

№ п/п	Содержание (тема урока) 8а класс	Ко л- во ча с	Даты проведения урока		Материально- техническое оснащение урока	Универсальные учебные действия
			план	факт		
1. Знание о физической культуре – 7 часов						
2. Физическое совершенствование – 60 часа						
2.1. Спортивно-оздоровительная деятельность с общеразвивающей направленностью -60 часа						
3.Способы двигательной (физкультурной) деятельности- 1часа						
1. Знания о физической культуре – 1 час						
1	<i>Влияние возрастных особенностей организма на физическое развитие и физическую подготовленность</i>	1	02.09		ЦОР по ФК, мультимедийный проектор, экран	Личностные: Формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир в его органичном единстве и разнообразии природы Регулятивные: Овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления. Коммуникативные: Участвовать в диалоге на уроке Познавательные: Отвечать на простые вопросы учителя, находить нужную информацию в учебнике и дополнительной литературе
3. Физическое совершенствование – 15 часа						
2.1. Спортивно-оздоровительная деятельность с общеразвивающей направленностью -15часа						
2.1.1 Легкая атлетика		11				
Беговые упражнения		2				
2	Инструктаж по ТБ. Высокий старт от 30 до 40 м .60м Бег на результат (60 м)	1	03.09		Свисток, флажки, секундомер	Личностные: Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок. Регулятивные: Умение организовать самостоятельную

						<p>деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий. Умение характеризовать, выполнять задание</p> <p>Коммуникативные: Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений</p> <p>Познавательные: Осмысление, объяснение своего двигательного опыта.</p>
3	Бег с ускорением от 40 м до 60м . <i>Подготовка к выполнению видов испытаний и нормативов, предусмотренных ГТО: бег на 60м.</i>	1	9.09		Свисток, флажки, секундомер	<p>Личностные: Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок.</p> <p>Регулятивные: Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий. Умение характеризовать, выполнять задание</p> <p>Коммуникативные: Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений</p> <p>Познавательные: Осмысление, объяснение своего двигательного опыта.</p>
Метание малого мяча		3				
4	Метание теннисного мяча в горизонтальную и вертикальную цель 1х1м с расстоянием д. 10-14 метров, ю.-16м	1	10.09			<p>Личностные: Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок.</p> <p>Регулятивные: Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации</p>

					<p>мест занятий. Умение характеризовать, выполнять задание</p> <p>Коммуникативные: Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений</p> <p>Познавательные: Осмысление, объяснение своего двигательного опыта.</p>
5	Метание мяча весом 2 кг из различных исходных положений	1	16.09		<p>Личностные: Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок.</p> <p>Регулятивные: Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий. Умение характеризовать, выполнять задание</p> <p>Коммуникативные: Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений</p> <p>Познавательные: Осмысление, объяснение своего двигательного опыта.</p>
6	Метание теннисного мяча с места на дальность. <i>Подготовка к выполнению видов испытаний и нормативов, предусмотренных ГТО: метание мяча весом 150 г. (м)</i>	1	17.09		<p>Личностные: Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок.</p> <p>Регулятивные: Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий. Умение характеризовать, выполнять задание</p> <p>Коммуникативные: Формирование способов</p>

						<p>позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений</p> <p>Познавательные: Осмысление, объяснение своего двигательного опыта.</p>
Прыжковые упражнения		3				
7	Прыжок в длину с 11–13 шагов разбега. Прыжок в длину на результат.	1	23.09		Свисток, флажки, рулетка	<p>Личностные: Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок.</p> <p>Регулятивные: Конструктивное разрешение конфликтов; осуществление взаимного контроля; оценка собственного поведения и поведения партнёра, внесение необходимых коррективов; адекватно оценивать свои достижения, осознавать возникающие трудности, искать их причины и пути преодоления.</p> <p>Коммуникативные: Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений</p> <p>Познавательные: Осмысление, объяснение своего двигательного опыта.</p>
8	<p>Прыжок в длину с 11–13 беговых шагов, приземление.</p> <p><i>Подготовка к выполнению видов испытаний и нормативов, предусмотренных ГТО: прыжок в длину с</i></p>	1	24.09		Свисток, флажки, рулетка	<p>Личностные: Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок.</p> <p>Регулятивные: Распределение функций и ролей в совместной деятельности; конструктивное разрешение конфликтов; осуществление взаимного контроля; оценка собственного поведения и поведения партнёра, внесение необходимых коррективов; контролировать процесс и результаты деятельности, вносить</p>

	<i>разбега (см).</i>					необходимые коррективы; адекватно оценивать свои достижения, осознавать возникающие трудности, искать их причины и пути преодоления. Коммуникативные: Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений Познавательные: Осмысление, объяснение своего двигательного опыта.
9	Прыжки в высоту с 7-9 шагов разбега.	1	30.09		Свисток, флажки, рулетка	Личностные: Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок. Регулятивные: Распределение функций и ролей в совместной деятельности; конструктивное разрешение конфликтов; осуществление взаимного контроля; оценка собственного поведения и поведения партнёра, внесение необходимых коррективов; контролировать процесс и результаты деятельности, вносить необходимые коррективы; адекватно оценивать свои достижения, осознавать возникающие трудности, искать их причины и пути преодоления. Коммуникативные: Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений Познавательные: Осмысление, объяснение своего двигательного опыта.
Овладение техникой длительного бега		3				
10	Дальнейшее развитие скоростно-силовых	1	1.10		Свисток, флажки,	Личностные: Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной

	способностей. Бег (1500 м) по пересеченной местности.				секундомер	<p>физических нагрузок.</p> <p>Регулятивные: Распределение функций и ролей в совместной деятельности; конструктивное разрешение конфликтов; осуществление взаимного контроля; адекватно оценивать свои достижения, осознавать возникающие трудности, искать их причины и пути преодоления.</p> <p>Коммуникативные: Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений</p> <p>Познавательные: Осмысление, объяснение своего двигательного опыта.</p>
11	Бег на средние дистанции Подготовка к выполнению видов испытаний и нормативов, предусмотренных ГТО: бег на 2 км (мин, с)	1	7.10		Свисток, флажки, секундомер	<p>Личностные: Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, освоение способов двигательной деятельности; выполнение комплексов упражнений, подвижные игры, измерение показателей физического развития; освоение правил здорового и безопасного образа жизни.</p> <p>Регулятивные: Распределение функций и ролей в совместной деятельности; конструктивное разрешение конфликтов; осуществление взаимного контроля; оценка собственного поведения и поведения партнёра, внесение необходимых коррективов; контролировать процесс и результаты деятельности, вносить необходимые коррективы; адекватно оценивать свои достижения, осознавать возникающие трудности, искать их причины и пути преодоления.</p> <p>Коммуникативные: Формирование способов</p>

						<p>позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений</p> <p>Познавательные: Осмысление, объяснение своего двигательного опыта.</p>
12	Минутный бег. Эстафеты, круговая тренировка	1	8.10		Теннисные мячи	<p>Личностные: Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, освоение способов двигательной деятельности; выполнение комплексов упражнений, подвижные игры, измерение показателей физического развития; освоение правил здорового и безопасного образа жизни.</p> <p>Регулятивные: Распределение функций и ролей в совместной деятельности; конструктивное разрешение конфликтов; осуществление взаимного контроля; оценка собственного поведения и поведения партнёра, внесение необходимых коррективов; контролировать процесс и результаты деятельности, вносить необходимые коррективы; адекватно оценивать свои достижения, осознавать возникающие трудности, искать их причины и пути преодоления.</p> <p>Коммуникативные: Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений</p> <p>Познавательные: Осмысление, объяснение своего двигательного опыта.</p>

2.1.2 Спортивные игры		4				
Футбол		4				
13	Правила техники безопасности. Удары по катящемуся мячу внешней стороной подъема, носком, серединой лба (по летящему мячу)	1	14.10		Свисток, футбольные мячи	<p>Личностные: Формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир в его органичном единстве и разнообразии природы</p> <p>Регулятивные: Владение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления.</p> <p>Коммуникативные: Участвовать в диалоге на уроке</p> <p>Познавательные: Отвечать на простые вопросы учителя, находить нужную информацию в учебнике и дополнительной литературе</p>
14	Совершенствование ведение мяча по прямой с изменением направления движения и скорости.	1	15.10		Свисток, футбольные мячи	<p>Личностные: Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, освоение способов двигательной деятельности; освоение правил здорового и безопасного образа жизни.</p> <p>Регулятивные: Распределение функций и ролей в совместной деятельности; осуществление взаимного контроля;</p> <p>Коммуникативные: Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений и учебных игр</p> <p>Познавательные: Осмысление, объяснение своего двигательного опыта.</p>
15	Совершенствование ударов по воротам указанными способами на точность попадания	1	21.10		Свисток, футбольные мячи	<p>Личностные: Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, освоение способов двигательной деятельности; освоение правил здорового и</p>

	мячом в цель.					<p>безопасного образа жизни.</p> <p>Регулятивные: Распределение функций и ролей в совместной деятельности; осуществление взаимного контроля;</p> <p>Коммуникативные: Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений и учебных игр</p> <p>Познавательные: Осмысление, объяснение своего двигательного опыта.</p>
16	Вбрасывание мяча из-за боковой линии с места и с шагом.	1	22.10			<p>Личностные: Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок.</p> <p>Регулятивные: Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий. Умение характеризовать, выполнять задание</p> <p>Коммуникативные: Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений</p> <p>Познавательные: Осмысление, объяснение своего двигательного опыта.</p>
2. Физическое совершенствование – 13 часа						
2.1. Спортивно-оздоровительная деятельность с общеразвивающей направленностью – 13 часа						
	Спортивные игры - футбол	1				
17	Развитие психомоторных способностей - учатся уважительно относиться	1	5.11			<p>Личностные: Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок.</p>

	к сопернику во время упрощенной игры					<p>Регулятивные: Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий. Умение характеризовать, выполнять задание</p> <p>Коммуникативные: Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений</p> <p>Познавательные: Осмысление, объяснение своего двигательного опыта.</p>
1. Знания о физической культуре – 1 час						
18	<i>Инструктаж по ТБ. возрастных особенностей организма на физическое развитие и физическую подготовку</i>	1	11.11		ЦОР по ФК, мультимедийный проектор, экран	<p>Личностные: Формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир в его органичном единстве и разнообразии природы</p> <p>Регулятивные: Владение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления.</p> <p>Коммуникативные: Участвовать в диалоге на уроке</p> <p>Познавательные: Отвечать на простые вопросы учителя, находить нужную информацию в учебнике и дополнительной литературе</p>
2.1.1 Гимнастика с основами акробатики – 10						
Организующие команды и приемы		2				
19	Перестроения в колоннах на месте и в движении <i>Подготовка к выполнению видов</i>	1	12.11		Гимнастические маты, перекладина	<p>Личностные: Освоение способов двигательной деятельности; освоение правил здорового и безопасного образа жизни.</p> <p>Регулятивные: Распределение функций и ролей в</p>

	<i>испытаний и нормативов, предусмотренных ГТО: подтягивание из виса на высокой перекладине (ю.) и подтягивание из виса лежа на низкой перекладине (д.)</i>					совместной деятельности; осуществление взаимного контроля; оценка собственного поведения и поведения партнёра, внесение необходимых коррективов; контролировать процесс и результаты деятельности, вносить необходимые коррективы Коммуникативные: Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений Познавательные: Осмысление, объяснение своего двигательного опыта.
20	Команда «Прямо!», повороты в движении направо, налево.	1	18.11			Личностные: Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок. Регулятивные: Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий. Умение характеризовать, выполнять задание Коммуникативные: Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений Познавательные: Осмысление, объяснение своего двигательного опыта.
1.Знания о физической культуре – 1 час						
21	<i>Правильная осанка как один из основных показателей физического развития человека.</i>	1	19.11		ЦОР по ФК, мультимедийный проектор, экран	Личностные: Формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир в его органичном единстве и разнообразии природы Регулятивные: Владение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска

						<p>средств ее осуществления.</p> <p>Коммуникативные: Участвовать в диалоге на уроке</p> <p>Познавательные: Отвечать на простые вопросы учителя, находить нужную информацию в учебнике и дополнительной литературы</p>
Упражнения и комбинации на гимнастических брусьях		2				
22	<p>Упражнения и комбинации на гимнастических брусьях.</p> <p>Подготовка к выполнению видов испытаний и нормативов, предусмотренных ГТО: наклон вперед из положения, стоя с прямыми ногами на полу.</p>	1	25.11		<p>Гимнастические маты, брусья, перекладина</p>	<p>Личностные: Освоение способов двигательной деятельности; освоение правил здорового и безопасного образа жизни.</p> <p>Регулятивные: Распределение функций и ролей в совместной деятельности; осуществление взаимного контроля; оценка собственного поведения и поведения партнёра, внесение необходимых коррективов; контролировать процесс и результаты деятельности, вносить необходимые коррективы</p> <p>Коммуникативные: Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений</p> <p>Познавательные: Осмысление, объяснение своего двигательного опыта.</p>
23	<p>Упражнения и комбинации на гимнастических брусьях и перекладинах</p>	1	26.11			<p>Личностные: Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок.</p> <p>Регулятивные: Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий. Умение характеризовать, выполнять задание</p>

						<p>Коммуникативные: Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений</p> <p>Познавательные: Осмысление, объяснение своего двигательного опыта.</p>
Опорные прыжки		3				
24	М.: прыжок согнув ноги (козел в длину, высота 110-115см). Д.:прыжок боком с поворотом на 90 градусов(конь в ширину,высота110см)	1	2.12			<p>Личностные: Освоение способов двигательной деятельности; освоение правил здорового и безопасного образа жизни.</p> <p>Регулятивные: Распределение функций и ролей в совместной деятельности; осуществление взаимного контроля; оценка собственного поведения и поведения партнёра, внесение необходимых коррективов; контролировать процесс и результаты деятельности, вносить необходимые коррективы</p> <p>Коммуникативные: Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений</p> <p>Познавательные: Осмысление, объяснение своего двигательного опыта.</p>
25	Прыжок, согнув ноги. <i>Подготовка к выполнению видов испытаний и нормативов, предусмотренных ГТО: поднимание туловища из положения, лежа на спине (количество раз за</i>	1	3.12			<p>Личностные: Освоение способов двигательной деятельности; освоение правил здорового и безопасного образа жизни.</p> <p>Регулятивные: Распределение функций и ролей в совместной деятельности; осуществление взаимного контроля; оценка собственного поведения и поведения партнёра, внесение необходимых коррективов; контролировать процесс и результаты деятельности, вносить необходимые коррективы</p>

	<i>1 мин).</i>					<p>Коммуникативные: Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений</p> <p>Познавательные: Осмысление, объяснение своего двигательного опыта.</p>
26	Опорный прыжок способом «согнув ноги» (м.) Прыжок способом «ноги врозь» (д.)	1	9.12			<p>Личностные: Освоение способов двигательной деятельности; освоение правил здорового и безопасного образа жизни.</p> <p>Регулятивные: Распределение функций и ролей в совместной деятельности; осуществление взаимного контроля; оценка собственного поведения и поведения партнёра, внесение необходимых коррективов; контролировать процесс и результаты деятельности, вносить необходимые коррективы</p> <p>Коммуникативные: Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений</p> <p>Познавательные: Осмысление, объяснение своего двигательного опыта.</p>
Акробатические упражнения и комбинации		3				
27	М.: кувырок назад в упор, стоя ноги врозь. Д.:»мост» и повороты в упор, стоя на одном колене.	1	10.12		Канат, гимнастические маты	<p>Личностные: Освоение способов двигательной деятельности; освоение правил здорового и безопасного образа жизни.</p> <p>Регулятивные: Распределение функций и ролей в совместной деятельности; осуществление взаимного контроля; оценка собственного поведения и поведения партнёра, внесение необходимых коррективов; контролировать процесс и результаты деятельности,</p>

						вносить необходимые коррективы Коммуникативные: Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений Познавательные: Осмысление, объяснение своего двигательного опыта.
28	М.: кувырок вперед и назад; Д.: кувырki вперед и назад.	1	16.12		Гимнастическ ие маты	Личностные: Освоение способов двигательной деятельности; освоение правил здорового и безопасного образа жизни. Регулятивные: Распределение функций и ролей в совместной деятельности; осуществление взаимного контроля; оценка собственного поведения и поведения партнёра, внесение необходимых коррективов; контролировать процесс и результаты деятельности, вносить необходимые коррективы Коммуникативные: Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений Познавательные: Осмысление, объяснение своего двигательного опыта.
29	М.: стойка на голове и руках; д.: равновесие на одной ноге	1	17.12		Гимнастическ ие маты	Личностные: Освоение способов двигательной деятельности; освоение правил здорового и безопасного образа жизни. Регулятивные: Распределение функций и ролей в совместной деятельности; осуществление взаимного контроля; оценка собственного поведения и поведения партнёра, внесение необходимых коррективов; контролировать процесс и результаты деятельности, вносить необходимые коррективы;

						<p>Коммуникативные: Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений</p> <p>Познавательные: Осмысление, объяснение своего двигательного опыта.</p>
2.2.2 Элементы единоборства		2				
30	Стойка и передвижения в стойке. Захваты рук и туловища. Освобождение от захватов.	1	23.12		Гимнастическ ие маты	<p>Личностные: Освоение способов двигательной деятельности; освоение правил здорового и безопасного образа жизни.</p> <p>Регулятивные: Распределение функций и ролей в совместной деятельности; осуществление взаимного контроля; оценка собственного поведения и поведения партнёра, внесение необходимых коррективов; контролировать процесс и результаты деятельности, вносить необходимые коррективы</p> <p>Коммуникативные: Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений</p> <p>Познавательные: Осмысление, объяснение своего двигательного опыта.</p>
31	Приемы борьбы за выгодное положение. Правила поведения во время занятий	1	24.12		Гимнастическ ие маты	<p>Личностные: Освоение способов двигательной деятельности; освоение правил здорового и безопасного образа жизни.</p> <p>Регулятивные: Распределение функций и ролей в совместной деятельности; осуществление взаимного контроля; оценка собственного поведения и поведения партнёра, внесение необходимых коррективов; контролировать процесс и результаты деятельности, вносить необходимые коррективы</p>

						<p>Коммуникативные: Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений</p> <p>Познавательные: Осмысление, объяснение своего двигательного опыта.</p>
1. Знания о физической культуре – 1 час						
32	<i>Опорно-двигательный аппарат и мышечная система, их роль в осуществлении двигательных актов.</i>	1	30.12		ЦОР по ФК, мультимедийный проектор, экран	<p>Личностные: Формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир в его органичном единстве и разнообразии природы</p> <p>Регулятивные: Владение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления.</p> <p>Коммуникативные: Участвовать в диалоге на уроке</p> <p>Познавательные: Отвечать на простые вопросы учителя, находить нужную информацию в учебнике и дополнительной литературы</p>
1.Знания о физической культуре – 1 часа						
2. Физическое совершенствование – 18 часов						
2.1 Спортивно-оздоровительная деятельность – 18 часов						
33	<i>Основные средства формирования и профилактики нарушений осанки и коррекции телосложения</i>	1	13.01		ЦОР по ФК, мультимедийный проектор, экран	<p>Личностные: Формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир в его органичном единстве и разнообразии природы</p> <p>Регулятивные: Владение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления.</p> <p>Коммуникативные: Участвовать в диалоге на уроке</p> <p>Познавательные: Отвечать на простые вопросы учителя, находить нужную информацию в учебнике и дополнительной литературы</p>

2.1.1. Спортивные игры		18				
Баскетбол		8				
34	Ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча на месте и в движении с пассивным сопротивлением защитника	1	14.01		Баскетбольные мячи	<p>Личностные: Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, освоение способов двигательной деятельности; освоение правил здорового и безопасного образа жизни.</p> <p>Регулятивные: Распределение функций и ролей в совместной деятельности; осуществление взаимного контроля; оценка собственного поведения и поведения партнёра, внесение необходимых коррективов;</p> <p>Коммуникативные: Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений и учебных игр</p> <p>Познавательные: Осмысление, объяснение своего двигательного опыта.</p>
35	Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке на месте, в движении, с сопротивлением и без.	1	20.01		Баскетбольные мячи	<p>Личностные: Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, освоение способов двигательной деятельности; освоение правил здорового и безопасного образа жизни.</p> <p>Регулятивные: Распределение функций и ролей в совместной деятельности; осуществление взаимного контроля; оценка собственного поведения и поведения партнёра, внесение необходимых коррективов;</p> <p>Коммуникативные: Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений и учебных игр</p> <p>Познавательные: Осмысление, объяснение своего</p>

						двигательного опыта.
36	Бросок мяча одной и двумя руками от головы с места с пассивным сопротивлением защитника	1	21.01		Баскетбольные мячи	<p>Личностные: Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, освоение способов двигательной деятельности; освоение правил здорового и безопасного образа жизни.</p> <p>Регулятивные: Распределение функций и ролей в совместной деятельности; осуществление взаимного контроля; оценка собственного поведения и поведения партнёра, внесение необходимых коррективов;</p> <p>Коммуникативные: Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений и учебных игр</p> <p>Познавательные: Осмысление, объяснение своего двигательного опыта.</p>
37	Сочетание приемов передвижений и остановок игрока в нападении	1	27.01		Баскетбольные мячи	<p>Личностные: Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, освоение способов двигательной деятельности; освоение правил здорового и безопасного образа жизни.</p> <p>Регулятивные: Распределение функций и ролей в совместной деятельности; осуществление взаимного контроля; оценка собственного поведения и поведения партнёра, внесение необходимых коррективов;</p> <p>Коммуникативные: Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений и учебных игр</p> <p>Познавательные: Осмысление, объяснение своего двигательного опыта.</p>

38	Перехват мяча, вырывание и выбивание. Игра по правилам мини-баскетбола	1	28.01		Баскетбольные мячи	<p>Личностные: Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, освоение способов двигательной деятельности; освоение правил здорового и безопасного образа жизни.</p> <p>Регулятивные: Распределение функций и ролей в совместной деятельности; осуществление взаимного контроля; оценка собственного поведения и поведения партнёра, внесение необходимых коррективов;</p> <p>Коммуникативные: Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений и учебных игр</p> <p>Познавательные: Осмысление, объяснение своего двигательного опыта.</p>
39	Позиционное нападение без изменения позиций игроков. Игра по правилам мини-баскетбола	1	3.02		Баскетбольные мячи	<p>Личностные: Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, освоение способов двигательной деятельности; освоение правил здорового и безопасного образа жизни.</p> <p>Регулятивные: Распределение функций и ролей в совместной деятельности; осуществление взаимного контроля;</p> <p>Коммуникативные: Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений и учебных игр</p> <p>Познавательные: Осмысление, объяснение своего двигательного опыта.</p>
40	Нападение быстрым прорывом. Игра по	1	4.02		Баскетбольные мячи	<p>Личностные: Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной</p>

	правилам мини-баскетбола					<p>физических нагрузок, освоение способов двигательной деятельности; освоение правил здорового и безопасного образа жизни.</p> <p>Регулятивные: Распределение функций и ролей в совместной деятельности; осуществление взаимного контроля;</p> <p>Коммуникативные: Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений и учебных игр</p> <p>Познавательные: Осмысление, объяснение своего двигательного опыта.</p>
41	Игры и игровые задания 2:1, 3:1, 3:2, 3:3. Игра по правилам мини-баскетбола	1	10.02		Баскетбольные мячи	<p>Личностные: Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, освоение способов двигательной деятельности; освоение правил здорового и безопасного образа жизни.</p> <p>Регулятивные: Распределение функций и ролей в совместной деятельности; осуществление взаимного контроля;</p> <p>Коммуникативные: Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений и учебных игр</p> <p>Познавательные: Осмысление, объяснение своего двигательного опыта.</p>
Волейбол		8				
42	Стойка игрока. Перемещение в стойке различными способами. Игра в мини-волейбол.	1	11.02			<p>Личностные: Формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир в его органичном единстве и разнообразии природы</p> <p>Регулятивные: Овладение способностью принимать и</p>

						<p>сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления.</p> <p>Коммуникативные: Участвовать в диалоге на уроке</p> <p>Познавательные: Отвечать на простые вопросы учителя, находить нужную информацию в учебнике и дополнительной литературе</p>
43	Передача мяча над собой, во встречных колоннах. Игра в мини-волейбол .	1	17.02		Мячи волейбольные	<p>Личностные: Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, освоение способов двигательной деятельности; освоение правил здорового и безопасного образа жизни.</p> <p>Регулятивные: Распределение функций и ролей в совместной деятельности; осуществление взаимного контроля;</p> <p>Коммуникативные: Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений и учебных игр</p> <p>Познавательные: Осмысление, объяснение своего двигательного опыта.</p>
44	Отбивание мяча кулаком через сетку. Игра в мини-волейбол.	1	18.02		Мячи волейбольные	<p>Личностные: Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, освоение способов двигательной деятельности; освоение правил здорового и безопасного образа жизни.</p> <p>Регулятивные: Распределение функций и ролей в совместной деятельности; осуществление взаимного контроля;</p> <p>Коммуникативные: Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и</p>

						<p>группах при разучивании упражнений и учебных игр</p> <p>Познавательные: Осмысление, объяснение своего двигательного опыта.</p>
45	Нижняя прямая подача. Игра в мини-волейбол	1	24.02		Мячи волейбольные	<p>Личностные: Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, освоение способов двигательной деятельности; освоение правил здорового и безопасного образа жизни.</p> <p>Регулятивные: Распределение функций и ролей в совместной деятельности; осуществление взаимного контроля;</p> <p>Коммуникативные: Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений и учебных игр</p> <p>Познавательные: Осмысление, объяснение своего двигательного опыта.</p>
46	Прием нижней прямой подачи. Игра в мини-волейбол	1	25.02		Мячи волейбольные	<p>Личностные: Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, освоение способов двигательной деятельности; освоение правил здорового и безопасного образа жизни.</p> <p>Регулятивные: Распределение функций и ролей в совместной деятельности; осуществление взаимного контроля;</p> <p>Коммуникативные: Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений и учебных игр</p> <p>Познавательные: Осмысление, объяснение своего двигательного опыта.</p>

47	Передача мяча в движении над собой. То же через сетку. Игра в мини-волейбол	1	3.03		Мячи волейбольные	<p>Личностные: Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, освоение способов двигательной деятельности; освоение правил здорового и безопасного образа жизни.</p> <p>Регулятивные: Распределение функций и ролей в совместной деятельности; осуществление взаимного контроля;</p> <p>Коммуникативные: Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений и учебных игр</p> <p>Познавательные: Осмысление, объяснение своего двигательного опыта.</p>
48	Прием мяча снизу двумя руками на месте и после перемещения вперед. Игра в мини-волейбол	1	04.03		Мячи волейбольные	<p>Личностные: Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, освоение способов двигательной деятельности; освоение правил здорового и безопасного образа жизни.</p> <p>Регулятивные: Распределение функций и ролей в совместной деятельности; осуществление взаимного контроля;</p> <p>Коммуникативные: Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений и учебных игр</p> <p>Познавательные: Осмысление, объяснение своего двигательного опыта.</p>
49	Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнёром. Игра в мини-	1	10.03		Мячи волейбольные	<p>Личностные: Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, освоение способов двигательной</p>

	волейбол					<p>деятельности; освоение правил здорового и безопасного образа жизни.</p> <p>Регулятивные: Распределение функций и ролей в совместной деятельности; осуществление взаимного контроля;</p> <p>Коммуникативные: Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений и учебных игр</p> <p>Познавательные: Осмысление, объяснение своего двигательного опыта.</p>
Гандбол		2				
50	Нападение быстрым прорывом (3:2). Игра по упрощенным правилам	1	11.03			<p>Личностные: Формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир в его органичном единстве и разнообразии природы</p> <p>Регулятивные: Владение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления.</p> <p>Коммуникативные: Участвовать в диалоге на уроке</p> <p>Познавательные: Отвечать на простые вопросы учителя, находить нужную информацию в учебнике и дополнительной литературе</p>
51	Взаимодействие двух игроков в защите через «заслон». Игра по упрощенным правилам	1	17.03			<p>Личностные: Формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир в его органичном единстве и разнообразии природы</p> <p>Регулятивные: Владение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления.</p> <p>Коммуникативные: Участвовать в диалоге на уроке</p> <p>Познавательные: Отвечать на простые вопросы учителя,</p>

						находить нужную информацию в учебнике и дополнительной литературе
1. Знания о физической культуре – 1 час						
52	<i>Значение нервной системы в управлении движениями и регуляции системы дыхания, кровообращения.</i>	1	18.03		ЦОР по ФК, мультимедийный проектор, экран	<p>Личностные: Формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир в его органичном единстве и разнообразии природы</p> <p>Регулятивные: Овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления.</p> <p>Коммуникативные: Участвовать в диалоге на уроке</p> <p>Познавательные: Отвечать на простые вопросы учителя, находить нужную информацию в учебнике и дополнительной литературе</p>
1.Знания о физической культуре – 1 час						
2.Физическое совершенствование – 14 часов						
2.1. Спортивно-оздоровительная деятельность с общеразвивающей направленностью – 14 часов						
53	<i>Участие в двигательной деятельности психических процессов (внимание. восприятие, мышление. воображение, память)</i>	1	31.03		ЦОР по ФК, мультимедийный проектор, экран	<p>Личностные: Формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир в его органичном единстве и разнообразии природы</p> <p>Регулятивные: Овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления.</p> <p>Коммуникативные: Участвовать в диалоге на уроке</p> <p>Познавательные: Отвечать на простые вопросы учителя, находить нужную информацию в учебнике и дополнительной литературе</p>
2.1.1. Легкая атлетика		8				
<i>Беговые упражнения</i>		2				

54	Высокий старт. Спринтерский бег, эстафетный бег. Подготовка к выполнению видов испытаний и нормативов, предусмотренных ГТО: бег на 60м.	1	01.04		Свисток, флажки, секундомер	Личностные: Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок. Регулятивные: Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации занятий. Умение характеризовать, выполнять задание Коммуникативные: Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений Познавательные: Осмысление, объяснение своего двигательного опыта.
55	Высокий старт. Бег по дистанции (50–60 м). Финиширование. Бег на результат (60 м)	1	07.04		Свисток, флажки, секундомер	Личностные: Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок. Регулятивные: Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации занятий. Умение характеризовать, выполнять задание Коммуникативные: Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений Познавательные: Осмысление, объяснение своего двигательного опыта.
Метание		2				
56	Метание теннисного мяча в горизонтальную и вертикальную цель 1х1м с расстояние д. 10-14	1	8.04		Свисток, флажки, секундомер	Личностные: Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок. Регулятивные: Умение организовать самостоятельную

	метров,ю.-16м					<p>деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий. Умение характеризовать, выполнять задание</p> <p>Коммуникативные: Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений</p> <p>Познавательные: Осмысление, объяснение своего двигательного опыта.</p>
57	<p>Метание мяча весом 2 кг из различных исходных положений. Работа с набивными мячами</p> <p><i>Подготовка к выполнению видов испытаний и нормативов, предусмотренных ГТО: метание мяча весом 150 г. (м)</i></p>	1	14.04		Свисток, флажки, секундомер	<p>Личностные: Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок.</p> <p>Регулятивные: Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации занятий. Умение характеризовать, выполнять задание</p> <p>Коммуникативные: Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений</p> <p>Познавательные: Осмысление, объяснение своего двигательного опыта.</p>
Прыжковые упражнения		2				
58	<p>Прыжок в длину с 11–13 шагов разбега. Прыжок в длину на результат.</p>	1	15.04		Стойки и планка для прыжков в высоту, маты	<p>Личностные: Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок.</p> <p>Регулятивные: Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации занятий. Умение характеризовать, выполнять задание</p>

						<p>Коммуникативные: Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений</p> <p>Познавательные: Осмысление, объяснение своего двигательного опыта.</p>
59	<p>Прыжок в длину с 11–13 беговых шагов, приземление.</p> <p>Совершенствование прыжков в высоту</p> <p><i>Подготовка к выполнению видов испытаний и нормативов, предусмотренных ГТО: прыжок в длину с разбега (см).</i></p>	1	21.04		<p>Стойки и планка для прыжков в высоту, маты</p>	<p>Личностные: Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок.</p> <p>Регулятивные: Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации занятий. Умение характеризовать, выполнять задание</p> <p>Коммуникативные: Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений</p> <p>Познавательные: Осмысление, объяснение своего двигательного опыта.</p>
Овладение техникой длительного бега		2				
60	<p>Эстафеты, старты из различных исходных положений по пересеченной местности</p>	1	22.04		<p>Прыжковая яма, рулетка для прыжков в длину</p>	<p>Личностные: Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок.</p> <p>Регулятивные: Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации занятий. Умение характеризовать, выполнять задание</p> <p>Коммуникативные: Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений</p>

						Познавательные: Осмысление, объяснение своего двигательного опыта.
61	Кросс 1500метров	1	28.04		Прыжковая яма, рулетка для прыжков в длину	Личностные: Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок. Регулятивные: Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации занятий. Умение характеризовать, выполнять задание Коммуникативные: Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений Познавательные: Осмысление, объяснение своего двигательного опыта.
2.1.2 Спортивные игры		6				
Футбол		6				
62	Комбинации из освоенных элементов: ведение, удар, прием мяча, остановка, удар по воротам	1	29.04		Свисток, футбольные мячи	Личностные: Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, освоение способов двигательной деятельности; освоение правил здорового и безопасного образа жизни. Регулятивные: Распределение функций и ролей в совместной деятельности; осуществление взаимного контроля; Коммуникативные: Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений и учебных игр Познавательные: Осмысление, объяснение своего двигательного опыта.

63	Совершенствование техники ударов по воротам. Игра по упрощенным правилам	1	5.05		Свисток, футбольные мячи	<p>Личностные: Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, освоение способов двигательной деятельности; освоение правил здорового и безопасного образа жизни.</p> <p>Регулятивные: Распределение функций и ролей в совместной деятельности; осуществление взаимного контроля;</p> <p>Коммуникативные: Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений и учебных игр</p> <p>Познавательные: Осмысление, объяснение своего двигательного опыта.</p>
64	Совершенствование техники владения мячом. Игра по упрощенным правилам	1	6.05		Свисток, футбольные мячи	<p>Личностные: Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, освоение способов двигательной деятельности; освоение правил здорового и безопасного образа жизни.</p> <p>Регулятивные: Распределение функций и ролей в совместной деятельности; осуществление взаимного контроля;</p> <p>Коммуникативные: Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений и учебных игр</p> <p>Познавательные: Осмысление, объяснение своего двигательного опыта.</p>
65	Совершенствование тактики игры. Игра по упрощенным правилам	1	12.05		Свисток, футбольные мячи	<p>Личностные: Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, освоение способов двигательной</p>

						<p>деятельности; освоение правил здорового и безопасного образа жизни.</p> <p>Регулятивные: Распределение функций и ролей в совместной деятельности; осуществление взаимного контроля;</p> <p>Коммуникативные: Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений и учебных игр</p> <p>Познавательные: Осмысление, объяснение своего двигательного опыта.</p>
66	Совершенствование техники ведения мяча. Игра по упрощенным правилам	1	13.05		Свисток, футбольные мячи	<p>Личностные: Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, освоение способов двигательной деятельности; освоение правил здорового и безопасного образа жизни.</p> <p>Регулятивные: Распределение функций и ролей в совместной деятельности; осуществление взаимного контроля;</p> <p>Коммуникативные: Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений и учебных игр</p> <p>Познавательные: Осмысление, объяснение своего двигательного опыта.</p>
67	Вбрасывание мяча из-за боковой линии с места и с шага. Игра по упрощенным правилам	1	19.05			<p>Личностные: Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок.</p> <p>Регулятивные: Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации</p>

						<p>мест занятий. Умение характеризовать, выполнять задание</p> <p>Коммуникативные: Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений</p> <p>Познавательные: Осмысление, объяснение своего двигательного опыта.</p>
3.1 Физкультурно-оздоровительная деятельность – 1 час						
68	<i>Оценка техники движений. Способы выявления и устранения ошибок в технике выполнения упражнений (технических ошибок)</i>	1	20.05		ЦОР по ФК, мультимедийный проектор, экран	<p>Личностные: Формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир в его органичном единстве и разнообразии природы</p> <p>Регулятивные: Владение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления.</p> <p>Коммуникативные: Участвовать в диалоге на уроке</p> <p>Познавательные: Отвечать на простые вопросы учителя, находить нужную информацию в учебнике и дополнительной литературе</p>
			Итого:	68		