятствий. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Спортивные игры. Правила использования л/а упражнений для развития выносливости.</i></p>	
4	09.		Метание малого мяча.		<p><i>Построение, приветствие, СЗУ.</i> <i>Ст.упр-ния, ходьба, бег, ОРУ.</i> 1.Совершенствовать технику бега на короткие дистанции 100-200 м. 2.Разучить метание малого мяча с полного разбега в коридор 10 м. 3.КДП – прыжки в длину с места. 4.Равномерный бег 3 минуты. <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.</p>
5	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 100м. 2.КДП – 30 м. с высокого старта. 2.Закрепить метание малого мяча с полного разбега в коридор 10 м. 3.Подвижная игра 4.Равномерный бег 3,5минуты. <i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i></p>	
6	09.		Кроссовая подготовка	Урок путешествия.	<p><i>Бег 17 минут. Преодоление горизонтальных препятствий. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Спортивные игры. Правила использования л/а упражнений для развития выносливости</i></p>	

Легкая атлетика.

№ п/п	Дата		Тема урока	Урочная. Неурочная	Элементы содержания	Планируемые результаты
	План	Факт				
7	09.		Прыжки в длину с разбега.		<p><i>Построение, приветствие, СЗУ.</i> <i>Ст.упр-ния, ходьба, бег, ОРУ.</i></p> <p>1.Соверш-ть метание малого мяча с полного разбега в коридор 10 м. 2.Разучить прыжки в длину с полного разбега. 3.КДП – челночный бег 3*10 4.Равномерный бег 4минуты. <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.</p>
8	09.		Учет метание малого мяча.		<p><i>Построение, приветствие, СЗУ.</i> <i>Ст.упр-ния, ходьба, бег, ОРУ.</i></p> <p>1.Учет метание малого мяча на дальность с полного разбега в коридор 10 метров. 2.Закрепить прыжки в длину с полного разбега. 3.Подвижная игра 4.Равномерный бег 5 минут. <i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i></p>	<p>Соблюдать правила техники безопасности при выполнении прыжковых упражнений. Описывать технику прыжковых упражнений. Осваивать технику прыжковых упражнений.</p>
9	09.		Кроссовая подготовка	Урок путешесвие.	<p><i>Бег 20 минут. Преодоление вертикальных препятствий. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Спортивные игры. Правила использования л/а упражнений для развития выносливости</i></p>	<p>технику прыжковых упражнений. Выявлять характерные ошибки в технике выполнения прыжковых упражнений.</p>
10	09.		Тест на выносливость шестиминутный бег.		<p><i>Построение, приветствие, СЗУ.</i> <i>Ст.упр-ния, ходьба, бег, ОРУ.</i></p> <p>1.Соверш-ть прыжки в длину с полного разбега. 2.КДП-тест Купера шестиминутный бег. 3.Подвижная игра лапта <i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i></p>	<p>Соблюдать правила техники безопасности при выполнении прыжковых упражнений. Описывать технику прыжковых упражнений. Осваивать технику прыжковых упражнений.</p>
11	09.		Учет прыжков в длину с разбега.		<p><i>Построение, приветствие, СЗУ.</i> <i>Ст.упр-ния, ходьба, бег, ОРУ.</i></p> <p>1.Учет прыжков в длину с разбега. 2.Подвижная игра лапта. <i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i></p>	<p>технику прыжковых упражнений. Выявлять характерные ошибки в технике выполнения прыжковых упражнений. Осваивать технику бега различными способами.</p>
12	09.		Кроссовая Подготовка.	Урок путешесвие.	<p><i>Бег 20 минут. Преодоление вертикальных препятствий. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Спортивные игры. Правила использования л/а упражнений для развития выносливости</i></p>	<p>технику бега различными способами.</p>

Волейбол 15 часов.

№ п/п	Дата		Тема урока	Урочная. Неурочная	Элементы содержания	Планируемые результаты
	План	Факт				
13	10.		Вводный урок по волейболу. Передачи мяча.		<p><i>Построение, приветствие, СЗУ.</i> Инструктаж по Т.Б.на уроках волейбола. <i>Ст.упр, стойка игрока, ходьба, бег (перемещения), ОРУ.</i> 1. Чередование верхней передачи мяча с приемом мяча снизу. 2. Игра по упрощенным правилам. <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. Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий из спортивных игр. Осваивать универсальные умения управлять эмоциями во время учебной и игровой деятельности.</p>
14	10.		Нападающий удар в паре.		<p><i>Построение, приветствие, СЗУ.</i> <i>Ст.упр, стойка игрока, ходьба, бег (перемещения), ОРУ.</i> 1. Нападающий удар в двойке. 2. Чередование верхней передачи мяча с приемом мяча снизу. 3. Игра по упрощенным правилам. <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. Развивать физические качества.</p>
15	10.		Волейбол. Учебная игра.	Урок игра.	<p><i>Перемещение игрока. Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в парах. Нападающий удар при встречных передачах. Нижняя прямая подача. Учебная игра.</i></p>	
16	10.		Нападающий удар. Передачи.		<p><i>Построение, приветствие, СЗУ.</i> <i>Ст.упр, стойка игрока, ходьба, бег (перемещения), ОРУ.</i> 1. Нападающий удар в двойке. 2. Чередование верхней передачи мяча с приемом мяча снизу. 3. Игра по упрощенным правилам. <i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i></p>	
17	10.		Учет чередование передач.		<p><i>Построение, приветствие, СЗУ.</i> <i>Ст.упр, стойка игрока, ходьба, бег (перемещения), ОРУ.</i> 1.Учет чередование верхней передачи мяча с приемом мяча снизу. 2. Прямой нападающий удар в тройке. 3. Игра по упрощенным правилам. <i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход</i></p>	
18	10.		Волейбол. Учебная игра.	Урок игра.	<p><i>Перемещение игрока. Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в тройках. Нападающий удар при встречных передачах. Нижняя прямая подача, прием мяча, отраженного сеткой. Игра в нападение через 3-ю зону. Учебная игра.</i></p>	

Волейбол.

№ п/п	Дата		Тема урока	Урочная. Неурочная	Элементы содержания	Планируемые результаты
	План	Факт				
19	10.		Прямой нападающий удар.		<p><i>Построение, приветствие, СЗУ.</i> <i>Ст.упр, ходьба, бег (перемещения), ОРУ.</i> 1. Верхняя прямая подача 8 м. 2. Прямой нападающий удар в тройке. 3. Учебная игра в нападение ч-з 3-ю зону. <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. Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий из спортивных игр. Осваивать универсальные умения управлять эмоциями во время учебной и игровой деятельности. Выявлять ошибки при выполнении технических действий из спортивных игр. Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности в условиях учебной и игровой деятельности. Развивать физические качества.</p>
20	10.		Верхняя прямая подача.		<p><i>Построение, приветствие, СЗУ.</i> <i>Ст.упр, ходьба, бег (перемещения), ОРУ.</i> 1. Верхняя прямая подача 8 м. 2. Прямой нападающий удар в тройке. 3. Учебная игра в нападение ч-з 3-ю зону. <i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i></p>	<p>действия в игровой деятельности. Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий из спортивных игр. Осваивать универсальные умения управлять эмоциями во время учебной и игровой деятельности. Выявлять ошибки при выполнении технических действий из спортивных игр. Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности в условиях учебной и игровой деятельности. Развивать физические качества.</p>
21	10.		Волейбол. Учебная игра.	Урок игра.	<p><i>Перемещение игрока. Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в тройках. Нападающий удар при встречных передачах. Нижняя прямая подача, прием мяча, отраженного сеткой. Игра в нападение через 3-ю зону. Учебная игра.</i></p>	<p>эмоциями во время учебной и игровой деятельности. Выявлять ошибки при выполнении технических действий из спортивных игр. Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности в условиях учебной и игровой деятельности. Развивать физические качества.</p>
22	10.		Учет прямого нападающего удара		<p><i>Построение, приветствие, СЗУ.</i> <i>Ст.упр, ходьба, бег (перемещения), ОРУ.</i> 1. Учет прямого нападающего удара в тройке. 2. Верхняя прямая подача 8 м. 3. Учебная игра в нападение ч-з 3-ю зону. <i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i></p>	<p>эмоциями во время учебной и игровой деятельности. Выявлять ошибки при выполнении технических действий из спортивных игр. Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности в условиях учебной и игровой деятельности. Развивать физические качества.</p>
23	10.		Учет верхняя прямая подача		<p><i>Построение, приветствие, СЗУ.</i> <i>Ст.упр, ходьба, бег (перемещения), ОРУ.</i> 1. Учет верхняя прямая подача 8 м. 2. Учебная игра в нападение ч-з 3-ю зону. <i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i></p>	<p>эмоциями во время учебной и игровой деятельности. Выявлять ошибки при выполнении технических действий из спортивных игр. Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности в условиях учебной и игровой деятельности. Развивать физические качества.</p>
24	10.		Волейбол. Учебная игра.	Урок игра.	<p><i>Перемещение игрока. Передача мяча сверху двумя руками, стоя спиной к цели. Нападающий удар при встречных передачах. Нижняя прямая подача, прием мяча, отраженного сеткой. Прием мяча снизу в группе. Игра в нападение через зону. Учебная игра.</i></p>	<p>эмоциями во время учебной и игровой деятельности. Выявлять ошибки при выполнении технических действий из спортивных игр. Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности в условиях учебной и игровой деятельности. Развивать физические качества.</p>

Волейбол.

№ п/п	Дата		Тема урока	Урочная. Неурочная	Элементы содержания	Планируемые результаты
	План	Факт				
25	10.		Верхняя передача. Нападающий удар.		<i>Построение, приветствие, СЗУ. Ст.упр, ходьба, бег (перемещения), ОРУ. 1.Верхняя передача мяча. 2.Нападающий удар при встречных передачах. 3.Игра по упрощенным правилам. Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i>	Описывать разучиваемые технические действия из спортивных игр. Осваивать технические действия из спортивных игр. Моделировать технические действия в игровой деятельности.
26	10.		Нижний прием. Нападающий удар.		<i>Построение, приветствие, СЗУ. Ст.упр, ходьба, бег (перемещения), ОРУ. 1.Прием мяча снизу 2.Нападающий удар при встречных передачах. 3.Игра по упрощенным правилам. Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i>	Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий из спортивных игр. Осваивать универсальные умения управлять эмоциями во время учебной и игровой деятельности.
27	11.		Волейбол. Учебная игра.	Урок игра.	<i>Перемещение игрока. Передача мяча сверху двумя руками, стоя спиной к цели. На- падающий удар при встречных передачах. Нижняя прямая подача, прием мяча, отра- женного сеткой. Прием мяча снизу в группе. Игра в нападение через зону. Учебная игра.</i>	Выявлять ошибки при выполнении технических действий из спортивных игр. Развивать физические качества.

Подвижные и спортивные игры 6 часов, 2 - четверть.

№ п/п	Дата		Тема урока	Урочная. Неурочная	Элементы содержания	Планируемые результаты
	План	Факт				
28	11.		Туристическая полоса препятствий.	Урок поход	<i>Построение, приветствие, СЗУ. Ст.упр, ходьба, бег, ОРУ.</i> 1. Краткое описание правил, инструктаж. 2. Класс делится на две-три команды, поочередно проходят туристические этапы. <i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i>	Описывать разучиваемые технические действия из спортивных игр. Осваивать технические действия из спортивных игр. Моделировать технические действия в игровой деятельности.
29	11.		Мини – футбол по упрощенным правилам.	Урок соревнование	<i>Построение, приветствие, СЗУ. Ст.упр, ходьба, бег, ОРУ.</i> 1. Краткое описание правил, инструктаж. 2. Класс делится на две-три команды. Играют в мини – футбол упрощенным правилам. <i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i>	действия в игровой деятельности. Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий из спортивных игр. Осваивать универсальные умения управлять эмоциями во время учебной и игровой деятельности.
30	11.		Мини – баскетбол по упрощенным правилам.	Урок игра	<i>Построение, приветствие, СЗУ. Ст.упр, ходьба, бег, ОРУ.</i> 1. Краткое описание правил, инструктаж. 2. Класс делится на две-три команды. Играют в подводящую игру к баскетболу «Мяч в корзину» <i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i>	Выявлять ошибки при выполнении технических действий из спортивных игр. Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности в условиях учебной и игровой деятельности.
31	11.		Веселые старты и эстафеты.	Урок эстафета	<i>Построение, приветствие, СЗУ. Ст.упр, ходьба, бег, ОРУ.</i> 1. Краткое описание правил, инструктаж. 2. Класс делится на две-три команды, выполняет эстафеты между собой. <i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i>	Развивать физические качества.
32	11.		Подвижная игра «Лапта»	Урок игра	<i>Построение, приветствие, СЗУ. Ст.упр, ходьба, бег, ОРУ.</i> 1. Краткое описание правил, инструктаж. 2. Класс делится на две-три команды. Играют в лапту. <i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i>	
33	11.		Игра в мини-волейбол.	Урок соревнование	<i>Построение, приветствие, СЗУ. Ст.упр, ходьба, бег, ОРУ.</i> 1. Краткое описание правил, инструктаж. 2. Класс делится на две-три команды. Играют в мини – волейбол. <i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i>	

Гимнастика 15 часов, 2 - четверть.

№ п/п	Дата		Тема урока	Урочная. Неурочная	Элементы содержания	Планируемые результаты
	План	Факт				
34	11.		Вводный урок по гимнастике. Канат.		<p><i>Построение, приветствие, СЗУ.</i> Инструктаж по Т.Б. на уроках гимнастики. <i>Ст.упр., ходьба, бег, ОРУ.</i></p> <p>1.Акробатическая комбинация (М-Д): М. Длинный кув. вперед с разбега. Стойка на голове силой. Переворот боком. Кувырки. Д. Кув. назад ч-з плечо из ст. на лопатках. Из моста поворот в упор стоя на одном колене. Переворот боком. Кувырки.</p> <p>2.Канат (М-Д): Д. лазание в два приема; М. лазание на руках. <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>
35	11.		Акробатические упражнения.		<p><i>Построение, приветствие, СЗУ.</i> <i>Ст.упр., ходьба, бег, ОРУ.</i></p> <p>1.Акробатическая комбинация (М-Д): М. Длинный кув. вперед с разбега. Стойка на голове силой. Переворот боком. Кувырки. Д. Кув. назад ч-з плечо из ст. на лопатках. Из моста поворот в упор стоя на одном колене. Переворот боком. Кувырки.</p> <p>2.Канат (М-Д): Д. лазание в два приема; М. лазание на руках.</p> <p>3.Гимнастическая полоса препятствий <i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход</i></p>	<p>Проявлять качества силы, координации и выносливости при выполнении акробатических упражнений и комбинаций. Соблюдать правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений.</p>
36	11.		Кувырки вперед, назад, стойки.		<p><i>Построение, приветствие, СЗУ.</i> <i>Ст.упр., ходьба, бег, ОРУ.</i></p> <p>1.Акробатическая комбинация (М-Д): М. Длинный кув. вперед с разбега. Стойка на голове силой. Переворот боком. Кувырки. Д. Кув. назад ч-з плечо из ст. на лопатках. Из моста поворот в упор стоя на одном колене. Переворот боком. Кувырки.</p> <p>2.Канат (М-Д): Д. лазание в два приема; М. лазание на руках.</p> <p>3.Гимнастическая полоса препятствий <i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i></p>	<p>Проявлять качества силы, координации и выносливости при выполнении акробатических упражнений и комбинаций. Соблюдать правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений.</p>
37	11.		Учёт лазание по канату		<p><i>Построение, приветствие, СЗУ.</i> <i>Ст.упр., ходьба, бег, ОРУ.</i></p> <p>1.Учёт лазание по канату (М-Д): Д. лазание в два приема; М. лазание на руках.</p> <p>2.Акробатическая комбинация (М-Д): М. Длинный кув. вперед с разбега. Стойка на голове силой. Переворот боком. Кувырки. Д. Кув. назад ч-з плечо из ст. на лопатках. Из моста поворот в упор стоя на одном колене. Переворот боком. Кувырки.</p> <p>3.Гимнастическая полоса препятствий <i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i></p>	<p>Проявлять качества силы, координации и выносливости при выполнении акробатических упражнений и комбинаций. 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				
38	12.		Перекладина, брусья разной высоты.		<p><i>Построение, приветствие, СЗУ. Ст.упр., ходьба, бег, ОРУ.</i></p> <p>1.Перекладина (мальчики) Подъем переворотом силой, перемах одной и другой в упор сзади, поворот кругом. Оборот назад касаясь. Мах дугой в вис. Соскок махом вперед.</p> <p>2.Брусья разной высоты (девочки) Подъем переворотом на верхнюю. Перемах в вис лежа на нижнюю. Круг левой на 270*, в сед на правом бедре. Соскок прогнувшись.</p> <p>3.Акробатическая комбинация (М-Д): М. Длинный кув. вперед с разбега. Стойка на голове силой. Переворот боком. Кувырки. Д. Кув. назад ч-з плечо из ст. на лопатках. Из моста поворот в упор стоя на одном колене. Переворот боком. Кувырки.</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>
39	12.		Учет акробатической комбинации.		<p><i>Построение, приветствие, СЗУ. Ст.упр., ходьба, бег, ОРУ.</i></p> <p>1.Учет акробатической комбинации (М-Д): М. Длинный кув. вперед с разбега. Стойка на голове силой. Переворот боком. Кувырки. Д. Кув. назад ч-з плечо из ст. на лопатках. Из моста поворот в упор стоя на одном колене. Переворот боком. Кувырки.</p> <p>2. Перекладина (мальчики) Подъем переворотом силой, перемах одной и другой в упор сзади, поворот кругом. Оборот назад касаясь. Мах дугой в вис. Соскок махом вперед.</p> <p>3.Брусья разной высоты (девочки) Подъем переворотом на верхнюю. Перемах в вис лежа на нижнюю. Круг левой на 270*, в сед на правом бедре. 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>
40	12.		Опорный прыжок.		<p><i>Построение, приветствие, СЗУ. Ст.упр., ходьба, бег, ОРУ.</i></p> <p>1.Опорный прыжок (М-Д): М.согнув ноги (козел в длину h=115); Д.прыжок боком (конь в ширину h=110)</p> <p>2. Перекладина (мальчики) Подъем переворотом силой, перемах одной и другой в упор сзади, поворот кругом. Оборот назад касаясь. Мах дугой в вис. Соскок махом вперед.</p> <p>3.Брусья разной высоты (девочки) Подъем переворотом на верхнюю. Перемах в вис лежа на нижнюю. Круг левой на 270*, в сед на правом бедре. 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>
41	12.		Учет перекладина, брусья разной высоты.		<p><i>Построение, приветствие, СЗУ. Ст.упр., ходьба, бег, ОРУ.</i></p> <p>1.Учет перекладина (мальчики) Подъем переворотом силой, перемах одной и другой в упор сзади, поворот кругом. Оборот назад касаясь. Мах дугой в вис. Соскок махом вперед.</p> <p>2.Учет брусья разной высоты (девочки) Подъем переворотом на верхнюю. Перемах в вис лежа на нижнюю. Круг левой на 270*, в сед на правом бедре. Соскок прогнувшись.</p> <p>3.Опорный прыжок (М-Д): М.согнув ноги (козел в длину h=115); Д. прыжок боком (конь в ширину h=110)</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>

Гимнастика 2 - четверть.

№ п/п	Дата		Тема урока	Урочная. Неурочная	Элементы содержания	Планируемые результаты
	План	Факт				
42	12.		Упражнения на гимнастическом бревне.		<p><i>Построение, приветствие, СЗУ.</i> <i>Ст.упр., ходьба, бег, ОРУ.</i></p> <p>1.Брусья параллельные (мальчики): Подъем махом назад в угол с фиксацией. Стойка на плечах согнув ноги, кувырок вперед в сед ноги врозь. Соскок махом вперед с поворотом на 180*.</p> <p>2.Бревно (девочки): Скочки, прыжки в длину. Равновесия. Полушпагат. Танцевальные шаги. Повороты. Соскок прогнувшись из стойки вдоль с поворотом на 90*.</p> <p>3.Опорный прыжок (М-Д): М. согнув ноги (козел в длину h=115); Д. прыжок боком (конь в ширину h=110)</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>
43	12.	Учет опорного прыжка.		<p><i>Построение, приветствие, СЗУ.</i> <i>Ст.упр., ходьба, бег, ОРУ.</i></p> <p>1.Учет опорного прыжка (М-Д): М.согнув ноги (козел в длину h=115); Д. прыжок боком (конь в ширину h=110)</p> <p>2.Брусья параллельные (мальчики): Подъем махом назад в угол с фиксацией. Стойка на плечах согнув ноги, кувырок вперед в сед ноги врозь. Соскок махом вперед с поворотом на 180*.</p> <p>3.Бревно (девочки): Скочки, прыжки в длину. Равновесия. Полушпагат. Танцевальные шаги. Повороты. Соскок прогнувшись из стойки вдоль с поворотом на 90*.</p> <p>4.Гимнастическая полоса препятствий <i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i></p>		
44	12.	Гимнастическая полоса препятствий.		<p><i>Построение, приветствие, СЗУ.</i> <i>Ст.упр., ходьба, бег, ОРУ.</i></p> <p>1.Брусья параллельные (мальчики): Подъем махом назад в угол с фиксацией. Стойка на плечах согнув ноги, кувырок вперед в сед ноги врозь. Соскок махом вперед с поворотом на 180*.</p> <p>2.Бревно (девочки): Скочки, прыжки в длину. Равновесия. Полушпагат. Танцевальные шаги. Повороты. Соскок прогнувшись из стойки вдоль с поворотом на 90*.</p> <p>3.Гимнастическая полоса препятствий <i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход</i></p>		
45	12.	Учет упражнений на бревне.		<p><i>Построение, приветствие, СЗУ.</i> <i>Ст.упр., ходьба, бег, ОРУ.</i></p> <p>1.Учет брусья параллельные (мальчики): Подъем махом назад в угол с фиксацией. Стойка на плечах согнув ноги, кувырок вперед в сед ноги врозь. Соскок махом вперед .</p> <p>2.Учет бревно (девочки) Скочки, прыжки в длину. Равновесия. Полушпагат. Танцевальные шаги. Повороты. Соскок прогнувшись из стойки вдоль.</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				
46	12.		Акробатическая комбинация		<p><i>Построение, приветствие, СЗУ.</i> Инструктаж по Т.Б. на уроках гимнастики. <i>Ст.упр., ходьба, бег, ОРУ.</i></p> <p>1. Акробатическая комбинация (М-Д): М. Длинный кув. вперед с разбега. Стойка на голове силой. Переворот боком. Кувырки. Д. Кув. назад ч-з плечо из ст. на лопатках. Из моста поворот в упор стоя на одном колене. Переворот боком. Кувырки.</p> <p>2. 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.</p>
47	12.		Лазание по канату. Опорный прыжок.		<p><i>Построение, приветствие, СЗУ.</i> <i>Ст.упр., ходьба, бег, ОРУ.</i></p> <p>1. Опорный прыжок (М-Д): М. согнув ноги (козел в длину h=115); Д. прыжок боком (конь в ширину h=110)</p> <p>2. Канат (М-Д): -лазание в два приема.</p> <p>3. Гимнастическая полоса препятствий <i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i></p>	<p>гимнастических упражнений.</p> <p>Проявлять качества силы, координации и выносливости при выполнении акробатических упражнений и комбинаций. Соблюдать правила техники безопасности при выполнении гимнастических упражнений.</p>
48	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>	

Баскетбол 12 часов.

№ п/п	Дата		Тема урока	Урочная. Неурочная	Элементы содержания	Планируемые результаты
	План	Факт				
49	01.		Вводный урок по баскетболу. Передачи мяча.		<p><i>Построение, приветствие, СЗУ.</i> Инструктаж по Т.Б.на уроках баскетбола. <i>Ст.упр, стойка игрока, ходьба, бег (перемещения), ОРУ.</i> 1.Разучить передачу в движении в тройках с забеганием. 2.Подвижная игра «Мини баскетбол». <i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i></p>	<p>Описывать разучиваемые технические действия из спортивных игр. Осваивать технические действия из спортивных игр.</p>
50	01.		Броски мяча в кольцо.		<p><i>Построение, приветствие, СЗУ.</i> <i>Ст.упр, стойка игрока, ходьба, бег (перемещения), ОРУ.</i> 1.Закрепить передачу в движении в тройках с забеганием. 2.Разучить бросок в прыжке. 3.Подвижная игра «Мини баскетбол». <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>
51	01.		Баскетбол. <i>Учебная игра</i>		<p><i>Сочетание приемов передвижения и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Штрафной бросок. Сочетание приемов ведения, передача, бросок с сопротивлением. Быстрый прорыв 3х2. Взаимодействие игроков в защите и нападении через заслон. Учебная игра.</i></p>	<p>Осваивать универсальные умения управлять эмоциями во время учебной и игровой деятельности. Выявлять ошибки при выполнении</p>
52	01.		Ведение мяча, броски, передачи.		<p><i>Построение, приветствие, СЗУ.</i> <i>Ст.упр, стойка игрока, ходьба, бег (перемещения), ОРУ.</i> 1.Соверш-ть передачу в движении в тройках с забеганием. 2.Закрепить бросок в прыжке. 3.Разучить ведение с активным сопротивлением защитника. 4.Подвижная игра «Мини баскетбол». <i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i></p>	<p>технических действий из спортивных игр. Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности в условиях учебной и игровой деятельности.</p>
53	01.		Учет ловли и передачи мяча.		<p><i>Построение, приветствие, СЗУ.</i> <i>Ст.упр, стойка игрока, ходьба, бег (перемещения), ОРУ.</i> 1.Учет передачи в движении в тройках. 2.Соверш-ть бросок в прыжке. 3.Закрепить ведение с активным сопротивлением защитника. 4.Подвижная игра «Мини баскетбол». <i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i></p>	<p>Развивать физические качества.</p>
54	01.		Баскетбол. <i>Учебная игра</i>		<p><i>Сочетание приемов передвижения и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Штрафной бросок. Сочетание приемов ведения, передача, бросок с сопротивлением. Быстрый прорыв 3х2. Взаимодействие игроков в защите и нападении через заслон. Учебная игра</i></p>	

Баскетбол.

№ п/п	Дата		Тема урока	Урочная. Неурочная	Элементы содержания	Планируемые результаты
	План	Факт				
55	01.		Учет бросков мяча в кольцо.		<p><i>Построение, приветствие, СЗУ. Ст.упр, стойка игрока, ходьба, бег (перемещения), ОРУ.</i></p> <p>1.Учет броска в прыжке. 2.Соверш-ть ведение с активным сопротивлением защитника. 3.Баскетбол по правилам. <i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i></p>	<p>Описывать разучиваемые технические действия из спортивных игр.</p> <p>Осваивать технические действия из спортивных игр.</p>
56	01.		Учет ведения мяча, остановка.		<p><i>Построение, приветствие, СЗУ. Ст.упр, ходьба, бег (перемещения), ОРУ.</i></p> <p>1.Учет ведения с активным сопротивлением защитника. 2.Броски в кольцо пройденные ранее. 3.Разучить комбинацию из освоенных элементов. 4.Баскетбол по правилам. <i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i></p>	<p>Моделировать технические действия в игровой деятельности.</p> <p>Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий из спортивных игр.</p>
57	01.		Баскетбол. <i>Учебная игра</i>		<p><i>Сочетание приемов передвижения и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Штрафной бросок. Сочетание приемов ведения, передача, бросок с сопротивлением. Быстрый прорыв 3х2. Взаимодействие игроков в защите и нападение через заслон. Учебная игра</i></p>	<p>Осваивать универсальные умения управлять эмоциями во время учебной и игровой деятельности.</p> <p>Выявлять ошибки при выполнении технических действий из спортивных игр.</p>
58	02.		Тактические действия в нападении		<p><i>Построение, приветствие, СЗУ. Ст.упр, ходьба, бег (перемещения), ОРУ.</i></p> <p>1.Соверш-ть комбинацию из освоенных элементов. 2.Броски в кольцо пройденные ранее. 3.Тактические действия в баскетболе. 4.Баскетбол по правилам. <i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i></p>	<p>Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности в условиях учебной и игровой деятельности.</p>
59	02.		Учет комбинации из освоенных элементов.		<p><i>Построение, приветствие, СЗУ. Ст.упр, ходьба, бег (перемещения), ОРУ.</i></p> <p>1.Учет комбинацию из освоенных элементов. 2.Тактические действия в баскетболе. 3.Баскетбол по упрощенным правилам. <i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i></p>	<p>Развивать физические качества.</p>
60	02.		Баскетбол. <i>Учебная игра</i>		<p><i>Сочетание приемов передвижения и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Сочетание приемов ведения, передача, бросок с сопротивлением. Быстрый прорыв 3х2. Взаимодействие игроков в защите и нападение через заслон. Учебная игра</i></p>	

Лыжи 18 часов.

№ п/п	Дата		Тема урока	Урочная. Неурочная	Элементы содержания	Планируемые результаты
	План	Факт				
61	02.		Вводный урок по лыжной подготовке.		<i>Построение, приветствие, СЗУ.</i> 1. Инструктаж по Т.Б.на уроках по ЛЫЖНОМУ СПОРТУ. 2.Строевые упражнения с лыжами. <i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i>	Моделировать технику базовых способов передвижения на лыжах. Осваивать универсальные умения контролировать скорость передвижения на лыжах по частоте сердечных сокращений. Выявлять характерные ошибки в технике выполнения лыжных ходов.
62	02.		Одновременные ходы		<i>Построение, приветствие, СЗУ.</i> <i>Раздача инвентаря, орг-й выход на лыжню.</i> 1.Строевые упражнения с лыжами. 2. Одновременные ходы 3вида 3.Передвижение на лыжах 1 км. <i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i>	Проявлять выносливость при прохождении тренировочных дистанций разученными способами передвижения.
63	02.		Попеременные ходы		<i>Построение, приветствие, СЗУ.</i> <i>Раздача инвентаря, орг-й выход на лыжню.</i> 1. Строевых упражнений с лыжами . 2. Попеременные ходы 2 вида 3. Передвижение на лыжах 1.2 км. <i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i>	Применять правила подбора одежды для занятий лыжной подготовкой. Объяснять технику выполнения поворотов, спусков и подъемов. Осваивать технику поворотов, спусков и подъемов.
64	02.		Переход с попеременного хода на одновременный		<i>Построение, приветствие, СЗУ.</i> <i>Раздача инвентаря, орг-й выход на лыжню.</i> 1. ПЕРЕХОД с попеременного хода на одновременный 2. Попеременные и одновременные ходы 3. Передвижение на лыжах 1.4 км. <i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i>	Проявлять координацию при выполнении поворотов, спусков и подъемов
65	02.		Прохождение дистанции		<i>Построение, приветствие, СЗУ.</i> <i>Раздача инвентаря, орг-й выход на лыжню.</i> 1. ПЕРЕХОД с попеременного хода на одновременный 2. Попеременные и одновременные ходы 3. Передвижение на лыжах 1.6 км. <i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i>	
66	02.		Учет перехода с хода на ход		<i>Построение, приветствие, СЗУ.</i> <i>Раздача инвентаря, орг-й выход на лыжню.</i> 1. Учет перехода с хода на ход 2. Попеременные и одновременные ходы 3. Передвижение на лыжах 1.8 км. <i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i>	

Лыжи.

№ п/п	Дата		Тема урока	Урочная. Неурочная	Элементы содержания	Планируемые результаты
	План	Факт				
67	02.		Коньковый ход		<p><i>Построение, приветствие, СЗУ.</i> <i>Раздача инвентаря, орг-й выход на лыжню.</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Коньковый ход 2. Одновременный и попеременный ход 3. Передвижение на лыжах 2 км. <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>
68	02.		Эстафеты на лажках		<p><i>Построение, приветствие, СЗУ.</i> <i>Раздача инвентаря, орг-й выход на лыжню.</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Коньковый ход 2. Одновременный и попеременный ход 3. Эстафеты на лажках <p><i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i></p>	<p>Проявлять выносливость при прохождении тренировочных дистанций разученными способами передвижения.</p>
69	02.		Передвижение на лыжах		<p><i>Построение, приветствие, СЗУ.</i> <i>Раздача инвентаря, орг-й выход на лыжню.</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Коньковый ход 2. Одновременные и попеременные ходы 3. Передвижение на лыжах 2.2 км. <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> <p>Осваивать технику поворотов, спусков и подъемов.</p>
70	03.		Спуск с горы, подъем.		<p><i>Построение, приветствие, СЗУ.</i> <i>Раздача инвентаря, орг-й выход на лыжню.</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Спуск с горы подъем. 2. Коньковый ход 3. Передвижение на лыжах 2.4 км. <p><i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i></p>	<p>Проявлять координацию при выполнении поворотов, спусков и подъемов</p>
71	03.		Повороты в движении		<p><i>Построение, приветствие, СЗУ.</i> <i>Раздача инвентаря, орг-й выход на лыжню.</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Повороты в движении 2. Спуск с горы подъем. 3. Коньковый ход 4. Эстафеты на лажках <p><i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i></p>	
72	03.		Учет конькового хода		<p><i>Построение, приветствие, СЗУ.</i> <i>Раздача инвентаря, орг-й выход на лыжню.</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Учет конькового хода 2. Повороты в движении. Спуск с горы подъем 3. Передвижение на лыжах 2.4 км. <p><i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i></p>	

Лыжи.

№ п/п	Дата		Тема урока	Урочная. Неурочная	Элементы содержания	Планируемые результаты
	План	Факт				
73	03.		Прохождение дистанции		<p><i>Построение, приветствие, СЗУ.</i> <i>Раздача инвентаря, орг-й выход на лыжню.</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Повороты в движении 2. Спуск с горы подъем 3. Передвижение на лыжах 2.8 км. <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>
74	03.		Учет спуск с горы и подъем		<p><i>Построение, приветствие, СЗУ.</i> <i>Раздача инвентаря, орг-й выход на лыжню.</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Учет спуск с горы и подъём 2. Повороты в движении 3. Передвижение на лыжах 2.8 км. <p><i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i></p>	<p>Проявлять выносливость при прохождении тренировочных дистанций разученными способами передвижения.</p>
75	03.		Учет поворотов в движении		<p><i>Построение, приветствие, СЗУ.</i> <i>Раздача инвентаря, орг-й выход на лыжню.</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Учет поворотов в движении 2. Прохождение дистанции с правильным применением изученных ходов 3 км. <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> <p>Осваивать технику поворотов, спусков и подъемов.</p>
76	03.		Совершенствование лыжных ходов		<p><i>Построение, приветствие, СЗУ.</i> <i>Раздача инвентаря, орг-й выход на лыжню.</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Одновременный двухшажный ход 2. Попеременный двухшажный ход 3. Прохождение дистанции с правильным применением изученных ходов 3 км. <p><i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i></p>	<p>Проявлять координацию при выполнении поворотов, спусков и подъемов</p>
77	03.		Прохождение дистанции на время		<p><i>Построение, приветствие, СЗУ.</i> <i>Раздача инвентаря, орг-й выход на лыжню.</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Учет по лыжной подготовке прохождение дистанции 3км. 2. Подвижные игры и эстафеты. <p><i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i></p>	<p>Проявлять координацию при выполнении поворотов, спусков и подъемов</p>
78	03.		Подвижные игры и эстафеты.		<p><i>Построение, приветствие, СЗУ.</i> <i>Раздача инвентаря, орг-й выход на лыжню.</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Итоги лыжной подготовки. 2. Подвижные игры и эстафеты. <p><i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i></p>	

Подвижные и спортивные игры 6 часов, 4 четверть.

№ п/п	Дата		Тема урока	Урочная. Неурочная	Элементы содержания	Планируемые результаты
	План	Факт				
79	04.		Туристическая полоса препятствий.	Урок поход	<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, поочередно проходят туристические этапы. <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. Взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий из спортивных игр. Осваивать универсальные умения управлять эмоциями во время учебной и игровой деятельности. Выявлять ошибки при выполнении технических действий из спортивных игр. Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности в условиях учебной и игровой деятельности. Развивать физические качества.</p>
80	04.		Мини – футбол по упрощенным правилам.	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 – футбол упрощенным правилам. <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. Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности в условиях учебной и игровой деятельности. Развивать физические качества.</p>
81	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» <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. Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности в условиях учебной и игровой деятельности. Развивать физические качества.</p>
82	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. <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. Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности в условиях учебной и игровой деятельности. Развивать физические качества.</p>
83	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. <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. Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности в условиях учебной и игровой деятельности. Развивать физические качества.</p>
84	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. <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. Соблюдать дисциплину и правила техники безопасности в условиях учебной и игровой деятельности. Развивать физические качества.</p>

Легкая атлетика 18 часов.

№ п/п	Дата		Тема урока	Урочная. Неурочная	Элементы содержания	Планируемые результаты
	План	Факт				
85	04.		Вводный урок по легкой атлетике. Прыжки.		<p><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 800 метров. <i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i></p>	<p>Соблюдать правила техники безопасности при выполнении прыжковых упражнений. Описывать технику прыжковых упражнений. Осваивать технику прыжковых упражнений. Выявлять характерные ошибки в технике выполнения прыжковых упражнений.</p>
86	04.		Прыжки в высоту способом «перешагивание».		<p><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 900 метров. <i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i></p>	<p>Осваивать технику бега различными способами</p>
87	04.		<i>Кроссовая подготовка</i>		<p><i>Бег 15 минут. Преодоление горизонтальных препятствий. ОРУ.</i> <i>Специальные беговые упражнения.</i> <i>Спортивные игры. Правила использования л/а упражнений для развития выносливости.</i></p>	
88	04.		Метание малого мяча в цель.		<p><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 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. Соблюдать правила техники безопасности при выполнении прыжковых упражнений.</p>
89	04.		Учет прыжки в высоту		<p><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 1200 метров. <i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i></p>	<p>Осваивать технику бега различными способами</p>
90	04.		<i>Кроссовая подготовка</i>		<p><i>Бег 17 минут. Преодоление горизонтальных препятствий. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Спортивные игры.</i></p>	

Легкая атлетика.

№ п/п	Дата		Тема урока	Урочная. Неурочная	Элементы содержания	Планируемые результаты
	План	Факт				
91	05.		Старт. Бег на короткие дистанции.		<p><i>Построение, приветствие, СЗУ. Ст.упр-ния, ходьба, бег, ОРУ.</i></p> <p>1. Низкий старт. Бег на короткие дистанции. Стартовое ускорение, финиширование.</p> <p>2. КДП – челночный бег 3*10</p> <p>3. Метание малого мяча в цель.</p> <p>4. Равномерный бег 1400 метров.</p> <p><i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i></p>	<p>Соблюдать правила техники безопасности при метании малого мяча.</p> <p>Описывать технику метания малого мяча.</p> <p>Осваивать технику метания малого мяча.</p> <p>Описывать технику беговых упражнений.</p> <p>Выявлять характерные</p>
92	05.		Учет метание малого мяча в цель.		<p><i>Построение, приветствие, СЗУ. Ст.упр-ния, ходьба, бег, ОРУ.</i></p> <p>1. Учет метание малого мяча в цель.</p> <p>2. Низкий старт. Бег на короткие дистанции. Стартовое ускорение, финиширование.</p> <p>3. Подвижная игра лапта.</p> <p>4. Равномерный бег 1500 метров.</p> <p><i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i></p>	<p>ошибки в технике выполнения беговых упражнений.</p> <p>Осваивать технику бега различными способами</p>
93	05.		<i>Кроссовая подготовка</i>		<p><i>Бег 20 минут. Преодоление вертикальных препятствий. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Спортивные игры.</i></p>	
94	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.</p> <p>2. Низкий старт. Бег на короткие дистанции. Стартовое ускорение, финиширование.</p> <p>3. КДП – прыжки в длину с места.</p> <p>4. Равномерный бег 1600 метров.</p> <p><i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i></p>	<p>Соблюдать правила техники безопасности при метании малого мяча.</p> <p>Описывать технику метания малого мяча.</p> <p>Осваивать технику метания малого мяча.</p> <p>Описывать технику беговых упражнений.</p> <p>Выявлять характерные</p>
95	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.</p> <p>2. КДП – 30 м. с высокого старта.</p> <p>3. Метание малого на дальность.</p> <p>4. Равномерный бег 1800 метров.</p> <p><i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i></p>	<p>ошибки в технике выполнения беговых упражнений.</p> <p>Осваивать технику бега различными способами.</p>
96	05.		<i>Кроссовая подготовка</i>		<p><i>Бег 20 минут. Преодоление вертикальных препятствий. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Спортивные игры.</i></p>	

Легкая атлетика.

№ п/п	Дата		Тема урока	Урочная. Неурочная	Элементы содержания	Планируемые результаты
	План	Факт				
97	05.		Прыжки в длину с разбега		<p><i>Построение, приветствие, СЗУ.</i> <i>Ст.упр-ния, ходьба, бег, ОРУ.</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Прыжки в длину с разбега с полного разбега. 2. Метание малого мяча на дальность. 3. КДП – тест Купера шестиминутный бег. 4. Подвижная игра. <p><i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i></p>	<p>Соблюдать правила техники безопасности при метании малого мяча.</p> <p>Описывать технику метания малого мяча.</p> <p>Осваивать технику метания малого мяча.</p> <p>Соблюдать правила техники безопасности при выполнении прыжковых упражнений.</p> <p>Описывать технику прыжковых упражнений.</p> <p>Осваивать технику прыжковых упражнений.</p> <p>Выявлять характерные ошибки в технике выполнения прыжковых упражнений.</p>
98	05.		Учет метание малого мяча на дальность.		<p><i>Построение, приветствие, СЗУ.</i> <i>Ст.упр-ния, ходьба, бег, ОРУ.</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Учет метание малого мяча на дальность. 2. Прыжки в длину с разбега с полного разбега. 3. Подвижная игра 4. Равномерный бег 1800 метров <p><i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i></p>	<p>Осваивать технику бега различными способами.</p>
99	05.		<i>Кроссовая подготовка</i>		<p><i>Равномерный бег 25 минут. Бег в гору.</i> <i>Преодоление препятствий. ОРУ.</i> <i>Спортивные игры.</i></p>	
100	05.		Бег на выносливость 2000 метров.		<p><i>Построение, приветствие, СЗУ.</i> <i>Ст.упр-ния, ходьба, бег, ОРУ.</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Прыжки в длину с разбега с полного разбега. 2. Зачет бег 2000 метров. 3. Подвижная игра лапта <p><i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход.</i></p>	
101	05.		Учет прыжки в длину с разбега.		<p><i>Построение, приветствие, СЗУ.</i> <i>Ст.упр-ния, ходьба, бег, ОРУ.</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Учет прыжки в длину с разбега с полного разбега. 2. Подвижная игра лапта. <p><i>Построение, ПИУ, ДЗ, выход</i></p>	
102	05.		<i>Кроссовая подготовка</i>		<p><i>Равномерный бег 25 минут. Бег в гору.</i> <i>Преодоление препятствий. ОРУ.</i> <i>Спортивные игры.</i></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