Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 208
Красносельского района Санкт-Петербурга

ПРИНЯТА
Решением Педагогического совета
Протокол от 24.06.2021 № 11

УТВЕРЖДАЮ
Директор
О.В.Борисова
Приказ от 24.06.2021 № 79/1-од

Рабочая программа основного общего образования по физической культуре

для обучающихся 7-х классов
на 2021-2022 учебный год

(является частью основной образовательной программы школы,
принятой педагогическим советом от 25.05.2021 № 8 и утвержденной приказом директора от 26.05.2021, № 64-од)

Составил учитель: Прищепова Вера Аркадиевна
Квалификационная категория высшая

Санкт-Петербург
2021 год

Директор ГБОУ СОШ №208 Борисова О.В.

Подписано цифровой подписью: Директор ГБОУ СОШ №208 Борисова О.В.
Дата: 2021.09.30 16:25:47 +03'00'

1. Пояснительная записка

Рабочая программа составлена в соответствии с требованиями:

- Федерального Закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказа Министерства образования и науки РФ от 17 декабря 2010 г. № 1897 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования";
- Письма Минобрнауки России от 3 марта 2016 года № 08-334 «О внесении изменений в федеральные государственные образовательные стандарты начального общего, основного общего и среднего общего образования»
- Приказа Министерства просвещения РФ от 22 марта 2021 г. № 115 "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования"
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 20 мая 2020 года №254 « Об утверждении федерального перечня учебников, допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования организациями, осуществляющими образовательную деятельность»;
- Приказа Министерства просвещения Российской Федерации от 23 декабря 2020 года №766 «О внесении изменений в Федеральный перечень учебников, допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования организациями, осуществляющими образовательную деятельность»;
- Приказа Минобнауки РФ от 9 июня 2016 года №699 «Об утверждении перечня организаций, осуществляющих выпуск учебных пособий, которые допускаются к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ»

- Постановления Главного санитарного врача РФ от 28.09.2020 №28 «Об утверждении санитарных правил санитарных правил СП 2.4.3648-20 "Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи";
- Постановление Главного санитарного врача РФ от 28.01.2021 №2 «Об утверждении санитарных правил и норм СанПин 1.2.3685-21 «Гигиенические нормативы и требования к обеспечению безопасности и (или) безвредности для человека факторов среды обитания»;
- Распоряжения Комитета по образованию от 12.04.2021 № 1013-р «О формировании календарного учебного графика государственных образовательных учреждений Санкт-Петербурга, реализующих основные общеобразовательные программы, в 2021/2022 учебном году»;
- Распоряжения Комитета по образованию от 09.04.2021 № 997-р «О формировании учебных планов государственных образовательных учреждений Санкт-Петербурга, реализующих основные общеобразовательные программы, на 2021/2022 учебный год».
- Инструктивно-методического письма Комитета по образованию от 13.04.2021 № 03-28-3143/21-0-0 «О формировании учебных планов государственных образовательных учреждений Санкт-Петербурга, реализующих основные общеобразовательные программы, на 2021/2021 учебный год».
- Устава ГБОУ СОШ № 208;
- Основной образовательной программы основного общего образования (ФГОС ООО), разработанной и принятой Педагогическим советом ГБОУ СОШ № 208 от 25.05.2021 года, протокол № 8, утвержденной приказом от 26.05.2021 № 64-од;
- Календарного учебного графика ГБОУ СОШ № 208 на 2020-2021 учебный год, принятого Педагогическим советом ГБОУ СОШ № 208 от 25.05.2021 года, протокол № 8, утвержденной приказом от 26.05.2021 № 64-од;
- Положения о рабочей программе ГБОУ СОШ № 208, принятого на Общем собрании работников, от 29.08.2017 протокол № 1, утвержденного приказом директора от 29.08.2017 № 121-од;

- Положения о проведении промежуточной аттестации обучающихся и формах, периодичности и порядке текущего контроля успеваемости ГБОУ СОШ № 208, принятого на Общем собрании работников, от 29.08.2017 протокол № 1, утвержденного приказом директора от 29.08.2017 № 121-од.

1.1. Место предмета в учебном плане

В соответствии с учебным планом ГБОУ СОШ № 208 на 2021-2022 учебный год рабочая программа рассчитана на 102 часа в год (3 часа в неделю).

1.2. Цели и задачи

Целью учебной программы по физической культуре является формирование у учащихся основной школы основ здорового образа жизни, развитие интереса и творческой самостоятельности в проведении разнообразных форм занятий физ. Культурой посредством освоения двигательной деятельности. Реализация данной цели обеспечивается содержанием учебного предмета дисциплины «Физическая культура», в качестве которого выступает физическая (двигательная) деятельность человека, ориентированная на укрепление и сохранение здоровья, развитие физических качеств и способностей, приобретение определенных знаний, двигательных навыков и умений. В основной школе данная цель конкретизируется: учебный процесс направлен на формирование устойчивых мотивов и потребностей школьников в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни.

Реализация цели учебной программы соотносится с решением следующих образовательных **задач:**

- Укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма;
- Формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями собщеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими действиями и приемами базовых видов спорта;
- Освоение знаний о физической культуре и спорте, их истории и современном развитии, самостоятельной организации занятий физическими упражнениям;

- Обучение навыкам и умениям в физкультурно-оздоровительной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями;
- Воспитание положительных качеств личности, норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в учебной и соревновательной деятельности.

1.3. Учебно-методический комплект

1.3.1. Учебно-методический комплекс

1.Государственная программа доктора педагогических наук В.И.Лях «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1–11 классов», М., Просвещение, 2012г.

2. Виленский М.Я., Туревский И.М., Торочкова Т.Ю. Физическая культура. 5-7 класс,- М.: Просвещение- 2014г.

1.3.2. Дополнительно используемые ресурсы

Литература:

1. Кисилев П.А., Кисилева С.Б. Настольная книга учителя физической культуры.- М.: Глобус, 2008г.
2. Ковалько В.И. Поурочные разработки по физкультуре. 5-9 классы. Универсальное издание.- М.: Вако, 2010г.
3. Колодицкий Г.А., Кузнецов В.С., Маслов М.В. Внеурочная деятельность учащихся. Волейбол.- М.: Просвещение, 2011г.
4. Колодицкий Г.А., Кузнецов В.С., Маслов М.В. Внеурочная деятельность учащихся. Легкая атлетика.- М.: Просвещение, 2011г.
5. Лях В.И. Физическая культура. 5-9 классы. Тестовый контроль. Пособие для учителя.- М.: Просвещение, 2012г.
6. Твой олимпийский учебник: учебн. Пособие для олимпийского образования / В.С. Родиченко и др.; Олимпийский комитет России.- 22-е изд., перераб. и доп.- М.: Советский спорт, 2010г.

Электронные ресурсы (в т.ч. для уроков с использованием ДОТ и ЭО)

- Российская электронная школа (https://resh.edu.ru/);
- Портал дистанционного обучения (http://do2.rcokoit.ru);

- Образовательный портал (“Учи.ру”);
- Образовательный портал “Якласс (https://www.yaklass.ru/);
- Яндекс учебник (https://education.yandex.ru/home/);
- Портал подготовки обучающихся к государственной итоговой аттестации “Решу ЕГЭ” (https://ege.sdamgia.ru/), “Решу ОГЭ” (https://oge.sdamgia.ru/)

1.4. Планируемые результаты обучения

В соответствии с требованиями к результатам освоения основной образовательной программы основного общего образования Федерального государственного образовательного стандарта данная рабочая программа для 6 классов направлена на достижение учащимися личностных, метапредметных и предметных результатов по физической культуре.

Личностные результаты

- Воспитание российской гражданской идентичности; патриотизма, любви и уважения к Отечеству, чувства гордости за свою Родину, прошлое и настоящее многонационального народа России;

- Знание истории физической культуры своего народа, своего края как части наследия народов России и человечества;

- Освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах;

- Участие в школьном самоуправлении и общественной жизни в пределах возрастных компетенций с учетом региональных, этнокультурных, социальных и экономических особенностей;

- Формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной, общественно-полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;

- Формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и дорогах.

В области познавательной культуры:

- Владение знаниями об особенностях индивидуального здоровья и о функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний, травматизма и оказания доврачебной помощи при занятиях физическими упражнениями;

В области нравственной культуры:

- Способность управлять своими эмоциями, владеть культурой общения и взаимодействия в процессе занятий физическими упражнениями, во время игр и соревнований.

В области трудовой культуры:

- Умение планировать режим дня, обеспечивать оптимальное сочетание умственных, физических нагрузок, отдыха;
- Умение содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование, спортивную одежду, осуществлять их подготовку к занятиям и спортивным соревнованиям.

В области эстетической культуры:

- Умение длительно сохранять правильную осанку во время статичных поз и в процессе разнообразных видов двигательной деятельности;
- Формирование культуры движений, умения передвигаться легко, красиво, непринужденно.

В области коммуникативной культуры:

- Владение умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, находить адекватные способы взаимодействия с партнерами во время учебной, игровой и соревновательной деятельности.

В области физической культуры:

- в циклических и ациклических локомоциях: с максимальной скоростью пробегать 60м из положения высокого старта; в равномерном темпе бегать до 12 минут; после быстрого разбега с 7-9 шагов совершать прыжок в длину; выполнять с 3-5 шагов разбега прыжок в высоту способом « перешагивание»;

-в метаниях малого мяча: метать теннисный мяч на дальность (с места и с 4-5 шагов разбега), на меткость в горизонтальную и вертикальную цели;

- в гимнастических и акробатических упражнениях: освоение строевых упражнений; выполнять комбинацию мальчики – висы согнувшись и прогнувшись; подтягивание в висе; поднимание прямых ног в висе; девочки – смешанные висы; подтягивание из виса лежа; опорный прыжок

через гимнастического козла (козел в ширину, высота 80-100 см); комбинацию движений с одним из предметов (мяч, обруч, большой мяч, гантели); кувырки вперед, назад; стойка на лопатках; лазание по канату, гимнастической лестнице;

- в спортивных играх: играть в одну из спортивных игр (по упрощенным правилам);
- демонстрировать результаты не ниже, чем средний уровень основных физических способностей;
- владеть способами физкультурно-оздоровительной деятельности: самостоятельно выполнять упражнения на развитие быстроты, координации, выносливости, силы, гибкости; соблюдать правила самоконтроля и безопасности во время выполнения упражнений;
- владеть способами спортивной деятельности: бег на выносливость, метание, прыжки в длину или в высоту, бег 60м; участвовать в соревнованиях по одному из видов спорта;
- владеть правилами поведения на занятиях физическими упражнениями.

Метапредметные результаты

- Развивать мотивы и интересы своей познавательной активности;
- Владение основами самоконтроля, самооценки, принятие решений и осуществление осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
- Умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками.

В области познавательной культуры:

- Овладение сведениями о роли и значении физической культуры в формировании целостной личности человека;
- Понимание здоровья как одного из важнейших условий развития и самореализации человека.

В области нравственной культуры:

- Бережное отношение к собственному здоровью и здоровью окружающих, проявление доброжелательности и отзывчивости к людям, имеющим ограниченную возможность и нарушения в состоянии здоровья;
- Проявление уважительного отношения к окружающим, товарищам по команде и соперникам;

- Ответственное отношение к порученному делу, проявление дисциплинированности и готовности отстаивать собственные позиции, отвечать за результаты собственной деятельности.

В области трудовой культуры:

- Добросовестное выполнение учебных заданий, осознанное стремление к освоению новых знаний и умений, повышающих результативность выполнения заданий.

В области эстетической культуры:

- Понимание культуры движений человека, постижение значения овладения жизненно важными двигательными умениями и навыками.

В области коммуникативной культуры:

- Владение культурой речи, ведение диалога в доброжелательной и открытой форме.

В области физической культуры:

- Владение умениями выполнения двигательных действий и физических упражнений базовых видов спорта и оздоровительной физической культуры, активно их использовать в самостоятельно организуемой спортивно-оздоровительной и физкультурно-оздоровительной деятельности.

Предметные результаты

В основной школе в соответствии с ФГОС основного общего образования результаты изучения предмета «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;
- Приобретение опыта организации самостоятельных систематических занятий физической культурой с соблюдением правил техники безопасности и профилактики травматизма;

- Формирование умений выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корригирующих упражнений; расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма.

В области познавательной культуры:

- Знание по истории развития спорта и олимпийского движения, о положительном их влиянии на укрепление мира и дружбы между народами.

В области нравственной культуры:

- Способность проявлять дисциплинированность и уважение к товарищам по команде и соперникам во время игровой и соревновательной деятельности, соблюдать правила игры и соревнований.

В области трудовой культуры:

- Способность преодолевать трудности, добросовестно выполнять учебные задания по технической и физической подготовке.

В области эстетической культуры:

- Умение организовывать самостоятельные занятия с использованием физических упражнений по формированию телосложения и правильной осанки.

В области коммуникативной культуры:

- Способность интересно и доступно излагать знания о физической культуре, умело применяя соответствующие понятия и термины.

В области физической культуры:

- Умение проводить самостоятельные занятия по освоению и закреплению осваиваемых на уроке новых двигательных действий и развитию основных физических способностей.

1.5. Формы, периодичность и порядок текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся (в т.ч. для уроков с использованием ДОТ и ЭО)

Согласно Положению о формах, периодичности и порядке текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации используются следующие виды контроля:

- **Стартовый (входной) контроль** осуществляется в начале учебного года инаправлен на выявление знаний, умений и навыков обучающихся, значимых для дальнейшего обучения по предмету.
- **Текущий контроль** осуществляется в повседневной учебной работе, как правило, во время каждого урока.Текущий контроль - это систематическая проверка учебных достижений учащихся, проводимая педагогом в ходе осуществления образовательной деятельности в соответствии с образовательной программой.
- **Промежуточный контроль** проводится обычно на основе материала нескольких уроков.
- **Тематический контроль** состоит в проверке знаний, умений и навыков учащихся, охватывающей материал одного раздела программы или одной темы.
- **Промежуточная аттестация** проводится в конце учебного года в виде письменной проверочной работы.

Формами текущего контроля успеваемости являются:

- индивидуальный контроль
- групповой контроль
- фронтальный контроль
- самооценка и взаимооценка.

Методами текущего контроля успеваемости являются:

- письменный контроль – письменный ответ обучающегося на один или систему вопросов (заданий). К письменным ответам относятся: домашние, проверочные, лабораторные, практические, контрольные, творческие работы; письменные отчёты о наблюдениях; письменные ответы на вопросы теста; сочинения, изложения, диктанты, рефераты и другое;
- устный контроль – устный ответ обучающегося на один или систему вопросов в форме ответа на билеты, беседы, собеседования и другое;
- комбинированный контроль - сочетание письменных и устных форм контроля.
- Электронный контроль.

Форматы контроля при обучении с применением ДОТ и ЭО:

- синхронное взаимодействие между учителем и учеником в режиме реального времени во время проведения онлайн урока (устный опрос);

- онлайн обсуждение изучаемых вопросов (форум, чат, электронная переписка)
- тестирование (автоматическая проверка, проверка учителем);
- выполнение учеником заданий, требующих развернутого ответа (проверка учителем, рецензия учителя на ответ, критериальная оценка), задание выполняется либо синхронно, либо асинхронно;
- взаимоценка.

Основная форма проверки при текущем и итоговом контроле: компьютерное тестирование с автоматизированной проверкой и последующим формированием ведомостей оценивания, либо тестирование в режиме онлайн, когда оценка выставляется автоматически (если в тесте только выбираются ответы или ответ может быть однозначно сопоставлен с эталоном) или учителем (если в тесте есть открытые вопросы).

2. Содержание учебного предмета, курса

Распределение учебного времени на прохождение программного материала по физической культуре в 6 классе

№ п/п	Вид программного материала	Количество часов (уроков)
1	**Базовая часть**	75
1.1	Основе знаний о физической культуре	в процессе урока
1.2	Спортивные игры (волейбол)	18
1.3	Гимнастика с элементами акробатики	18
1.4	Легкая атлетика	21
1.5	Кроссовая подготовка	18
2	**Вариативная часть**	27
2.1	Баскетбол	27
	Итого	102

Основы знаний о физической культуре, умения и навыки, приемы закаливания, способы саморегуляции и самоконтроля

Естественные основы

Влияние возрастных особенностей организма и его двигательной функции на физическое развитие и физическую подготовленность школьников.

Защитные свойства организма и профилактика средствами физической культуры.

Социально-психологические основы

Решение задач игровой и соревновательной деятельности с помощью двигательных действий. Гигиенические основы организации самостоятельных занятий физическими упражнениями, обеспечение их общеукрепляющей и оздоровительной направленности, предупреждение травматизма и оказание посильной помощи при травмах.

Анализ техники физических упражнений, их освоение и выполнение по показу. Ведение тетрадей самостоятельных занятий физическими упражнениями, контроля за функциональным состоянием организма.

Культурно-исторические основы

Основы истории возникновения и развития олимпийского движения, физической культуры и отечественного спорта.

Приемы закаливания

Воздушные ванны (теплые, прохладные, холодные). Солнечные ванны (правила, дозировка)

Волейбол

Терминология избранной игры. Правила и организация проведения соревнований. Техника безопасности при проведении соревнований и занятий. Подготовка места занятий. Помощь в судействе. Организация и проведение игр и игровых занятий.

Баскетбол

Терминология избранной игры. Правила и организация проведения соревнований. Техника безопасности при проведении соревнований и занятий. Подготовка места занятий. Помощь в судействе. Организация и проведение игр и игровых занятий.

Гимнастика

Значение гимнастических упражнений для сохранения правильной осанки, развитие силовых способностей и гибкости. Страховка во время занятий. Основы выполнения гимнастических упражнений.

Легкая атлетика

Терминология легкой атлетики. Правила и организация проведения соревнований по легкой атлетике. Техника безопасности при проведении соревнований и занятий. Подготовка места занятий. Помощь в судействе.

Кроссовая подготовка

Правила и организация проведения соревнований по кроссу. Техника безопасности при проведении соревнований и занятий. Подготовка места занятий. Помощь в судействе.

3. Поурочно-тематическое планирование

№ урока № урока в теме	Дата	Тема урока	Тип/ форма урока	Планируемые результаты обучения		Виды и формы контроля	Примечание
				предметные	Метапредметные (УУД)		
Легкая атлетика (11 час)							
1/1		Правила техники безопасности на уроках лёгкой атлетики на стадионе и в зале. Высокий старт (до 20-40м). Стартовый разгон. Бег по дистанции. Эстафетный бег.	УНЗ	Знать правила ТБ на уроках л/а. Выполнять технику спринтерского бега – стартовый разгон. Выполнять передачу палочки при встречной эстафете.	***Коммуникативные:*** обеспечивать бесконфликтную совместную работу, слушать и слышать друг друга. ***Регулятивные:*** планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе её выполнения. ***Познавательные:*** выполнять бег с высокого старта, технику беговых упражнений, встречные эстафеты.	ТК, Ф, К	
2/2		Спринтерский бег. Высокий старт (20 - 40 м), бег по дистанции, линейные эстафеты.	УРК	Выполнять технику спринтерского бега – стартовый разгон. Выполнять передачу палочки при линейной эстафете. Знать правила	***Коммуникативные:*** проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях. ***Регулятивные:*** адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. ***Познавательные:*** выполнять тестирования бега на 30 м с	СК, И, К	

		Тестирование бега на 30 м.		проведения тестирования бега на 30 м с высокого старта.	высокого старта, линейную эстафету.		
3/3		Спринтерский бег. Высокий старт (20-40 м), финиширование, линейные эстафеты. Тестирование челночного бега 3х10.	УРК	Выполнять технику спринтерского бега – стартовый разгон. Выполнять передачу палочки при линейной эстафете. Знать правила проведения тестирования челночного бега 3х10 м.	***Коммуникативные:*** представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. ***Регулятивные:*** проектировать новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. ***Познавательные:*** выполнять тестирование челночного бега 3х10 м, линейную эстафету, передавать палочку.	Тм, И, К	
4/4		Спринтерский бег. Высокий старт (30- до 50 м), финиширование, линейные эстафеты. Спец. беговые упр.	УНЗ	Знать правила проведения бега на 60 м с высокого старта, финиширование, эстафетный бег.	***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. ***Регулятивные:*** самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели. ***Познавательные:*** выполнять бег на 60 м с высокого старта, финиширование, эстафетный бег.	ПрК, Ф, К	
5/5		Спринтерский бег. Бег 60 м. на результат. Эстафеты. Развитие скоростных качеств.	УРК	Знать правила проведения тестирования бега на 60 м с высокого старта, эстафет.	***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. ***Регулятивные:*** самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели. ***Познавательные:*** выполнять тестирование бега на 60 м с высокого старта, эстафеты.	ТмК, И, К	
6/6		Прыжок в длину. Подбор разбега, отталкивание	УНЗ	Знать правила проведения прыжка в длину с разбега «способом согнув ноги».	***Коммуникативные:*** эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. ***Регулятивные:*** адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. ***Познавательные:*** прыжок в длину с разбега «способом согнув ноги».	ПрК, Ф, К	
7/7		Прыжок в длину. Тестирование прыжка в длину.	УРК	Знать правила проведения тестирования прыжка в длину с разбега«способом согнув ноги.	***Коммуникативные:*** эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. ***Регулятивные:*** контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель. ***Познавательные:*** выполнять тестирование прыжка в длину с	ТмК, И, К	

					разбега на результат.		
8/8		Метание малого мяча	УНЗ	Знать, как выполнять метание малого мяча в горизонтальную и в вертикальную цель, на дальность.	***Коммуникативные:*** добывать недостающую информацию с помощью вопросов, устанавливать рабочие отношения. ***Регулятивные:*** определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. ***Познавательные:*** выполнять метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную цель.	ПрК, Ф, К	
9/9		Метание малого мяча Тестирование метания малого мяча на дальность.	УРК	Знать правила проведения тестирования метания малого мяча на дальность, как выполнять метание мяча с разбега.	***Коммуникативные:*** добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. ***Регулятивные:*** адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель**.** ***Познавательные:*** проходить тестирование метания малого мяча на дальность с разбега.	ТмК, И, К	
10/10		Бег на средние дистанции.	УНЗ	Знать, как выполнять бег на средние дистанции, правила подвижной игры «Невод», круговой эстафеты.	***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. ***Регулятивные:*** адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель ***Познавательные:*** выполнять бег на средние дистанции, круговую эстафету, играть в подвижную игру «Невод».	ПрК, Ф, К	
11/11		Бег на средние дистанции. Тестирование бега на средние дистанции.	УРК	Знать правила проведения тестирования бега на средние дистанции, правила подвижной игры «Невод», круговой эстафеты.	***Коммуникативные:*** эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. ***Регулятивные:*** контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель. ***Познавательные :***выполнять тестирование бега на средние дистанции, круговую эстафету, играть в подвижную игру «Салки».	ТмК, И, К	
Кроссовая подготовка (9 часов)							
12/1		Кроссовый бег.	УНЗ	Знать технику выполнения длительного бега, технику преодоления препятствий, правила спортивной игры «Лапта».	***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. ***Регулятивные:*** видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель**.** ***Познавательные:*** бежать в равномерном темпе 12 мин, преодолевать препятствия, играть в спортивную игру «Лапта».	ПрК, Ф, К	
13/2		Кроссовый бег.	УСЗ	Знать технику выполнения	***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями	ПрК, Ф, К	

				длительного бега, технику преодоления препятствий, правила спортивной игры «Лапта».	коммуникации. ***Регулятивные:*** видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. ***Познавательные:*** бежать в равномерном темпе 13 мин, преодолевать препятствия, играть в спортивную игру «Лапта».		
14/3		Кроссовый бег.	УСЗ	Знать технику выполнения длительного бега, технику преодоления препятствий, правила спортивной игры «Лапта».	***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. ***Регулятивные:*** видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. ***Познавательные:*** бежать в равномерном темпе 14 мин, преодолевать препятствия, играть в спортивную игру «Лапта».	ПрК, Ф, К	
15/4		Кроссовый бег.	УСЗ	Знать технику выполнения длительного бега, технику преодоления препятствий, правила спортивной игры «Лапта».	***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. ***Регулятивные:*** видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. ***Познавательные:*** бежать в равномерном темпе 15 мин, преодолевать препятствия, играть в спортивную игру «Лапта».	ПрК, Ф, К	
16/5		Кроссовый бег.	УСЗ	Знать технику выполнения длительного бега, технику преодоления препятствий, правила спортивной игры «Лапта».	***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. ***Регулятивные:*** видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. ***Познавательные:*** бежать в равномерном темпе 16 мин, преодолевать препятствия, играть в спортивную игру «Лапта».	ПрК, Ф, К	
17/6		Кроссовый бег.	УР	Знать технику выполнения длительного бега, технику преодоления препятствий, правила спортивной игры «Лапта».	***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. ***Регулятивные:*** видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. ***Познавательные:*** бежать в равномерном темпе 17 мин, преодолевать препятствия, играть в спортивную игру «Лапта».	ПрК, Ф, К	
18/7		Кроссовый бег.	УР	Знать технику выполнения длительного бега, технику преодоления препятствий, правила спортивной игры	***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. ***Регулятивные:*** видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель**.** ***Познавательные:*** бежать в равномерном темпе 18 мин,	ПрК, Ф, К	

				«Лапта».	преодолевать препятствия, играть в спортивную игру «Лапта».		
19/8		Кроссовый бег.	УР	Знать технику выполнения длительного бега, технику преодоления препятствий, правила спортивной игры «Лапта».	***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. ***Регулятивные:*** видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. ***Познавательные:*** бежать в равномерном темпе 18 мин, преодолевать препятствия, играть в спортивную игру «Лапта».	ПрК, Ф, К	
20/9		Кроссовый бег. Тестирование кросса на 2000м.	УРК	Знать правила проведения тестирования кроссового бега, бежать кросс на время 2000м, правила спортивной игры «Лапта».	***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. ***Регулятивные:*** видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. ***Познавательные:*** выполнять бег 2000м на время, играть в спортивную игру «Лапта».	ТмК, И, К	
Гимнастика с элементами акробатики (18 часов)							
21/1		Висы. Строевые упражнения.	УНЗ	Знать, какие варианты висов существуют, как их выполнять, как выполнять различные виды перестроений, эстафеты.	***Коммуникативные:*** добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. ***Регулятивные:*** самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели. ***Познавательные:*** выполнять различные варианты висов, перестроений, эстафеты.	ПрК, Ф, К	
22/2		Висы. Строевые упражнения.	УСЗ	Знать, какие варианты висов существуют, как их выполнять, как выполнять различные виды перестроений, эстафеты.	***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. ***Регулятивные:*** видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. ***Познавательные:*** выполнять различные варианты висов, перестроений, эстафеты.	ПрК, Ф, К	
23/3		Висы. Строевые упражнения.	УСЗ	Знать, какие варианты висов существуют, как их выполнять, как выполнять различные виды перестроений, эстафеты.	***Коммуникативные:*** эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. ***Регулятивные:*** контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель. ***Познавательные:*** выполнять различные варианты висов, перестроений, эстафеты.	ПрК, Ф, К	
24/4		Висы.	УР	Знать, какие варианты	***Коммуникативные:*** представлять конкретное содержание и	ПрК, Ф,	

		Строевые упражнения.		висов существуют, как их выполнять, как выполнять различные виды перестроений, эстафеты.	сообщать его в устной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. ***Регулятивные:*** проектировать новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. ***Познавательные:*** выполнять различные варианты висов, перестроений, эстафеты.	К	
25/5		Висы. Строевые упражнения.	УР	Знать, какие варианты висов существуют, как их выполнять, как выполнять различные виды перестроений, эстафеты.	***Коммуникативные:*** эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. ***Регулятивные :***контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель. ***Познавательные:*** выполнять различные варианты висов, перестроений, эстафеты.	ПрК, Ф, К	
26/6		Висы. Строевые упражнения. Тестирование подтягивания в висе.	УРК	Знать правила проведения тестирования подтягивания в висе, эстафет.	***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. ***Регулятивные:*** адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель ***Познавательные:*** выполнять тестирование подтягивания в висе, перестроения, эстафеты.	ТмК, И, К	
27/7		Опорный прыжок	УНЗ	Знать технику выполнения опорного прыжка, упражнений на гимнастической скамейке, эстафет.	***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. ***Регулятивные:*** определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, сохранять заданную цель. ***Познавательные:*** выполнять опорный прыжок, упражнения на скамейке, эстафеты.	ПрК, Ф, К	
28/8		Опорный прыжок	УСЗ	Знать технику выполнения опорного прыжка, упражнений на гимнастической скамейке, эстафет.	***Коммуникативные:*** эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. ***Регулятивные:*** контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель. ***Познавательные:*** выполнять опорный прыжок, упражнения на скамейке, эстафеты.	ПрК, Ф, К	
29/9		Опорный прыжок	УСЗ	Знать технику выполнения опорного прыжка, упражнений на гимнастической	***Коммуникативные:*** представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. ***Регулятивные:*** проектировать новый уровень отношения к	ПрК, Ф, К	

				скамейке, эстафет.	самому себе как субъекту деятельности. ***Познавательные:*** выполнять опорный прыжок, упражнения на скамейке, эстафеты.		
30/10		Опорный прыжок	УР	Знать технику выполнения опорного прыжка, упражнений на гимнастической скамейке, эстафет.	***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. ***Регулятивные:*** видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. ***Познавательные:*** выполнять опорный прыжок, упражнения на скамейке, эстафеты.	ПрК, Ф, К	
31/11		Опорный прыжок	УР	Знать технику выполнения опорного прыжка, упражнений на гимнастической скамейке, эстафет.	***Коммуникативные:*** добывать недостающую информацию с помощью вопросов, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. ***Регулятивные:*** самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели. ***Познавательные:*** выполнять опорный прыжок, упражнения на скамейке, эстафеты.	ПрК, Ф, К	
32/12		Опорный прыжок. Тестирование опорного прыжка.	УРК	Знать технику тестирования опорного прыжка.	***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. ***Регулятивные:*** адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель ***Познавательные:*** выполнять тестирование опорного прыжка.	ТмК, И, К	
33/13		Акробатика. Кувырок вперед в стойку на лопатках (м), кувырок назад в полу-шпагат, «мост» из положения стоя без помощи (д). Лазание..	УНЗ	Знать технику выполнения кувырка вперед и назад, лазания по канату в три приема.	***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с условиями коммуникации. ***Регулятивные:*** самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию. ***Познавательные:*** выполнять кувырок вперед в стойку на лопатках, назад в полу-шпагат, «мост», лазание по канату в три приема.	ПрК, Ф, К	
34/14		Акробатика. Кувырок вперед в стойку на лопатках (м), кувырок назад в полу-шпагат,	УРК	Знать технику тестирования кувырка вперед и назад, технику лазания по канату в три приема.	***Коммуникативные:*** представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, устанавливать рабочие отношения. ***Регулятивные:*** адекватно оценивать свои действия и действия партнеров, видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого.	ТмК, И, К	

		«мост» из положения стоя без помощи (д)..			***Познавательные:*** выполнять кувырок вперед в стойку на лопатках, назад в полу-шпагат, «мост», лазание по канату в три приема.		
35/15		Акробатика. Кувырок вперед в стойку на лопатках (м), кувырок назад в полу-шпагат, «мост» из положения стоя без помощи (д). Лазание.	УНЗ	Знать технику выполнения двух кувырков вперед слитно, лазания по канату в три приема.	***Коммуникативные:*** эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. ***Регулятивные:*** осуществлять действие по образцу и заданному правилу. ***Познавательные:*** выполнять кувырок вперед в стойку на лопатках, назад в полу-шпагат, «мост», лазание по канату в три приема.	ПрК, Ф, К	
36/16		Акробатика. Кувырок вперед в стойку на лопатках (м), кувырок назад в полу-шпагат, «мост» из положения стоя без помощи (д). Лазание.	УРК	Знать технику тестирования двух кувырков вперед слитно, технику лазания по канату в три приема.	***Коммуникативные:*** представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, устанавливать рабочие отношения. ***Регулятивные:*** адекватно оценивать свои действия и действия партнеров, видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого. ***Познавательные:*** выполнять кувырок вперед в стойку на лопатках, назад в полу-шпагат, «мост», лазание по канату в три приема.	ТмК, И, К	
37/17		Акробатика. Комбинация из разученных элементов. Тестирование лазания по канату	УРК	Знать технику тестирования лазания по канату в три приема, комбинации из разученных элементов.	***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. ***Регулятивные:*** осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. ***Познавательные:*** выполнять тестирование лазания по канату в три приема, комбинации из разученных элементов.	ТмК, И, К	
38/18		Акробатика. Тестирование Комбинации из разученных элементов, лазание по канату	УРК	Знать технику тестирования комбинации из разученных элементов, технику лазания по канату в три приема.	***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. ***Регулятивные:*** осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. ***Познавательные:*** выполнять тестирование комбинации из	ТмК, И, К	

					разученных элементов, лазание по канату в три приема.		
Спортивные игры. Волейбол (18 часов)							
39/1		Т.Б. на уроках волейбола. Стойка игрока. Передвижения в стойке, передача мяча двумя руками сверху в парах. Эстафеты	УНЗ	Знать, как выполнять стойки и передвижение игрока, правила проведения эстафет с элементами волейбола, игру по упрощенным правилам.	***Коммуникативные:*** представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, слушать и слышать друг друга. ***Регулятивные:*** самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, сохранять заданную цель. ***Познавательные:*** выполнять стойки и передвижения игрока, передачу мяча двумя руками сверху в парах, эстафеты с элементами волейбола, играть по упрощенным правилам.	ПрК, Ф, К	
40/2		Передача мяча сверху двумя руками в парах через зону и над собой.	УНЗ	Знать, как выполнять передачу мяча сверху двумя руками в парах через зону и над собой, правила проведения эстафет с элементами волейбола, игру по упрощенным правилам.	***Коммуникативные:*** представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, устанавливать рабочие отношения. ***Регулятивные:*** адекватно оценивать свои действия и действия партнеров, видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого. ***Познавательные:*** выполнять передачу мяча сверху двумя руками в парах через зону и над собой, эстафеты с элементами волейбола, играть по упрощенным правилам.	ПрК, Ф, К	
41/3		Передача мяча двумя руками в парах через сетку. Прием мяча снизу двумя руками через сетку. Игровые задания на укороченной площадке.	УСЗ	Знать, как выполнять передачу мяча сверху двумя руками в парах через зону и над собой, правила проведения эстафет с элементами волейбола, игру по упрощенным правилам.	***Коммуникативные:*** представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. ***Регулятивные:*** контролировать свою деятельность по результату, осуществлять действие по образцу и заданному правилу. ***Познавательные:*** выполнять передачу мяча сверху двумя руками в парах через сетку, приём мяча снизу двумя руками в парах через сетку, эстафеты с элементами волейбола, играть по упрощенным правилам.	ПрК, Ф, К	
42/4		Передача мяча двумя руками в парах через сетку. Прием мяча снизу двумя руками через сетку. Тестирование передачи мяча сверху двумя руками.	УРК	Знать, как выполнять тестирование передачи мяча сверху двумя руками, правила проведения эстафет с элементами волейбола, игру по упрощенным правилам.	***Коммуникативные :***представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. ***Регулятивные:*** контролировать свою деятельность по результату, осуществлять действие по образцу и заданному правилу. ***Познавательные:*** выполнять передачу мяча сверху двумя руками в парах через сетку, приём мяча снизу двумя руками в парах через сетку, эстафеты с элементами волейбола, играть по упрощенным правилам.	ТмК, И, К	
43/5		Передача мяча	УНЗ	Знать, как выполнять	***Коммуникативные:*** слушать и слышать друг друга и	ПрК, Ф,	

		сверху двумя руками в парах, тройках через зону и в зоне, через сетку. Прием мяча снизу двумя руками.		прием мяча снизу двумя руками в парах в зоне и через зону, правила проведения эстафет с элементами волейбола, игру по упрощенным правилам.	учителя. ***Регулятивные:*** сохранять заданную цель, видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого. ***Познавательные:*** выполнять прием мяча снизу двумя руками в парах в зоне и через зону, передачу мяча сверху двумя руками в парах, тройках через зону и в зоне, через сетку, эстафеты с элементами волейбола, играть по упрощенным правилам.	К	
44/6		Прием мяча снизу двумя руками.	УСЗ	Знать, как выполнять прием мяча снизу двумя руками в парах в зоне и через зону, правила проведения эстафет с элементами волейбола, игру по упрощенным правилам.	***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. ***Регулятивные:*** осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. ***Познавательные:*** выполнять прием мяча снизу двумя руками в парах в зоне и через зону, эстафеты с элементами волейбола, играть по упрощенным правилам.	ПрК, Ф, К	
45/7		Прием мяча снизу двумя руками. Тестирование приема мяча снизу двумя руками.	УРК	Знать, как выполнять тестирование приема мяча снизу двумя руками, правила проведения эстафет с элементами волейбола, игру по упрощенным правилам.	***Коммуникативные:*** *с* достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. ***Регулятивные:*** определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, сохранять заданную цель. ***Познавательные:*** выполнять тестирование приема мяча снизу двумя руками, эстафеты с элементами волейбола, играть по упрощенным правилам.	ТмК, И, К	
46/8		Нижняя прямая подача мяча.	УНЗ	Знать, как выполнять нижнюю прямую подачу мяча, правила проведения эстафет с элементами волейбола, игру по упрощенным правилам.	***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. ***Регулятивные:*** осуществлять действие по образцу и заданному правилу, видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого. ***Познавательные:*** выполнять нижнюю прямую подачу мяча, эстафеты с элементами волейбола, играть по упрощенным правилам.	ПрК, Ф, К	
47/9		Нижняя прямая подача мяча. Приём подачи.	УСЗ	Знать, как выполнять нижнюю прямую подачу мяча, правила проведения эстафет с	***Коммуникативные:*** слушать и слышать друг друга и учителя, устанавливать рабочие отношения. ***Регулятивные:*** самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели.	ПрК, Ф, К	

				элементами волейбола, игру по упрощенным правилам.	***Познавательные:*** выполнять нижнюю прямую подачу, приём подачи, эстафеты с элементами волейбола, играть по упрощенным правилам.		
48/10		Нижняя прямая подача мяча. Приём подачи. Тестирование нижней прямой подачи мяча.	УРК	Знать, как выполнять тестирование нижней прямой подачи мяча, правила проведения эстафет с элементами волейбола, игру по упрощенным правилам.	***Коммуникативные:*** слушать и слышать друг друга и учителя, устанавливать рабочие отношения. ***Регулятивные:*** самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели. ***Познавательные:*** выполнять тестирование нижней прямой подачи, приём подачи, эстафеты с элементами волейбола, играть по упрощенным правилам.	ТмК, И, К	
49/11		Комбинации из разученных элементов.	УНЗ	Знать, как выполнять комбинации из разученных элементов, правила проведения эстафет с элементами волейбола, игру по упрощенным правилам.	***Коммуникативные:*** слушать и слышать друг друга и учителя, устанавливать рабочие отношения. ***Регулятивные:*** самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели. ***Познавательные:*** выполнять комбинации из разученных элементов, эстафеты с элементами волейбола, играть по упрощенным правилам.	ПрК, Ф, К	
50/12		Комбинации из разученных элементов в парах.	УСЗ	Знать, как выполнять комбинации из разученных элементов, правила проведения эстафет с элементами волейбола, игру по упрощенным правилам.	***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, ***Регулятивные:*** адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. ***Познавательные:*** выполнять комбинации из разученных элементов, эстафеты с элементами волейбола, играть по упрощенным правилам.	ТмК, И, К	
51/13		Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнёром. Тактика свободного нападения.	УСЗ	Знать как выполнять прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнёром, правила игры по упрощенным правилам, тактику свободного нападения.	***Коммуникативные:*** добывать недостающую информацию с помощью вопросов. ***Регулятивные:*** адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. ***Познавательные:*** выполнять прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнёром, играть в мини-волейбол по упрощенным правилам, использовать тактику свободного нападения в игре.	ТмК, Г, К	
52/14		Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнёром. Тактика	УСЗ	Знать как выполнять прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнёром, правила игры по упрощенным	***Коммуникативные:*** слушать и слышать друг друга и учителя, устанавливать рабочие отношения. ***Регулятивные :***самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели. ***Познавательные:*** выполнять прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнёром, играть в мини-волейбол по	ТмК, Г, К	

		свободного нападения.		правилам, тактику свободного нападения.	упрощенным правилам, использовать тактику свободного нападения в игре.		
53/15		Комбинации из разученных элементов. Передача мяча в парах двумя руками сверху через сетку.	УСЗ	Знать, как выполнять комбинации из разученных элементов, передачу мяча в парах двумя руками сверху через сетку, правила проведения эстафет с элементами волейбола, игру по упрощенным правилам.	***Коммуникативные:*** слушать и слышать друг друга и учителя, устанавливать рабочие отношения. ***Регулятивные:*** самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели. ***Познавательные:*** выполнять на практике изученные элементы, передачу мяча в парах двумя руками сверху через сетку, играть в мини-волейбол по упрощенным правилам, эстафеты с элементами волейбола.	ТмК, Г, К	
54/16		Приём мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. Тактика свободного нападения. Учебно-тренировочная игра.	УР	Знать правила приёма мяча снизу двумя руками над собой и на сетку, тактика игры по упрощенным правилам, правила проведения эстафет с элементами волейбола.	***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. ***Регулятивные:*** осуществлять действие по образцу и заданному правилу, видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого. ***Познавательные:*** выполнять на практике изученные элементы, играть в мини-волейбол по упрощенным правилам, эстафеты с элементами волейбола.	ТмК, Г, К	
55/17		Комбинации из разученных элементов. Учебно-тренировочная игра.	УР	Знать правила игры по упрощенным правилам, правила проведения эстафет с элементами волейбола.	***Коммуникативные:*** добывать недостающую информацию с помощью вопросов. ***Регулятивные:*** адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. ***Познавательные:*** выполнять на практике изученные элементы, играть в мини-волейбол по упрощенным правилам, эстафеты с элементами волейбола.	ТмК, Г, К	
56/18		Комбинации из разученных элементов. Учебно-тренировочная игра.	УР	Знать правила игры по упрощенным правилам, правила проведения эстафет с элементами волейбола.	***Коммуникативные:*** добывать недостающую информацию с помощью вопросов. ***Регулятивные:*** адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. ***Познавательные:*** выполнять на практике изученные элементы, играть в мини-волейбол по упрощенным правилам, эстафеты с элементами волейбола.	ТмК, Г, К	
Баскетбол (27 часов)							
57/1		Т.Б. на уроках баскетбола. Стойка и	УНЗ	Знать как выполнять стойки и перемещения игрока, ведение мяча в	***Коммуникативные:*** обеспечивать бесконфликтную совместную работу, добывать недостающую информацию с помощью вопросов.	ПрК, Ф, К	

		передвижение игрока. Ведение мяча в высокой стойке.		высокой стойке, правила игры в баскетбол, ТБ на уроках баскетбола.	***Регулятивные:*** видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. ***Познавательные:*** уметь выполнять стойки и перемещения игрока, ведение мяча в высокой стойке , играть в баскетбол.		
58/2		Ведение мяча в средней стойке. Ловля и передача мяча двумя руками от груды на месте и в движении.	УНЗ	Знать варианты бросков и ловли мяча в парах, правила игры в баскетбол, как выполнять ведение мяча в высокой стойке	***Коммуникативные:*** слушать и слышать друг друга, управлять поведением партнера(контроль, коррекция, умение убеждать). ***Регулятивные:*** контролировать свою деятельность по результату, видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого. ***Познавательные:*** уметь выполнять ведение мяча в средней стойке, ловлю и передачу мяча двумя руками от груди на месте и в движении.	ПрК, Ф, К	
59/3		Ведение мяча в низкой стойке . Ловля и передача мяча двумя руками от груды на месте и в движении.	УСЗ	Знать варианты бросков и ловли мяча в парах, правила игры в баскетбол, как выполнять ведение мяча в низкой стойке	***Коммуникативные:*** добывать недостающую информацию с помощью вопросов, управлять поведением партнера. ***Регулятивные:*** осознавать самого себя как движущую силу своего учения, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. ***Познавательные:*** уметь выполнять ведение мяча в низкой стойке на, ловлю и передачу мяча двумя руками от груди на месте и в движении	ПрК, Ф, К	
60/4		Ведение мяча в высокой стойке. Ловля и передача мяча двумя руками от груды на месте и в движении.	УР	Знать варианты бросков и ловли мяча в парах, как выполнять ведение мяча в высокой стойке, правила игры в баскетбол.	***Коммуникативные:*** добывать недостающую информацию с помощью вопросов, управлять поведением партнера. ***Регулятивные:*** осознавать самого себя как движущую силу своего учения, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. ***Познавательные:*** уметь выполнять ведение мяча в высокой стойке, ловлю и передачу мяча двумя руками от груди на месте и в движении	ПрК, Ф, К	
61/5		Тестирование ловли и передачи мяча двумя руками от груды на месте и в движении.	УРК	Знать, как выполнять тестирование ловли и передачи мяча двумя руками от груды на месте и в движении, правила игры в баскетбол.	***Коммуникативные:*** слушать и слышать друг друга, добывать недостающую информацию с помощью вопросов**.** ***Регулятивные:*** осознавать самого себя как движущую силу своего учения, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров. ***Познавательные:*** выполнять тестирование ловли и передачи мяча двумя руками от груды на месте и в движении, играть в баскетбол.	ТмК, И, К	
62/6		Ведение мяча в низкой, стойке с	УНЗ	Знать, какие варианты ведения существуют, как	***Коммуникативные:*** слушать и слышать друг друга и учителя, управлять поведением партнера.	ПрК, Ф, К	

		изменением направления и скорости, по прямой, Передача мяча одной рукой от плеча на месте.		выполнять передачу мяча одной рукой от плеча на месте, правила игры в баскетбол.	***Регулятивные:*** проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества. ***Познавательные:*** выполнять ведение мяча в различных стойках с изменением направления и скорости, передачу мяча одной рукой от плеча на месте, играть в баскетбол.		
63/7		Остановка двумя шагами, Ведение мяча с разной высотой отскока, Передача мяча модной рукой от плеча в движении.	УСЗ	Знать, какие варианты ведения существуют, как выполнять ведение мяча с разной высотой отскока, передачу мяча модной рукой от плеча в движении. правила игры в баскетбол.	***Коммуникативные:*** слушать и слышать друг друга и учителя, управлять поведением партнера. ***Регулятивные:*** проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества. ***Познавательные:*** выполнять ведение мяча с разной высотой отскока, передачу мяча модной рукой от плеча в движении.	ПрК, Ф, К	
64/8		Ведение мяча с разной высотой отскока, бросок мяча одной рукой от плеча движении после ловли.	УНЗ	Знать, вести мяч с изменением направления, правила игры в баскетбол.	***Коммуникативные:*** обеспечивать бесконфликтную совместную работу. ***Регулятивные:*** осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. ***Познавательные:*** вести мяч с изменением направления, играть в баскетбол.	ПрК, Ф, К	
65/9		Ведение мяча с разной высотой отскока, бросок мяча одной рукой от плеча движении после ловли.	УСЗ	Знать, вести мяч с изменением направления, правила игры в баскетбол.	***Коммуникативные:*** обеспечивать бесконфликтную совместную работу. ***Регулятивные:*** осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. ***Познавательные:*** вести мяч с изменением направления, играть в баскетбол.	ПрК, Ф, К	
66/10		Ведение мяча с изменением направления движения и скорости.	УНЗ	Знать, как выполнять различные варианты ведения мяча, правила игры в баскетбол.	***Коммуникативные:*** обеспечивать бесконфликтную совместную работу. ***Регулятивные:*** осознавать самого себя как движущую силу своего учения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции. ***Познавательные:*** выполнять ведение мяча различными способами, играть в баскетбол.	ПрК, Ф, К	
67/11		Ведение мяча с разной высотой отскока, бросок мяча одной рукой	УСЗ	Знать, как выполнять различные варианты ведения мяча, правила игры в баскетбол.	***Коммуникативные:*** обеспечивать бесконфликтную совместную работу. ***Регулятивные:*** осознавать самого себя как движущую силу своего учения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции.	ПрК, Ф, К	

		от плеча движении после ловли.			***Познавательные:*** выполнять ведение мяча различными способами, играть в баскетбол.		
68/12		Тестирование ведения мяча с изменением направления движения и скорости.	УРК	Знать, как выполнять тестирование ведения мяча с изменением направления движения и скорости, правила игры в баскетбол.	***Коммуникативные:*** обеспечивать бесконфликтную совместную работу. ***Регулятивные:*** осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. ***Познавательные:*** выполнять тестирование ведения мяча с изменением направления движения и скорости, играть в баскетбол.	ТмК, И, К	
69/13		Бросок мяча одной рукой от плеча движении после ловли. Передача мяча одной рукой от плеча в парах.	УНЗ	Знать, как выполнять бросок мяча одной рукой от плеча движении после ловли, передачу мяча одной рукой от плеча в парах.	***Коммуникативные:*** обеспечивать бесконфликтную совместную работу. ***Регулятивные:*** осуществлять действие по образцу и заданному правилу, сохранять заданную цель. ***Познавательные:*** выполнять бросок мяча одной рукой от плеча движении после ловли, передачу мяча одной рукой от плеча в парах.	ПрК, Ф, К	
70/14		Бросок мяча одной рукой от плеча движении после ведения мяча. Передача мяча двумя руками от головы в парах	УНЗ	Знать, как выполнять бросок мяча одной рукой от плеча движении после ведения мяча, передачу мяча двумя руками от головы в парах	***Коммуникативные:*** устанавливать рабочие отношения, уметь работать в группе. ***Регулятивные:*** контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель. ***Познавательные:*** выполнять бросок мяча одной рукой от плеча движении после ведения мяча, передачу мяча двумя руками от головы в парах, играть в баскетбол.	ПрК, Ф, К	
71/15		Бросок мяча одной рукой от плеча движении после ведения мяча. Передача мяча двумя руками от головы в парах.	УСЗ	Знать, как выполнять броски в кольцо одной рукой в движении после ведения, передачу мяча двумя руками от головы в парах, правила игры в баскетбол.	***Коммуникативные:*** эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, устанавливать рабочие отношения. ***Регулятивные :***адекватно оценивать свои действия и действия партнеров, сохранять заданную цель. ***Познавательные:*** выполнять броски в кольцо одной рукой в движении после ловли мяча, передачу мяча двумя руками от головы в парах, играть в баскетбол.	ПрК, Ф, К	
72/16		Бросок мяча одной рукой от плеча движении после ведения мяча. Передача мяча двумя	УРК	Знать, как выполнять тестирование бросков в кольцо одной рукой в движении после ловли мяча, правила игры в баскетбол.	***Коммуникативные:*** *с* достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. ***Регулятивные:*** контролировать свою деятельность по результату, адекватно оценивать свои действия и действия партнеров.	ТмК, И, К	

		руками от головы в парах Тестирование броска мяча.			***Познавательные:*** выполнять тестирование бросков в кольцо одной рукой в движении после ловли мяча, играть в баскетбол.		
73/17		Перехват мяча. Бросок мяча одной рукой от плеча движении после ведения мяча.	УНЗ	Знать технику перехвата мяча, броска мяча одной рукой от плеча движении после ведения мяча. правила игры в баскетбол.	***Коммуникативные:*** устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. ***Регулятивные:*** осознавать самого себя как движущую силу своего учения ***Познавательные:*** технически правильно перехватывать мяч, выполнять броска мяча одной рукой от плеча движении после ведения мяча, играть в баскетбол.	ПрК, Ф, К	
74/18		Перехват мяча. Бросок мяча одной рукой от плеча после остановки.	УНЗ	Знать технику перехвата мяча, броска мяча одной рукой от плеча после остановки правила игры в баскетбол.	***Коммуникативные:*** устанавливать рабочие отношения, управлять поведением партнера. ***Регулятивные:*** осуществлять действие по образцу и заданному правилу, контролировать свою деятельность по результату. ***Познавательные:*** выполнять перехвата мяча, бросок мяча одной рукой от плеча после остановки.	ПрК, Ф, К	
75/19		Перехват мяча. Бросок мяча одной рукой от плеча после остановки. Передача мяча в двумя руками от груди в тройках в движении.	УСЗ	Знать технику перехвата мяча, броска мяча одной рукой от плеча после остановки правила игры в баскетбол.	***Коммуникативные:*** слушать и слышать друг друга и учителя, устанавливать рабочие отношения. ***Регулятивные:*** сотрудничать в совместном решении задач. ***Познавательные:*** выполнять перехвата мяча, бросок мяча одной рукой от плеча после остановки, передачу мяча в двумя руками от груди в тройках в движении.	ПрК, Ф, К	
76/20		Комбинация из освоенных элементов: ловля, передача, ведение, бросок. Позиционное нападение 5:0.	УР	Знать варианты выполнения освоенных элементов в баскетболе: ловля, передача, ведение, бросок, правила игры в баскетбол.	***Коммуникативные:*** устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. ***Регулятивные:*** осознавать самого себя как движущую силу своего учения. ***Познавательные:*** выполнять комбинацию из освоенных элементов, игровые действия в условиях учебной деятельности.	ПрК, Ф, К	
77/21		Тестирование комбинации из освоенных	УРК	Знать, как выполнять тестирование комбинации	***Коммуникативные:*** устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации.	ТмК, И, К	

		элементов.		из освоенных элементов, правила игры в баскетбол.	***Регулятивные:*** осознавать самого себя как движущую силу своего учения. ***Познавательные:*** выполнять тестирование комбинации из освоенных элементов, играть в баскетбол.		
78/22		Передачи мяча в тройках в движении со сменой мест. Позиционное нападение через заслон.	УСЗ	Знать как выполнять передачи мяча в тройках в движении со сменой мест, позиционное нападение через заслон.	***Коммуникативные:*** устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. ***Регулятивные:*** осознавать самого себя как движущую силу своего учения. ***Познавательные:*** выполнять на практике изученные элементы, игровые действия в условиях учебной деятельности, играть в баскетбол.	ТмК, Г, К	
79/23		Передачи мяча в тройках в движении со сменой мест. Позиционное нападение через заслон.	УСЗ	Знать как выполнять позиционное нападение через заслон, правила игры в баскетбол по упрощенным правилам.	***Коммуникативные:*** устанавливать рабочие отношения, эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. ***Регулятивные:*** осознавать самого себя как движущую силу своего учения. ***Познавательные:*** выполнять на практике изученные элементы, использовать нападение через заслон в игре, играть в баскетбол.	ТмК, Г, К	
80/24		Передачи мяча в тройках в движении со сменой мест. Позиционное нападение через заслон.	УСЗ	Знать как выполнять позиционное нападение через заслон, правила игры в баскетбол по упрощенным правилам.	***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. ***Регулятивные:*** адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, адекватно оценивать свои действия и действия партнера. ***Познавательные:*** выполнять на практике изученные элементы, использовать нападение через заслон в игре, играть в баскетбол.	ТмК, Г, К	
81/25		Нападение быстрым прорывом 2:1. Развитие координационных способностей.	УР	Знать как выполнять нападение быстрым прорывом 2:1, с помощью каких средств можно развивать координационные способности. Знать правила игры в баскетбол по упрощенным правилам.	***Коммуникативные:*** слушать и слышать друг друга, находить общее решение практической задачи, уважать иное мнение. ***Регулятивные:*** самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию. ***Познавательные:*** выполнять на практике изученные элементы, использовать в игре нападение быстрым прорывом, играть в баскетбол.	ТмК, Г, К	

82/26		Нападение быстрым прорывом 2:1. Развитие координационных способностей.	УР	Знать как выполнять нападение быстрым прорывом 2:1, с помощью каких средств можно развивать координационные способности. Знать правила игры в баскетбол по упрощенным правилам.	***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. ***Регулятивные:*** адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, адекватно оценивать свои действия и действия партнера. ***Познавательные:*** выполнять на практике изученные элементы, использовать в игре нападение быстрым прорывом, играть в баскетбол	ТмК, Г, К	
83/27		Нападение быстрым прорывом 2:1. Развитие координационных способностей.	УР	Знать как выполнять нападение быстрым прорывом 2:1, с помощью каких средств можно развивать координационные способности. Знать правила игры в баскетбол по упрощенным правилам.	***Коммуникативные:*** слушать и слышать друг друга, находить общее решение практической задачи, уважать иное мнение. ***Регулятивные:*** самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию. ***Познавательные:*** выполнять на практике изученные элементы, использовать в игре нападение быстрым прорывом, играть в баскетбол	ТмК, Г, К	
Кроссовая подготовка (9 часов)							
84/10		Кроссовый бег.	УНЗ	Знать технику выполнения длительного бега, преодоления препятствий, правила спортивной игры «Лапта».	***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. ***Регулятивные:*** видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель**.** ***Познавательные:*** бежать в равномерном темпе 12 мин, играть в спортивную игру «Лапта».	ПрК, Ф, К	
85/11		Кроссовый бег.	УСЗ	Знать технику выполнения длительного бега, преодоления препятствий, правила спортивной игры «Лапта».	***Коммуникативные :***с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. ***Регулятивные:*** видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. ***Познавательные:*** бежать в равномерном темпе 13 мин, играть в спортивную игру «Лапта».	ПрК, Ф, К	
86/12		Кроссовый бег.	УСЗ	Знать технику выполнения длительного бега, преодоления	***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. ***Регулятивные:*** видеть ошибку и исправлять ее по указанию	ПрК, Ф, К	

				препятствий, правила спортивной игры «Лапта».	взрослого, сохранять заданную цель. ***Познавательные:*** бежать в равномерном темпе 14 мин, играть в спортивную игру «Лапта».		
87/13		Кроссовый бег.	УСЗ	Знать технику выполнения длительного бега, преодоления препятствий, правила спортивной игры «Лапта».	***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. ***Регулятивные:*** видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. ***Познавательные:*** бежать в равномерном темпе 15 мин, играть в спортивную игру «Лапта».	ПрК, Ф, К	
88/14		Кроссовый бег.	УР	Знать технику выполнения длительного бега, преодоления препятствий, правила спортивной игры «Лапта».	***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. ***Регулятивные:*** видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. ***Познавательные:*** бежать в равномерном темпе 16 мин, играть в спортивную игру «Лапта».	ПрК, Ф, К	
89/15		Кроссовый бег.	УР	Знать технику выполнения длительного бега, преодоления препятствий, правила спортивной игры «Лапта».	***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. ***Регулятивные:*** видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. ***Познавательные:*** бежать в равномерном темпе 17 мин, играть в спортивную игру «Лапта».	ПрК, Ф, К	
90/16		Кроссовый бег.	УР	Знать технику выполнения длительного бега, преодоления препятствий, правила спортивной игры «Лапта».	***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. ***Регулятивные:*** видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель**.** ***Познавательные:*** бежать в равномерном темпе 18 мин, играть в спортивную игру «Лапта».	ПрК, Ф, К	
91/17		Кроссовый бег.	УР	Знать технику выполнения длительного бега, преодоления препятствий, правила спортивной игры «Лапта».	***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. ***Регулятивные:*** видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. ***Познавательные:*** бежать в равномерном темпе 19 мин, играть в спортивную игру «Лапта».	ПрК, Ф, К	
92/18		Кроссовый бег.	УРК	Знать правила	***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью	ТмК, И,	

		Тестирование кросса на 2000м.		проведения тестирования кроссового бега, бежать кросс на время 2000м спортивной игры «Лапта».	выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. ***Регулятивные:*** видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. ***Познавательные:*** выполнять бег 2000м на время, играть в спортивную игру «Лапта».	К	
Легкая атлетика (10 часов)							
93/12		Бег с ускорением. Тестирование бег 30м.	УРК	Знать правила проведения тестирования бега на 30м с высокого старта, старты из различных исходных положений.	***Коммуникативные:*** обеспечивать бесконфликтную совместную работу, слушать и слышать друг друга. ***Регулятивные:*** адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. ***Познавательные:*** проходить тестирование бега на 30 м с высокого старта, выполнять старты из различных исходных положений.	ПрК, Ф, К	
94/13		Тестирование челночного бега 3х10м.	УРК	Знать правила проведения тестирования челночного бега 3х10 м, старты из различных исходных положений.	***Коммуникативные:*** представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. ***Регулятивные:*** проектировать новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. ***Познавательные:*** проходить тестирование челночного бега 3х10 м, выполнять старты из различных исходных положений.	ТмК, И, К	
95/14		Бег на 60 м	УНЗ	Знать правила проведения бега на 60м с высокого старта, встречной эстафеты.	***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. ***Регулятивные:*** самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели. ***Познавательные:*** выполнять бег на 60м с высокого старта, встречные эстафеты.	ПрК, Ф, К	
96/15		Тестирование бег 60м.	УРК	Знать правила проведения тестирования бега на 60м с высокого старта, встречной эстафеты.	***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. ***Регулятивные:*** самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели. ***Познавательные:*** выполнять тестирование бега на 60м с высокого старта, встречные эстафеты.	ТмК, И, К	
97/16		Прыжок в длину с разбега	УНЗ	Знать правила проведения прыжка в длину с разбега, линейной эстафеты.	***Коммуникативные:*** эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. ***Регулятивные:*** адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель.	ПрК, Ф, К	

					Познавательные: выполнять прыжок в длину с разбега, линейные эстафеты.		
98/17		Прыжок в длину с разбега	УСЗ	Знать правила проведения прыжка в длину с разбега, эстафет по кругу.	***Коммуникативные :***эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. ***Регулятивные:*** адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. ***Познавательные:*** выполнять прыжок в длину с разбега, эстафеты по кругу.	ПрК, Ф, К	
99/18		Тестирование прыжков в длину с разбега.	УРК	Знать технику тестирования прыжка в длину с разбега, эстафет по кругу.	***Коммуникативные:*** эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. ***Регулятивные:*** контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель. ***Познавательные:*** выполнять тестирование прыжков в длину с разбега, эстафеты по кругу.	ТмК, И, К	
100/ 19		Метание малого мяча на дальность.	УНЗ	Знать правила проведения метания мяча на дальность, как выполнять метание мяча с разбега.	***Коммуникативные:*** добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. ***Регулятивные:*** адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. ***Познавательные:*** выполнять метание малого мяча на дальность.	ПрК, Ф, К	
101/ 20		Метание малого мяча на дальность.	УСЗ	Знать правила проведения метания мяча на дальность, как выполнять метание мяча с разбега.	***Коммуникативные:*** добывать недостающую информацию с помощью вопросов, слушать и слышать друг друга и учителя. ***Регулятивные:*** адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. ***Познавательные:*** выполнять метание малого мяча на дальность.	ПрК, Ф, К	
102/ 21		Тестирование метания малого мяча на дальность.	УРК	Знать правила проведения тестирования метания мяча на дальность, как выполнять метание мяча с разбега, подвижных игр.	***Коммуникативные:*** с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. ***Регулятивные:*** адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель ***Познавательные:*** выполнять тестирование метания малого мяча на дальность, играть в подвижные игры.	ТмК, И, К	

Условные обозначения

1. Контроль

Виды контроля	Формы контроля	Методы контроля
СК – стартовый	**И** - индивидуальный	**П** - письменный
ТК – текущий	**Г** - групповой	**У** - устный
ПрК – промежуточный	**Ф** - фронтальный	**К** - комбинированный
ТмК– тематический	**СО** - самооценка	**Э** - электронный
ПА – промежуточная аттестация	**ВО** - взаимооценка	

2. Типы уроков

УНЗ - Урок открытия новых знаний, обретения новых умений и навыков

УР - Урок рефлексии

УСЗ - Урок систематизации знаний (общеметодологической направленности)

УРК - Урок развивающего контроля