министерство просвещения российской федерации

Министерство образования Кировской области

МКОУ ООШ д. Второй Ластик

Утверждено
Директор МКОУ ООШ д. Второй Ластик
Янактаев А.В.
Приказ №
от «»2022г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

(ID 4659494)

учебного предмета

«Физическая культура» для 8 класса основного общего образования

на 2022-2023 учебный год

Составитель: Чирков Алексей Аркадьевич

учитель физической культуры

д. Второй Ластик 2022 г.

Пояснительная записка

Данная рабочая программа разработана в соответствии с основными положениями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования второго поколения, с учетом Примерной программы по учебному предмету «Физическая культура» для 5-9 классов с опорой на Федеральный перечень учебников, допущенных к использованию в образовательном процессе.

Формирование личности, готовой к активной творческой самореализации в пространстве общечеловеческой культуры, — главная цель развития отечественной системы школьного образования. Как следствие, каждая образовательная область Базисного учебного плана ориентируется на достижение этой главной цели.

Цель учебного предмета «Физическая культура» в основной школе — формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха. 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.

Задачи обучения:

- укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма;
- формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими действиями и приемами базовых видов спорта;
- освоение знаний о физической культуре и спорте, их истории и современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни;
- обучение навыкам и умениям в физкультурно- оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями;
- воспитание положительных качеств личности, формирование норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в учебной и соревновательной деятельности.

На уроках физической культуры в 8 классе решаются основные задачи, стоящие перед школьной системой физического воспитания. Вместе с тем особенностью урочных занятий в этом классе является углубленное обучение базовым двигательным действиям, включая технику основных видов спорта (лег кая атлетика, гимнастика, спортивные игры, лыжная подготовка, плавание и элементы единоборств). Углубляются знания о личной гигиене, о влиянии занятий физическими упражнениями на основные системы организма (дыхание, кровообращение, ЦНС, обмен веществ), на развитие волевых и нравственных качеств. На уроках физической культуры учащиеся 8 классов получают представление о физической культуре личности, ее взаимосвязи с основами здорового образа жизни, овладевают знаниями о методике самостоятельной тренировки. Во время изучения конкретных разделов программы пополняются представления об основных видах спорта, соревнованиях, снарядах и инвентаре, правилах техники безопасности и оказания первой помощи при травмах.

Одна из главнейших задач уроков - обеспечение дальнейшего всестороннего развития координационных (ориентирование в пространстве, быстрота перестроения двигательных действий, быстрота и точность двигательных реакций, согласование движений, ритм, равновесие, точность воспроизведения и дифференцирования силовых, временных и пространственных параметров движений) и кондиционных (скоростносиловых, скоростных, выносливости, силы, гибкости) способностей, а также сочетание этих способностей.

Большое значение в этом возрасте придается решению воспитательных задач: выработке привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями и избранными видами спорта в свободное время, воспитанию ценностных ориентаций на здоровый образ жизни.

Ориентируясь на решение задач образования школьников, учебный предмет «Физическая культура» в своем предметном содержании направлен на:

- реализацию принципа вариативности, который лежит в основе планирования учебного материала в соответствии с половозрастными особенностями учащихся, материальнотехнической оснащенностью учебного процесса (спортивный зал, спортивные пришкольные площадки, стадион и т. д.), региональными климатическими условиями и видом учебной организации (городские, малокомплектные и т. д.);
- реализацию принципа достаточности и сообразностии определяющего распределение учебного материала в конструкции основных компонентов двигательной (физкультурной) деятельности, особенностей формирования познавательной и предметной активности учащихся;
- соблюдение дидактических правил *от известного к неизвестному* и *от простого к сложному*, которые лежат в основе планирования учебного содержания в логике поэтапного его освоения, перевода учебных знаний в практические навыки и умения, в том числе и в самостоятельной деятельности;
- расширение межпредметных связей, ориентирующих учителя во время планирования учебного материала на решение задачи формирования целостного мировоззрения учащихся, установление взаимосвязи и взаимообусловленности изучаемых явлений и процессов;
- усиление оздоровительного эффекта, достигаемого в ходе активного использования школьниками освоенных знаний, способов и физических упражнений в физкультурно-

оздоровительных мероприятиях, при составлении эффективного режима дня, самостоятельных занятиях физическими упражнениями.

Вклад предмета «Физическая культура» в решение основных педагогических задач в системе основного общего образования заключается в направленном воспитании творческих, компетентных и успешных граждан России, способных к активной самореализации в личной, общественной, а в дальнейшем и в профессиональной деятельности. В результате обучения у учащихся основной школы укрепляется не только здоровье, но и формируются общие и специфические учебные умения, способы познавательной и предметной деятельности, которые помогают в реализации поставленных задач.

Общая характеристика предмета

Для учащихся 8 класса основными формами организации образовательного процесса по предмету служат:

- уроки физической культуры;
- физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня, спортивные соревнования и праздники, занятия в спортивных секциях и кружках;
- самостоятельные занятия физическими упражнениями (домашние занятия).

Для проведения современного урока по физической культуре необходимо, чтобы учитель владел принципами дифференцированного и индивидуального подхода к учащимся в зависимости от состояния здоровья, пола, физического развития, двигательной подготовленности, особенностей развития психических свойств и качеств. В основной школе уроки физической культуры делятся на:

уроки с образовательно-познавательной направленностью (знакомство учащихся со способами и правилами организации самостоятельных занятий, обучение навыкам и умениям по организации и проведению этих занятий);

уроки с образовательно-обучающей направленностью

(обучение практическому материалу из всех тематических разделов, освоение новых знаний, которые касаются предмета обучения);

уроки с образовательно-тренировочной направленностью (для развития физических качеств и решения поставленных задач, определение динамики физической нагрузки, обучение способам регулирования физической нагрузки и способам контроля над ее величиной).

Структура и содержание учебного предмета задаются в программе в конструкции двигательной деятельности с выделением соответствующих учебных разделов: «Знания о физической культуре», «Способы двигательной деятельности» и «Физическое совершенствование». Каждый из этих разделов имеет собственные ценностные ориентиры, определяющиеся основами содержания предмета «Физическая культура».

Раздел «Знания о физической культуре» соответствует основным представлениям о развитии познавательной активности человека и включает в себя такие учебные темы, как «История физической культуры и ее развитие в современном обществе», «Базовые понятия физической культуры» и «Физическая культура человека». Эти темы включают сведения о двигательных действиях и технической подготовке, двигательном умении и двигательном навыке, влиянии занятий физической культурой на формирование положительных качеств человека, организации досуга средствами физической культуры, оценке техники движений, о причинах появления ошибок в технике движений и способах их предупреждения, о ведении дневника самонаблюдения и оценке эффективности занятий физкультурно-оздоровительной деятельностью.

Раздел «Способы двигательной деятельностии» содержит задания, которые ориентированы на активное включение учащихся в самостоятельные формы занятий физической культурой. Этот раздел соотносится с разделом «Знания о физической культуре» и включает информацию об организации и проведении самостоятельных занятий по видам спорта с учетом индивидуальных способностей, физического развития и уровня подготовленности; соблюдение требований безопасности и гигиенических правил при подготовке мест занятий, выбора инвентаря, одежды для занятий спортом. Раздел содержит представления о структуре двигательной деятельности, отражающиеся в соответствующих способах ее организации, исполнения и контроля.

Раздел «Физическое совершенствование», наиболее значительный по объему учебного материала, ориентирован на гармоничное физическое развитие, всестороннюю физическую подготовку и укрепление здоровья школьников. Этот раздел включает в себя несколько тем: «Физкультурно-оздоровительная деятельность», «Спортивно-оздоровительная деятельность с общеразвивающей направленностью», «Прикладноориентированные упражнения» и «Упражнения общеразвивающей направленности».

Содержание программного материала уроков состоит в свою очередь из двух основных частей: базовой и вариативной. Освоение базовых основ физической культуры необходимо для каждого ученика. Базовый компонент составляет основу Государственного стандарта общеобразовательной подготовки в области физической культуры. Вариативная часть физической культуры строится с учетом индивидуальных способностей учащихся, местных особенностей работы школы, специализации учителя-предметника. Сохраняя определенную традиционность в изложении практического материала школьных программ, данная программа соотносит учебное содержание с содержанием базовых видов спорта, которые представлены в соответствующих тематических разделах:

- «Легкая атлетика».
- «Гимнастика с основами акробатики».
- «Спортивные игры».
- «Лыжная подготовка».

При этом каждый тематический раздел программы может включать дополнительно и подвижные игры, которые по своему содержанию и направленности согласуются с соответствующим видом спорта. Учителю физкультуры при проведении уроков необходимо помнить о дифференцированном и индивидуальном подходе к учащимся с учетом состояния их здоровья, пола, физического развития, двигательной подготовленности.

Место предмета в учебном плане

В соответствии с Федеральным планом курс «Физическая культура» изучается в 8 классе по 2 ч в неделю, общий объем учебного времени составляет 68 ч.

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного предмета

Здесь представлены итоговые результаты, которые должны демонстрировать школьники по завершении обучения в основной школе.

Требования к результатам изучения учебного предмета выполняют двоякую функцию. Они, с одной стороны, предназначены для оценки успешности овладения программным содержанием, а с другой стороны, устанавливают минимальное содержание образования, которое в обязательном порядке должно быть освоено каждым ребенком, оканчивающим основную школу.

Результаты освоения программного материала по предмету «Физическая культура» в основной школе оцениваются по трем базовым уровням, исходя из принципа «общее - частное - конкретное», и представлены соответственно личностными, метапредмет- ными и предметными результатами.

Личностные результаты:

1) в области познавательной культуры:

- владение знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности, о соответствии их возрастным и половым нормативам;
- владение знаниями об особенностях индивидуального здоровья и о функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний и перенапряжения средствами физической культуры;
- владение знаниями об основах организации и проведения занятий физической культурой оздоровительной и тренировочной направленности. составлении содержания занятий в соответствии с собственными задачами, индивидуальными особенностями физического развития и физической подготовленности.
- 2) в области нравственной культуры:
- способность управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой, игровой и соревновательной деятельности;
- способность активно вкпючаться в совместные физкультурно-оздоровительные и спортивные мероприятия, принимать участие в их организации и проведении;
- владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время совместных занятий физической культурой и спортом, разрешать спорные проблемы на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим.
- 3) в области трудовой культуры:
- умение планировать режим дня, обеспечивать оптимальное сочетание нагрузки и отдыха;
- умение проводить туристические пешие походы, готовить снаряжение, организовывать и благоустраивать места стоянок, соблюдать правила безопасности;
- умение содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование, спортивную одежду, осуществлять их подготовку к занятиям и спортивным соревнованиям.
- 4) в области эстетической культуры:
- красивая (правильная) осанка, умение ее длительно сохранять при разнообразных формах движения и передвижений;
- хорошее телосложение, желание поддерживать его в рамках принятых норм и представлений посредством занятий физической культурой;
- культура движения, умение передвигаться красиво, легко и непринужденно.
- 5) в области коммуникативной культуры:
- умение осуществлять поиск информации по вопросам развития современных оздоровительных систем; обобщать, анализировать и творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой;
- умение достаточно полно и точно формулировать цель и задачи совместных с другими детьми занятий физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельностью, излагать их содержание;

- умение оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, находить адекватные способы поведения и взаимодействия с партнерами во время учебной и игровой деятельности.
- 6) в области физической культуры:
- владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений (ходьба, бег, прыжки, лазанье и др.) различными способами, в различных изменяющихся внешних условиях;
- владение навыками выполнения разнообразных физических упражнений различной функциональной направленности, технических действий базовых видов спорта, а также применения их в игровой и соревновательной деятельности;
- умение максимально проявлять физические способности (качества) при выполнении тестовых упражнений по физической культуре.

Метапредметные результаты:

- умен ие характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- умение находить ошибки при выполнении учебных заданий, понимать способы их исправления;
- умение общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- осознание необходимости обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- умение организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- умение планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- умение анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- способность видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
- способность оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
- овладение способностью управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- умение технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметные результаты:

- умение планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;
- умение излагать факты истории развития физической культуры, характеризовать ее роль и значение в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью;
 - способность представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- умение измерять (познавать) индивидуальные показатели физического развития (длину и массу тела), развития основных физических качеств;
- способность оказывать посильную помошь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- умение организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- умение бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности;
- умение организовывать и проводить занятия физической культурой с разной целевой направленностью, подбирать для них физические упражнения и выполнять их с заданной дозировкой нагрузки;
- умение характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса, регулировать ее напряженность во время занятий по развитию физических качеств;
- развитие навыков взаимодействия со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- умение в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- умение подавать строевые команды, вести счет при выполнении общеразвивающих упражнений;
- умение находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
- умение выполнять акробатические и гимнастические комбинации на высоком техничном уровне, характеризовать признаки техничного исполнения;
- умение выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- умение применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

Содержание предмета «Физическая культура» Раздел «Знания о физической культуре» Всестороннее и гармоничное физическое развитие.

Спортивная подготовка.

Адаптивная и лечебная физическая культура.

Коррекция осанки и телосложения.

Восстановительный массаж.

Физическая культура в современном обществе.

Измерение функциональных резервов организма.

Оказание доврачебной помощи.

Влияние возрастных особенностей на физическое развитие и физическую подготовленность.

Роль опорно-двигательного аппарата в выполнении физических упражнений.

Значение нервной системы в управлении движениями и регуляции систем дыхания, кровообращения, энергообеспечения.

Психические процессы в обучении двигательным действиям.

Раздел «Способы двигательной (физкультурной) деятельности»

Организация и проведение самостоятельных занятий физической культурой. Подготовка к занятиям физической культурой. Планирование занятий физической культурой. Оценка эффективности занятий физической культурой. Самонаблюдение и самоконтроль. Оценка эффективности занятий физической культурно-оздоровительной деятельностью.

Раздел «Физическое совершенствование»

Физкультурно-оздоровительная деятельность.

Оздоровительные формы занятий в режиме учебного дня и учебной недели. Индивидуальные комплексы адаптивной и корригирующей физической культуры. Комплексы дыхательной гимнастики и гимнастики для глаз.

Спортивно-оздоровительная деятельность с общеразвивающей направленностью.

Гимнастика с основами акробатики.

- Организующие команды и приемы.
- Акробатические упражнения и комбинации на гимнастическом бревне (девушки), брусьях, гимнастической перекладине, параллельных и разновысоких брусьях.
- Стойка на голове и руках.
- Длинный кувырок с разбега (юноши).
- Кувырок назад в упор, стоя ноги врозь.
- «Мост» и поворот в упор, стоя на одном колене (девушки).
- Опорные прыжки опорный прыжок согнув ноги (юноши) и прыжок боком с поворотом на 90°.
- Висы и упоры.
- Развитие гибкости, координации движений, силы, выносливости.
- Лазанье по канату и гимнастической стенке.

Легкая атлетика.

- Беговые и прыжковые упражнения.
- Бег на длинные и короткие дистанции, эстафетный бег.
- Прыжки в длину с места, с разбега, в высоту с разбега.
- Метание малого мяча в вертикальную мишень, на дальность с разбега.
- Развитие выносливости, силы, быстроты, координации движений.

Лыжная подготовка.

• Техника передвижений на лыжах.

- Подъемы, спуски, повороты, торможения.
- Одновременный бесшажный ход.
- Одновременный одношажный ход (стартовый вариант).
- Коньковый ход.
- Торможение «плугом».
- Торможение боковым соскальзыванием.
- Техника перехода с одного лыжного хода на другой.

Спортивные игры.

Баскетбол. Основные приемы. Правила техники безопасности. Игра по правилам. Развитие быстроты, силы, выносливости, координации движений. **Волейбол**. Основные приемы. Правила техники безопасности. Игра по правилам. Развитие быстроты, силы, выносливости, координации движений. **Футбол**. Основные приемы. Правила техники безопасности. Игра по правилам. Развитие быстроты, силы, выносливости, координации движений.

Примерное распределение учебных часов по разделам программы Количество часов, отводимых на изучение каждой темы, приведено в таблице

Раздел программы	Количество
	часов
Знания о физической культуре	В процессе проведения
	уроков
Способы физкультурной деятельности	В процессе проведения
	уроков
Физическое совершенствование:	В процессе проведения
1. Физкультурно-оздоровительная деятельность	уроков
2. Спортивно-оздоровительная деятельность	
гимнастика с основами акробатики	14
легкая атлетика	18
лыжная подготовка	14
спортивные игры (волейбол, баскетбол, футбол,)	20
плавание	2
обшеразвивающие упражнения	В процессе проведения
оотеризываютие упражнения	уроков
Общее количество часов	68

Тематическое планирование (68 ч на весь учебный год по 2 ч в неделю)

Содержание курса	Тематическое планирование	Характеристика видов деятельности учащихся
	Знания о физической культуре (в проце	ссе уроков)
	Физическая культура (основные понятия) и физиче	ская культура человека
Двигательные действия и техническая подготовка	Что такое двигательные действия и техническая подготовка	Раскрывать понятия двигательные действия и техническая подготовка
Влияние занятий физической культурой на формирование положительных качеств личности человека	Влияние занятий физической культурой на формирование положительных качеств личности человека	Характеризовать волевые, моральные или нравственные качества. Раскрывать основные моменты, позволяющие формировать положительные качества личности человека
Всестороннее и гармоничное физическое развитие	Гармония. История происхождения этого понятия. Гармоничное физическое развитие	Раскрывать понятие <i>гармония</i> . Объяснять основные моменты, позволяющие формировать физически гармонично развитого человека
Спортивная под- готовка	Спортивная подготовка. Виды спортивной подготовки. Отличия физической, технической и психологической подготовки	Характеризовать различные виды спортивной подготовки. Объяснять основные моменты, позволяющие формировать понимание спортивной подготовки
Содержание курса	Тематическое планирование	Характеристика видов деятельности учащихся
Адаптивная и лечебная физическая культура	Адаптивная физкультура. Лечебная физкультура. Отличия адаптивной и лечебной физкультуры	Раскрывать понятия адаптивная и лечебная физическая культура. Объяснять основные моменты, которые с ними связаны
Коррекция осанки и телосложения	Осанка. Коррекция осанки. Телосложение	Раскрывать понятия <i>осанка, телосложение</i> . Объяснять основные моменты, позволяющие формировать правильную осанку
Восстановительный массаж	Массаж. Отличие восстановительного массажа от других видов массажа	Раскрывать понятие <i>массаж</i> . Объяснять основные моменты, характеризующие восстан о в и тел ын ы й м ассаж
Измерение функциональных резервов организма	Функциональные резервы. Оценка функциональных резервов	Раскрывать понятие <i>функциональные резервы</i> . Знать формулы, по которым можно высчитать свои функциональные возможности

особенностей на	Возраст 13-15 лет. Процессы, происходящие в организме в этот период времени. Влияние возрастных особенностей на развитие человека	Характеризовать возраст 13-15 лет. Объяснять изменения, происходящие в организме в этот период времени. Раскрывать понятие <i>типы подей</i> . Объяснять, чем отличается один тип от другого, что происходит в период полового созревания
_	Опорно-двигательный аппарат. Виды осанки. Роль опорно-двигательного аппарата в жизни человека	Раскрывать понятие <i>опорно-двигательный</i> аппарат. Объяснять основные моменты, связанные с ролью опорно-двигательного аппарата в выполнении физических упражнений
Психические процессы в обучении двигательным действиям	Психические процессы. Виды психических процессов	Раскрывать понятия психические процессы, внимание, ощущение, восприятие, память, мышление
	Способы двигательной (физкультурной) деятельно	
	Организация и проведение самостоятельных заняти	
Подготовка к за- нятиям физической культурой		• •
составление индивидуальных комплексов для утренней зарядки, разминки, физкул		о- оздоровител ьн ых занята й, определять последовательность их выполнения и дозировку
Планирование за- нятий физической культурой	Составление (совместно с учителем) плана занятий спортивной подготовкой с учетом индивидуальных показаний здоровья и физического развития, двигательной (технической) и физической подготовленности	Составлять планы самостоятельных занятий физической подготовкой, отбирать физические упражнения и определять их дозировку в соответствии с развиваемым физическим качеством, индивидуальными особенностями развития организма и уровнем его тренированности

Содержание курса	Тематическое планирование	Характеристика видов деятельности учащихся
Организация досуга средствами физической культуры	Организация досуга средствами физической культуры, характеристика занятий подвижными и спортивными играми, оздоровительным бегом и оздоровительной ходьбой, оздоровительными прогулками Оценка эффективности занятий физической	Проводить занятия оздоровительной ходьбой и оздоровительным бегом, подбирать режимы нагрузок оздоровительной направленности культурой
C		
Самонабл юден ие и самоконтроль	Самонаблюдение за индивидуальным физическим развитием по его основным показателям (длина и масса тела, окружность грудной клетки, показатели осанки). Самонаблюдение за индивидуальными показателями физической подготовленности (самостоятельное тестирование физических качеств). Самоконтроль за изменением частоты сердечных сокращений (пульса) во время занятий физическими упражнениями, определение режимов физической нагрузки	Выявлять особенности в приросте показателей физического развития в течение учебного года сравнивать их с возрастными стандартами Характеризовать величину нагрузки по показателю частоты сердечных сокращений регистрировать (измерять) ее
Оценка эффективности занятий физкультурно- оздоровительной деятельностью	Ведение дневника самонаблюдения: регистрация по учебным четвертям динамики показателей физического развития и физической подготовленности; содержание еженедельно обновляемых комплексов утренней зарядки и физкультминуток; содержание домашних занятий по развитию физических качеств. Наблюдение за динамикой показателей физической подготовленности с помощью тестовых упражнений	Тестировать развитие основных физических качеств и соотносить их с показателями физического развития, определять приросты этих показателей по учебным четвертям и соотносить их с содержанием и направленностью занятий физической культурой. Оформлять дневник самонаблюдения по основным разделам физкультурно-оздоровительной деятельности
способы выявления и устранения ошибок в	Простейший анализ и оценка техники осваиваемого упражнения по методу сличения его с эталонным образцом. Профилактика появления ошибок и способы их устранения	
	Физическое совершенствование (68	ч)
	Физкультурно-оздоровительная деятельность (в п	

	Оздоровительные формы занятий в режиме учебного дня и учебной недели	Комплексы упражнений у физкультминуток и физку зрительной гимнастики, у хранения осанки и талии. для развития физических	льтпауз. Комплексы пражнений для со- Комплексы упражнений	составлять из них соо подбирать дозировку соответствии с индиви особенностями развит состояния. Выполняти с различной оздорови	ельной направленностью и тветствующие комплексы, упражнений в идуальными гия и функционального ь упражнения и комплексы тельной направленностью, физической культурой, пь за физической
	Спо	ртивно-оздоровительная де)
	Акробатические упражнения и комбинации	Гимнастика с основами акробатики (да Акробатические комбинации, их специфические признаки и отличия от комплексов физических упражнений, стойка на голове и руках, кувырок назад в полу шпагат		Описывать технику упражнений, входящих в акробатическую комбинацию, анализировать правильность их выполнения, знать правила составления комбинации. Демонстрировать акробатическую комбинацию	
Содержание курса	Тематическое	планирование	Характеристика видов де	ятельности учащихся	
Опорный прыжок через гимнастического козла (ю ши - согнув ноги, девушк — ноги врозь)	но- для самостоятельного ос	а, подводящие упражнения воения опорного прыжка	Описывать технику опорного прыжка и анализировать правильность ее исполнени: Демонстрировать технику опорного прыжк		
	пражнения и комбинации а гимнастическом бревне (девушки) передвижения ходьбой шагами, прыжками; положком; наклоны вперед основной и широкой ст положением рук; стойка руки; полушпагат и рав (ласточка); танцевальнь соскоки (вперед, прогн сторону, с опорой о ги		Описывать технику уг настическом бревне в настические комбинации упражнений. Осва гимнастических упраз предупреждая появление правила безопасности. сверстникам в освоении н упражнений, уметь анали выявлять ошибки и акт	и составлять гим- из числа разученных нивать технику кнений на бревне, с ошибок и соблюдая Оказывать помощь новых гимнастических на числа в на	

Упражнения на высокой гимнастической перекладине (юноши) Упражнения на гимнастических брусьях (при наличии спортивного инвентаря): на параллельных (юноши); на разновысоких (девушки)	Техника выполнения гимнастической комбинации на высокой перекладине Техника выполнения гимнастической комбинации на брусьях	Описывать технику упражнений на гимнастической перекладине. Анализировать правильность ее выполнения, находить ошибки и способы их исправления. Демонстрировать технику выполнения гимнастической комбинации Описывать технику упражнений из гимнастической комбинации на гимнастических брусьях. Анализировать правильность выполнения, находить ошибки и способы их исправления
	Легкая атлетика (18 ч)	
Беговые упражнения	Беговые упражнения: бег на длинные, средние и короткие дистанции; ускорение с высокого старта; спринтерский бег; гладкий равномерный бег на учебные дистанции (протяженность дистанции регулируется учителем или учеником); эстафетный бег; беге преодолением препятствий; кроссовый бег	Описывать и демонстрировать технику выполнения беговых упражнений
Прыжковые упражнения	Прыжковые упражнения: прыжок в длину с места и с разбега способами «согнув ноги» и «прогнувшись»; прыжок в высоту с разбега способом «перешагивание»	Описыват ь и демонстрировать технику выполнения прыжковых упражнений. Анализировать правильность выполнения. Применять прыжковые упражнения для развития физических качеств, контролировать физическую нагрузку по частоте сердечных сокращений
Метание малого мяча	Метание малого мяча на точность в горизонтальную и вертикальную цели, на дальность	Описывать технику метания малого мяча на точность в горизонтальную и вертикальную цели, на дальность. Анализировать правильность ее выполнения, находить ошибки и способы их исправления
	Лыжная подготовка (14 ч)	,
Передвижения на лыжах	Техника передвижения на лыжах различными ходами, в том числе одновременным одношажным и бесшажным ходами, коньковым ходом	Описывать технику передвижения. Анализировать правильность ее выполнения, находить ошибки и способы их исправления

Содержание курса	Тематическое планирование	Характеристика видов деятельности учащихся
Повороты и тор- можение на лыжах	Техника торможения «упором». Техника торможения «плугом». Техника поворота «упором»	Описывать технику выполнения всех элементов. Анализировать правильность ее выполнения, находить ошибки и способы их исправления
	(20 4)	
Баскетбол	Положительное влияние занятий баскетболом на укрепление здоровья и развитие физических качеств человека.	Использовать игру как средство для активного отдыха. Выполнять все правила соревнований
игры	Техника поворотов на месте и в движении. Техника передачи мяча одной рукой от плеча, снизу, сбоку, с отскока от пола. Техника штрафного броска. Техника вырывания, вы- бивания и перехватов мяча. Техника передачи мяча при встречном движении. Техника брос-	Описывать технику выполнения баскетбольных элементов. Демонстрировать технику выполнения баскетбольных элементов. Использовать изученные элементы в процессе игры
Волейбол		Использовать игру как средство для активного отдыха. Выполнять все правила соревнований
игры	Техника нижней боковой подачи и верхней прямой подачи. Техника передачи мяча двумя руками над собой, за спину, в прыжке. Техника приема мяча снизу и с перекатом на спине. Техника приема и передачи мяча. Тактические действия, их цель и значение. Техника прямого нападающего удара. Техника передач мяча в прыжке. Техника	Описывать технику выполнения волейбольных элементов. Демонстрировать технику выполнения волейбольных элементов. Использовать изученные элементы в процессе игры
Футбол	Положительное влияние занятий футболом на укрепление здоровья и развитие физических качеств человека. Основные правила и	Использовать игру как средство для активного отдыха. Выполнять все правила соревнований
игры	Техника ведения мяча и передачи в разных направлениях. Техника удара по катящемуся мячу. Техника ударов внутренней стороной стопы. Техника ударов подъемом. Техника ударов серединой лба	Описывать технику выполнения футбольных элементов. Демонстрировать технику выполнения футбольных элементов. Использовать изученные элементы в процессе игры
Основные приемы игры	Техника передвижения с мячом. Техника бросков мяча по воротам. Техника передач мяча в движении. Техника броска мяча согнутой рукой сбоку, снизу, прямой рукой сверху, прямой рукой сбоку. Техника семиметрового штрафного броска. Персональная защита. Опека игрока с мячом	Описывать технику выполнения гандбольных элементов. Демонстрировать технику выполнения гандбольных элементов. Использовать изученные элементы в процессе игры

Плавание (2 ч.)		
Освоение техники плавания	Совершенствование техники плавания. Способы освобождения от захватов тонущего. Толкание и буксировка плавающего предмета. Способы транспортировки пострадавшего в воде	Описывают технику выполнения плавательных упражнений, осваивают её самостоятельно, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения. Применяют плавательные упражнения для развития соответствующих физических способностей. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения плавательных упражнений, соблюдают правила безопасности
Развитие выносливости	Совершенствование двигательных способностей и выносливости	Применяют разученные упражнения для развития выносливости
Развитие координационных способностей	Совершенствование координационных способностей	Применяют разученные упражнения для развития координационных способностей
Знания	Повторение пройденного материала	Раскрывают значение плавательных упражнений для укрепления здоровья и основных систем организма и для развития физических способностей. Соблюдают технику безопасности. Применяют разученные упражнения для организации самостоятельных тренировок. Раскрывают понятие техники выполнения плавательных упражнений, соблюдают правила соревнований, личную и общественную гигиену
Самостоятельные занятия		Используют разученные упражнения в самостоятельных занятиях при решении задач физической и технической подготовки. Осуществляют самоконтроль за физической нагрузкой во время этих занятий
Овладение организаторскими способностями	Помощь в подготовке места проведения занятий, инвентаря, в организации и проведении соревнований. Правила соревнований, правила судейства	Измеряют результаты, помогают их оценивать и проводить соревнования. Оказывают помощь в подготовке мест проведения занятий. Соблюдают правила соревнований
	Общеразвивающие упражнения	(в процессе уроков)
Общефизическая подготовка	Физические упражнения па развитие основны физических качеств: силы, быстроты, выносливости, гибкости, координации движений, ловкости	занятий физической подготовкой, составлять их

Планируемые результаты изучения предмета «Физическая культура»

Контрольные тесты и упражнения*

Низкий	Юноши	Высокий	Низкий	Девушки	Высокий
	Средний			Средний	
_					
17,5	17,0	16,5	20,2	19,2	18,2
16,8	16,2	15,7	19,5	18,5	17,5
310	370	410	260	310	360
330	380	430	290	330	370
105	120	130	95	105	115
110	125	130	100	110	115
17,50	16,50	16,00	13,40	12,30	11,00
16,50	16,10	15,20	12,50	11,30	10,20
	17,5 16,8 310 330 105 110	Средний 17,5 17,0 16,8 16,2 310 370 330 380 105 120 110 125 17,50 16,50	Средний 17,5 17,0 16,5 16,8 16,2 15,7 310 370 410 330 380 430 105 120 130 110 125 130 17,50 16,50 16,00	Средний 17,5 17,0 16,5 20,2 16,8 16,2 15,7 19,5 310 370 410 260 330 380 430 290 105 120 130 95 110 125 130 100 17,50 16,50 16,00 13,40	Средний Средний 17,5 17,0 16,5 20,2 19,2 16,8 16,2 15,7 19,5 18,5 310 370 410 260 310 330 380 430 290 330 105 120 130 95 105 110 125 130 100 110 17,50 16,50 16,00 13,40 12,30

Оценки		Юноши		Девушки			
Упражнения	Низкий	Средний	Высокий	Низкий	Средний	Высокий	
Метание малого мяча на дальность с разбега, м: 13-14 лет	28	37	42	17	21	27	
14-15 лет	32	40	45	18	23	28	
Метание малого мяча в горизонтальную цель, количество попаданий: 13-14 лет	1	2	3	1	2	3	
14-15 лет	2	3	4	2	3	4	
Метание малого мяча в вертикальную цель, количество попаданий: 13—14 лет	1	2	3	1	2	3	
14-15 лет	2	3	4	2	3	4	

^{*} Таблица дана по Методическим рекомендациям Ляха В.И. 8-9 класс 2014 г.

Примерный годовой план-график учебного процесса по физической культуре

				•	_		-			•
Разделы программы	Часы	I чет	верть	II чет	II четверть III четверть		Ь	IV че	гверть	
		сен тябрь	октябрь	ноябрь	декабрь	январь	февраль	март	апрель	май
Теоретические	Каждый	*	*	*	*	*	*	*	*	*
сведения	урок									
Легкая атлетика	18	1	-8						53	-62
Гимнастика	14			17	-30					
Спортивные игры	20		9-16					45-52	l .	63-66
Лыжная подготовка	14					31-	-44			
Плавание	2									2
ОФП	В процессе уроков	*	*	*	*	*	*	*	*	*
Мониторинг	В процессе уроков	*	*	*	*	*	*	*	*	*
Развитие двига- тельных качеств	Каждый урок	*	*	*	*	*	*	*	*	*

Примерный учебный план по физическому воспитанию (сетка часов)

Раздел программы						Классь	I				
	I	11	III	IV	VV	V VI I VII VIII				X	XI
Теоретические сведения, основы знаний					В про	цессе у	роков				
Легкая атлетика								18			
Гимнастика								14			
Подвижные игры	В процессе уроков										
Спортивные игры (в/б, б/б, ф/б)								20			
Лыжная подготовка								14			
Плавание								2			
Мониторинг					В про	цессе у	роков				
ОФП					В про	цессе у	роков				
Развитие двигательных качеств	В процессе уроков										
ИТОГО								68			

Поурочное планирование

63		[ата ения	Тема урока	Тип урока	Технологии	Решаемые проблемы	Виды деятельности (элементы содержания, контроль)	П	Планируемые результаты	T. 3/3/T
No Vnoka		факт						Предметные	Метапредметные УУД	Личные УУД
	план	факт	_	_					10	44
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
Раз	дел 2.	Легкая :	атлетика (8 ч)							
1			Организапионно-	Урок	Здоровьесбе-	Какие инструкции	Формирование у учащихся умений	Научиться соблю-	<i>Познавательные:</i> осознавать	Формирование поло-
			методические	OT	режения, диф-	по технике без-	построения и реализации новых	дать инструкции по	познавательную задачу;	жительного
			требования на	кры	ференцирован-	опасности необ-	знаний (понятий, способов дей-	технике без-	применять полученные знания	отношения к занятиям
			уроках физической	ВИТ	ного подхода в	ходимо соблюдать	ствий и т. д.): первичный		на практике; ориентироваться	
			культуры	нового	обучении,	на рабочем месте?	· -	физической	в своей системе знаний.	культурой; принятие и
				зна	развивающего	Какие инструкции	инструктаж по технике	культуры; выпол-	Коммуникативные:	освоение социальной
				кин	обучения,	_	безопасности на уроках	нять специальные		роли обучающегося;
					личностно		физкультуры, инструктаж по	· ·	, , ,	развитие навыков со-
					ориентирован-	обходимо соблю-	технике безопасности на занятиях		3 .43 .43	трудничества со
					ного обучения,	дать при занятиях	легкой атлетикой; разучивание	скоростные качества		сверстниками и
					информационно-	легкой атлетикой?	специальных беговых упражнений;	с помощью беговых	1.	взрослыми в разных
					коммуника-	Как развиваются	развитие скоростных качеств;		формулировать	социальных
					ционные	скоростные ка-	Ť * * * * * * * * * * * * * * * * * * *		познавательную цель; искать и	
						чества? Для чего	проектирование способов	*	1 -	культуры общения и
							выполнения домашнего задания	упражнений	информацию	взаимодействия в
						беговые				процессе занятий фи-
						упражнения?				зической культурой

			1					
2	Тестирование бега	Урок	Здоровье-	Какую беговую	Формирование у учащихся умений	-		Формирование ответ-
	на 100 м	разви	сбережения,	разминку необхо-	к осуществлению контрольных		учебно- познавательные	ственного отношения
		ваю	развивающего	димо проводить	функций: разучивание беговой		действия; ориентироваться в	к учению; формиро-
		щего	обучения, диф-	перед беговым те-			своей системе знаний; делать	вание нравственных
		кон	ференцирован-	стом? Как прово-		выполнять	обобщения и выводы.	чувств и
		троля	ного подхода в	дится тестирование	тестирования бега на 100 м;	подводящие	Коммуникативные:	нравственного
			обучении,	бега на 100 м?	разучивание подводящих	F •	представлять конкретное	поведения; умение
			поэтапного	Какие упражнения	1 7	-	содержание и сообщать его в	управлять своими эмо-
			формирования	для подготовки к	1	дистанции	устной форме; формировать	циями; формирование
			умственных	бегу на короткие	развития скоростных		навыки учебного	осознанного и ответ-
			действий, лич-	дистанции	способностей и скоростной		сотрудничества в ходе	ственного отношения
			ностно ориен-	существуют?	выносливости; проектирование		индивидуальной и групповой	к собственным
			тированного		способов выполнения домашнего		работы. Регулятивные:	поступкам
			обучения, са-		задания		осознавать самого себя как	
			модиагностики и				движущую силу своего научения, свою способность к	
			самокоррекции					
			результатов				преодолению препятствий и	
	-		2		*	**	самокоррекции	-
3	Бег на короткие	Урок	Здоровьесбс-	Какую разминку в	Формирование у учащихся	Научиться про-		Формирование осо-
	дистанции	pe	режения, диф-	движении необ-	способностей к рефлексии	водить разминку' в		знанного и ответствен-
		флек	ференцирован-	ходимо проводить	коррекционно-контрольного типа	движении; по-	стремиться их выполнить;	ного отношения к соб-
		сии	ного подхода в	перед беговыми	и реализация коррекционной	казывать технику	ориентироваться в своей	ственным поступкам,
			_	упражнениями? Как выполняется	нормы (фиксирования собственных затруднений в	бега на короткие	системе знаний; добывать новые знания.	умения владеть куль- гурой общения и взаи-
			личносгно ори- ентированного	техника старта с	деятельности): разучивание	дистанции; вы- полнять подводящие		модействия в процессе
			обучения, с са-	помощью стар-	беговой разминки в движении;	упражнения для		ванятий физическими
			моанализа и са-	товых колодок?	проверка выполнения домашнего	подготовки к бег>г	учителя; эффективно	упражнениями, во вре-
			мокоррекции	Какова техника	задания; повторение техники	на короткие		мя игр и соревнований
			результатов,	бега на короткие	низкого старта, техники бега на	дистанции; по-	способствовать продуктивной	
			педагогики со-	дистанции? Каковы	короткие дистанции; разучивание	казывать технику	кооперации; формировать	
			трудничества	правила проведения	футбольного игрового	низкого старта;	навыки работы в группе.	
				футбольного	упражнения; проектирование		Регулятивные: видеть	
				игрового	способов выполнения домашнего		указанную ошибку и	
				упражнения?	задания		исправлять ее по указанию	
							взрослого: осуществлять	
							действие по образцу и	
							заданному правилу; адекватно	
							оценивать свои действия и	
							действия партнеров	

4	Тестирование	У	Урок	Здоровьесбе-	Какую разминку в	Формирование у учащихся умений		Познавательные: выполнять	Формирование нрав-
	метания мяча н	a p	азви	режения, раз-	движении необ-	к осуществлению контрольных	водить разминку в	учебнопознавательные	ственных чувств и
	r 1	с в	ваю	вития навыков	ходимо проводить	функций: повторение разминки в	движении;	, , , , , , , , , , , , , , , , , , ,	нравственного пове-
	разбега	п	цего	обобщения и	перед тестиро-	движении; проверка выполнения	выполнять равно-	своей системе знаний; делать	дения; умение управ-
		К	ЮН	систематизации	ванием метания	домашнего задания; проведение	мерный гладкий бег	обобщения и выводы.	лять своими
		T	роля	знаний,	мяча на дальность с	тестирования метания мяча на	на средние	Коммуникативные:	эмоциями,
				дифференциро-	разбега? Как	дальность с разбега; оценка	дистанции; про-	представлять конкретное	доброжелательного
				ванного подхода	проводится тести-	уровня развития скоростно-	ходить тестирование	содержание и сообщать его в	отношения к
				в обучении,	рование метания	силовых способностей; совершен-	метания мяча на	устной форме; формировать	окружающим;
				личностно ори-	мяча на дальность с		дальность с разбега	навыки учебного	формирование
				ентированного	разбега? Каковы	дистанции; проектирование		сотрудничества в ходе	готовности и способ-
				обучения, са-	правила бега на	способов выполнения домашнего		индивидуальной и групповой	ности к саморазвитию
				модиагностики	средние дистанции?	задания		работы. Регулятивные:	и самообразованию на
				и самокоррек-				осознавать самого себя как	основе мотивации к
				ции результатов				движущую силу своего	обучению и познанию
								научения, свою способность к	
								преодолению препятствий и	
								самокоррекции	
5	Тестирование бега	а У	Урок	Злоровьесбе-	Какую разминку на	Формирование у учащихся умений	Научиться проводить	Познавательные: выполнять	Формирование нрав-
	на 2000 и 3000 м	p	азви	режения, раз-	гибкость не-	к осуществлению контрольных	разминку на	учебнопознавательные	ственных чувств и
		В		вития навыков	обходимо прово-	функций: разучивание разминки	гибкость; выполнять	действия; ориентироваться в	нравственного пове-
		п	цего	обобщения и	дить перед бегом на	на гибкость; проверка выполнения	равномерный	своей системе знаний; делать	дения; умение управ-
		К	ЮН	систематизации	2000 и 3000 м? Как	домашнего задания; проведение	гладкий бег на	обобщения и выводы.	лять своими
		T]			проводится	тестирования бега на 2000 и 3000	заданную	Коммуникативные: понимать	эмоциями,
				цированного под-		м; опенка уровня развития	дистанцию; про-	мысли, чувства, стремления и	доброжелательного
				хода в обучении,	по бегу на длинные				ошения к окружаю-
				личностно	листанции?	техники равномерного бега;		внутренний мир в целом;	щим; формирование
				ориентированного	Как выполняется	проведение футбольных			готовности и способ-
					равномерный	подвижных игр; проектирование	футбольные		ности к саморазвитию
				самодиагностики	гладкий бег	способов выполнения домашнего	подвижные игры	лятивные: осознавать самого	и самообразованию на
1				и самокоррекции	на заданную	цания			основе мотивации к
				резуль	дистанцию? Какие				обучению и познанию
				татов	футбольные			способность к преодолению	
					подвижные игры			препятствий и	
					ществуют?			самокоррекции; определять	
								новый уровень отношения к	
								самому себе как субъект) ⁷	
								деятельности	

6		Тестирование прыжка в длину с разбега	Урок разви ваю щего кон троля	Здоровьесбережения, диф ференцирован ного подхода в обучении, педагогики со трудничества, личностно ориентирован ного обучения, информаци онно-комму никационные, самодиагности ки и самокоррекции резуль гов	Какую беговую разминку необхо димо проводить перед прыжками в длину с разбега? Какова техника прыжка в длину с разбега спосо бом «прогнув шись» и способом «согнув ноги»? Как проходит тестирование прыжка в длину разбега?	Формирование у учащихся умений к осуществлению контрольных функций: повторение беговой разминки:проверка выполнения домашнегозадания; совершенствование техники прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги» и «прогнувшись»; оценка уровня развития скоростно силовых способностей; разучивание техники равномерного бега: проведение тестирования прыжка в длину с разбега; проектирование способов полнения домашнего задания	казывать технику прыжка в длину с	учебно- познавательные ствен действия; ориентироваться в к уче своей системе знаний; делать деть обобщения, выводы. Коммуникативные: понимать в промысли, чувства, стремления и желания окружающих, их внутренний мир в целом; сохранять доброжелательное отношение друг к другу. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую основное отно в сторнать и самого себя как движущую основные: осознавать самого себя как движущую основные: основные: осознавать самого себя как движущую основные: основные: основные: основные: основные: основные: основные: основные самого себя как движущую основные: осн	ению; умение вла- культурой обще- и взаимодействия оцессе занятий ческими упраж- ями, во время формирование
7		Броски малого мяча на точность	Урок от кры тия нового зна ния	Здоровьесбережения, развития исследовательских навыков, дифференцированного подхода в обучении, самодиагностики и самокоррек- ции результатов, педагогики сотрудничества	Какую разминку с малыми мячами необходимо проводить перед упражнениями, связанными с метанием мяча на точность? Как выполняются различные варианты бросков мяча в горизонтальную и вертикальную цели? Какие игровые упражнения можно проводить с метанием малого мяча?	Формирование у учащихся умений построения и реализации новых знаний (понятий, способов действий и т. д.): разучивание разминки с малыми мячами; проверка выполнения домашнего задания; повторение техники бросков мяча в цель; проведение тренировочных бросков в горизонтальные и вертикальные цели; выполнение игрового упражнения с метанием малого мяча; проектирование способов выполнения домашнего задания	Научиться проводить разминку с малыми мячами; выполнять броски малого мяча в горизонтальную и вертикальную цели; понимать технику выполнения различных бросков мяча; знать правила выполнения игровых упражнений с малым мячом	Познавательные: проявлять Форм индивидуальные способности; ности ориентироваться в своей обуча системе знаний; ставить и разви формулировать проблемы; разов самостоятельно выделять и моти формулировать познавательную цель; перерабатывать прояголученную информацию. Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и	ающихся к само- итию и самооб- ванию на основе вации к ению и познанию;

0	1	-		T -	1	Γ	T		
8		Преодоление	Урок	Здоровье-	Какую разминку с	Формирование у учащихся	Научиться про-	Познавательные: добывать	Формирование готов-
		легкоатлетической	обше-	сбережения,	набивными мячами	деятельностных способностей и	водить разминку с	новые знания; ставить и	ности и способности
		полосы	мето-	проблемного	необходимо	способностей к структурированию	набивными мячами;	формулировать проблемы;	обучающихся к само-
		препятствий	доло-	обучения, диф-	проводить перед	и систематизации изучаемого	проходить	высказывать предположения;	развитию и самооб-
			гиче-	ференцирован-	прохождением	предметного содержания:	легкоатлетическую	делать выводы и обобщения;	разованию на основе
			ской	ного подхода в	легкоатлетической	разучивание разминки с	полосу препятствий;	самостоятельно выделять и	мотивации к
			на-	обучении,	полосы препят-	набивными мячами; проверка вы-	выбирать наиболее	формулировать познавательную	обучению и познанию
			прав-	информационно	ствий? Какова	полнения домашнего задания; пре-	оптимальные	цель; перерабатывать	формирование
			лен-	комму-	техника преодоле-	одоление легкоатлетической	варианты прохо-	полученную информацию.	нравственных чувств
			ности	никационные,	ния препятствия	полосы препятствий; повторение	ждения полосы	Коммуникативные: с	и нравственного
				личностно	наступанием и	техники преодоления препятствия	препятствий; пре-	достаточной полнотой и	поведения; умение
				ориентирован-	прыжковым бегом?	насгупани- ем и прыжковым	одолевать препят-	точностью выражать свои мысли	обеспечивать опти-
				ного обучения,	Как следует	бегом; проектирование способов	ствия наступани- ем	в соответствии с задачами и усло-	мальное сочетание ум-
				коллективного	проходить легко-	выполнения домашнего задания	и прыжковым бегом	виями коммуникации;	ственных, физических
				выполнения	атлетическую по-			представлять конкретное	нагрузок и отдыха
				задания	лосу препятствий?			содержание и сообщать его в	
								устной форме; добывать	
								недостающую информацию с	
								помощью вопросов.	
								Регулятивные: осознавать самого	
								себя как движущую силу своего	
								научения, свою способность к	
								преодолению препятствий и	
								самокоррекции; определять	
								новый уровень отношения к	
								самому себе как субъекту	
								деятельности	
Спо	тивные игры. Ба	скетбол (8 и)		I	I	<u> </u>			<u> </u>
CHO	ртивные игры. D a	(6 4.)							

				,				,
9	Баскетбол.	Урок	Здоровье-	Какие инструк-	Формирование у учащихся	Научиться соблю-	Познавательные: осознавать	Формирование ответ-
	Передвижение,	откры	сбережения,	ции по технике	умений построения и	дать инструкции по	познавательную задачу;	ственного отношения
	повороты, брос-	R ИТ	педагогики	безопасности	реализации новых знаний	технике без-	добывать новые знания;	к учению, готовности
	ки мяча в	нового	co-	следует	(понятий, способов действий и	опасности на уроках,	получать информацию от	и способности
	баскетбольную	знания	трудничества,	соблюдать на	т. д.): разучивание беговой	посвященных	учителя и из учебников.	обучающихся к
	корзину		развивающего	уроках физи-	разминки; проверка	баскетболу; вы-	Коммуникативные:	саморазвитию и
			обучения,	ческой культуры,	выполнения домашнего	полнять беговую	устанавливать рабочие	самообразованию на
			диф-	посвященных	задания; повторение техники	разминку, пере-	отношения: эффективно	основе мотивации к
			ференцирован	спортивной игре	передвижений, поворотов и	движение, повороты,	сотрудничать и	обучению и познанию;
			ного подхода	«Баскетбол»?	бросков мяча в баскетбольную	броски мяча в	способствовать продуктивной	формирование
			в обучении,	Как выполняется	корзину; проведение	баскетбольную	кооперации; добывать	коммуникативной
			личностно	беговая	спортивной игры «Баскетбол»;	корзину; играть в	недостающую информацию с	компетентности в об-
			ориентирован	разминка?	проектирование способов	спортивную игру	помощью вопросов.	щении и сотрудниче-
			ного	Какова техника	выполнения домашнего	«Баскетбол»	Регулятивные: осознавать	стве со сверстниками
			обучения,	передвижений,	задания		самого себя как движущую	и взрослыми в
			коллективног	поворотов, брос-			силу своего научения, свою	процессе
			о выполнения	ков мяча в			способность к преодолению	образовательной дея-
			задания	баскетбольную			препятствий и самокоррекции:	тельности
				корзину?			осуществлять действие по	
							образцу и заданному правилу	
10	Баскетбол.	Урок	Здоровье-	Какую беговую	Формирование у учащихся	Научиться вы-	Познавательные: выполнять	Формирование нрав-
		-		•				
		· ·	•	1 , ,	* *	_	1 -	-
			1					•
	,	, ,	•	7 1			,	
	корзину			-				
				1	1		1 *	' '
				1	1 ,			
		•	•		1 1			•
				_			' '	- 1
		ности	ориентирован-	1		«Баскетбол»	1	
			ного	•				
			обучения,	• •				имкироме
			коллективного	применяются в				
			выполнения		1 1		Коммуникативные: слушать	
			задания	Каковы правила	«Баскетбол»; проектирование		и слышать друг друга;	
				спортивной игры «Баскетбол»?	способов выполнения		устанавливать рабочие от- ношения; эффективно	
	Передачи и броски мяча в баскетбольную корзину	обще- мето- доло- гиче- ской на- прав- лен- ности	обучения, коллективного выполнения	баскетболе? Каковы правила		полнять беговую разминку; ловить и бросать мяч в парах; выполнять бросок в баскетбольную корзину различными способами; играть в спортивную игру «Баскетбол»		ственных чувств и нравственного пове- дения, умения владеть культурой общения и взаимодействия в процессе занятий физическими упражнениями и во время игр; умение управлять своими эмоциями

Передачи и обше- сбережения, развивающего развивающего обучения, корзину гиче- ской ференцирован на- ного подхода парах удобно ис- разучивание разминки с на- пользовать на него подхода парах удобно ис- разучивание разминки с пособностей к разучивание разминки с полнять разминку с разучивание способностей к разминку с разучивание разминку с разучивание разминки с полнять разминку с разучивание разминку с гантелями; ловить и действия; ориентироваться в него полнять разминку с разучированию и систеративностей к разминку с разучивание разминки с проблемы; высказывать предположения; делать предположения; делать предположения; делать	ормирование нрав- гвенных чувств и
броски мяча в баскетбольную доло- гиче- ской ференцирован на- ного подхода парах удобно ис- просмет и способностей к пантелями; ловить и действия; ориентироваться в нра действия на действи	-
баскетбольную доло- обучения, уроке? Какие структурированию и систе- бросать мяч в парах; своей системе знаний; вед корзину гиче- ской ференцирован на- ного подхода парах удобно ис- разучивание разминки с корзину различными предположения; делать про	
корзину гиче- диф- варианты ловли и обросков мяча в парах удобно ис- разучивание разминки с корзину различными предположения; делать	равственного по-
ской ференцирован бросков мяча в предметного содержания: баскетбольную проблемы; высказывать вза на- ного подхода парах удобно ис- разучивание разминки с корзину различными предположения; делать про	едения; проявление
на- ного подхода парах удобно ис- разучивание разминки с корзину различными предположения; делать про	ультуры общения и
	ваимодействия в
	роцессе занятий
	изической
	ультурой,
	ормирование уста-
	овки на безопасный и
	цоровый образ жизни
коллективного применяются в мяча в баскетбольную корзину информацию.	
выполнения баскетболе? разными способами; Коммуникативные: слушать	
задания Каковы правила проведение спортивной игры и слышать друг друга;	
спортивной игры «Баскетбол»; проектирование устанавливать рабочие от-	
«Баскетбол»? способов выполнения ношения; эффективно	
Какую разминку с домашнего задания сотрудничать и	
гантелями лучше способствовать продуктивной	
	ормирование ответ-
Штрафные брос- от сбережения, с малыми умений построения и полнять разминку с познавательную задачу; ств	гвенного отношения
	учению, готовности
	способности
нового трудничества, уроке? Какова т. д.): разучивание разминки с штрафные броски учителя и из учебников. Обу	бучающихся к
зна развивающего техника выпол- малыми мячами; проверка различными спо- Коммуникативные: сам	аморазвитию и
ния обучения, нения штрафных выполнения домашнего собами; играть в устанавливать рабочие сам	амообразованию на
диф- бросков в задания; разучивание техники подвижную игру отношения; эффективно осг	снове мотивации к
ференцирован баскетболе? штрафных бросков в баскет- «Тридцать три» и сотрудничать и обу	бучению и познанию,
	сознанного и
в обучении, штрафных шры «Тридцать три», «Баскетбол» кооперации; добывать отв	гветственного отно-
личностно бросков в спортивной игры «Баскетбол»; недостающую информацию с ше	ения к собственным
ориентирован баскетболе проектирование способов помощью вопросов. пос	оступкам;
ного используются? выполнения домашнего Регулятивные: осознавать фо	ормирование
обучения, Каковы правила задания самого себя как движущую ком	оммуникативной
	омпетентности в об-
о выполнения «Тридцать три»? способность к преодолению ще	ении и сотрудни-
задания Каковы правила препятствий и	
спортивной игры самокоррекции: осуществлять	
«»Баскетбол действие по образцу и	
заданному правилу	

12		***	l a	lr.c	×	***		×
13	Баскетбол. Вы-	Урок	Здоровье-		Формирование у учащихся	Научиться вы-	Познавательные: добывать	Формирование ответ-
	рывание и выбива-	обще-	сбережения,	упражнения с	деятельностных способностей и	полнять разминку' с	новые знания; ставить и	ственного отношения
	ние мяча	мето-	педагогики со-	набивными мячами	способностей к струк	набивными мячами;	формулировать проблемы;	к учению; формиро-
		доло-	трудничества,	проводить на уроке?	гурированию и систематизации	вырывать и	высказывать предположения;	вание нравственных
		гиче-	развивающего	Какова техника	изучаемого предметного		делать выводы и обобщения;	чувств и
		ской	обучения, диф-	вырывания мяча в	содержания: разучивание	партнера;	самостоятельно выделять и	нравственного
		на-	ференцирован-	баскетболе? Какова	разминки с набивными мячами;	контролировать	формулировать познавательную	поведения,осознан-
		прав-	ного подхода в	техника выбивания	проверка выполнения домашнего	действия соперника	цель; перерабатывать	ного и ответственного
		лен-	обучении,	мяча? Каким образом	задания; разучивание техники	на игровом поле;	полученную информацию.	отношения к собствен-
		ности	личностно	нужно	контроля соперника на игровой		Коммуникативные: добывать	ным поступкам;
			ориентирован-	контролировать	площадке; повторение техники	игру «Баскетбол»	недостающую информацию с	умение управлять
			ного обучения,	соперника на иг-	вырывания и выбивания мяча;		помощью вопросов; слушать и	своими эмоциями;
			коллективного	ровой площадке?	проведение спортивной игры		слышать друг друга; эффективно	умение владеть
			выполнения	Каковы правила	«Баскетбол»; проектирование		сотрудничать и способствовать	культурой общения и
			задания	спортивной игры	способов выполнения домашнего		продуктивной кооперации.	взаимодействия в
				«Баскетбол»?	задания		Регулятивные: видеть указанную	процессе занятий
							ошибку и исправлять ее по	физическими
							указанию взрослого;	упражнениями и игр;
							контролировать свою дея-	формирование
							тельность по результату';	установки на без-
							осуществлять действие по	опасный и здоровый
							образцу и заданному правилу	образ жизни
14	Баскетбол.	Урок	Здоровье-	Какие разминочные	Формирование у учащихся	Научиться вы-	Познавательные: самостоятельно	Формирование ответ-
	Перехват мяча	обще-	сбережения,	упражнения с	деятельностных способностей и	полнять разминку с	выделять и формулировать	ственного отношения
		мето-	проблемного	набивными мячами	способностей к структурированию	набивными мячами;	познавательную цель:	к учению; формирова-
		доло-	обучения,	проводить на уроке?	и систематизации изучаемого	перехватывать и	перерабатывать полученную	ние коммуникативной
		гиче-	развивающего	Какова техника	предметного содержания:	накрывать мяч,	информацию; делать обобщения	компетентности в об-
		ской	обучения, диф-	перехвата мяча в	повторение разминки с набивными	контролировать	и выводы.	щении и сотрудниче-
		на-	ференцирован-	баскетболе? Какие	мячами; проверка выполнения	действия	Коммуникативные:	стве со сверстниками
		прав-	ного подхода в	варианты перехвата	домашнего задания; разучивание	противника; играть в	устанавливать рабочие	и взрослыми в
		лен-	обучении,	мяча существуют?	техники перехвата мяча:	учебную игру	отношения; эффективно сотруд-	процессе
		ности	личностно	Каковы правила	проведение учебной игры	«Челнок»	ничать и способствовать	образовательной дея-
			ориентирован-	учебной игры			продуктивной кооперации;	тельности; умение
			ного обучения,	«Челнок»?	способов выполнения домашнего		добывать недостающую	владеть культурой
			коллективного		задания		информацию с помощью	общения и
1 1			выполнения				вопросов; формировать навыки	взаимодействия в
			выполнения				bonpocob, wopminpobarb nabbikn	взапиоденетыи в
			задания				учебного сотрудничества в ходе	процессе занятий
								* *
							учебного сотрудничества в ходе	процессе занятий
							учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой	процессе занятий физическими
							учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы.	процессе занятий физическими упражнениями и во
							учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы. Регулятивные: видеть указанную	процессе занятий физическими упражнениями и во
							учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы. Регулятивные: видеть указанную ошибку' и исправлять ее по	процессе занятий физическими упражнениями и во

1.5	T	37	In	Tre.	T =	***	Ι	1.
15	Баскетбол. Нападение и защита	Урок обше- мето- доло- гиче- ской на- прав- лен- сти	Здоровье- сбережения, проблемного обучения, развивающего обучения, диф ференцирован ного подхода в обучении, чностно ориентирован- ного обучения, коллективного выполнения задания	Какие разминочные упражнения с баскетбольным мячом в парах проводить на уроке? Какие действия необходимо совершать в защите и в нападении? Каковы правила спортивной игры «Баскетбол»?	Формирование у учащихся деятельностных способностей и способностей к структурированию и систематизации изучаемого предметного содержания: разучивание разминки с баскетбольными мячами в парах; проверка выполнения домашнего задания; совершенствование техники нападения и защиты; проведение спортивной игры «Баскетбол»; проектирование способов выполнения домашнего задания	Научиться вы- полнять разминку с баскетбольным мячом в парах; играть в защите и в нападении; действовать в команде; играть в спортивную игру «Баскетбол»	Познавательные: выполнять учебно- познавательные действия; ориентироваться в своей системе знаний; ставить и формулировать проблемы; высказывать предположения, делать выводы и обобщения; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; перерабатывать полученную информацию. Коммуникативные: слушать и слышать друг друга; устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; осуществлять действие по образцу и заданному правилу	желательного отношения к окружающим
16	Контрольный урок по теме «Баскетбол»	Урок разви ваю щего кон троля	Здоровьесбережения, развития навыков обобщения и систематизации знаний, самодиагности ки и самокоррекции результатов	Как проводится разминка с баскетбольным мячом? Какие баскетбольные упражнения входят в онтрольный урок? Как проходит контрольный урок по теме «Баскетбол»? Каковы правила проведения спортивной игры «Баскетбол»? Как подводятся итоги контрольного урока?	Формирование у учащихся умений к осуществлению контрольных функций: проведение разминки с баскетбольными мячами; контроль и самоконтроль изученных умений и навыков; выполнение контрольных баскетбольных упражнений; проведение спортивной игры «Баскетбол»	Научиться раз- минаться с бас- кетбольным мячом: выполнять контрольные баскетбольные упражнения; играть в спортивную игру «Баскетбол»; подводить итоги контрольного урока	Познавательные: выполнять учебнопознавательные действия: ориентироваться в своей системе знаний; делать обобщения и выводы. Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы. Регулятивные: адекватно понимать оценку взрослого и сверстника; сохранять заданную цель; адекватно оценивать свои действия и действия партнеров	Формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам; умение управлять своими эмоциями; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки

Гимі	настика с эле	ментами акробатики (1	4 ч.)						
17		Инструкция по технике безопасности на занятиях гимнастикой	Урок откры тия нового знания	Здоровье- сбережения, информацион но-коммуника ционные, педагогики со трудничества, дифференци рованного под хода в обуче нии, личностно ориентирован ного обучения, самоаначиза и коррекции йствий	Какие инструкции по технике без опасности необ ходимо соблюдать на занятиях гим настикой? Какчю разминку нужно провести на гим настических матах? Как выпол няются акробати ческие элементы: кувырок вперед и назад, «мост», стойка на лопат ках? Как прово дится гимнасти ческая эстафета? Как выполняется упражнение на расслабление?	Формирование у учащихся умений построения и реализации новых знаний (понятий, способов действий и т. д.): проведение инструктажа по технике безопасности на занятиях гимнастикой: разучивание разминки на гимнастических матах: проверка выполнения домашнего задания; повторение акробатических элементов: кувырок вперед, кувырок назад. «мост», стойка на лопатках: проведение гимнастической эстафеты; выполнение упражнения на расслабление: проектирование способов выполнения домашнего задания	инструкции по технике без- опасности на за- нятиях гимнастикой; выполнять акробатические	Познавательные: выполнять учебно-познавательные действия; осознавать познавательную задачу: применять полученные знания на практике; ориентироваться в разнообразии акробатических элементов и специальных гимнастических эстафетах: развивающих скоростные и координационные качества. Коммуникативные: слушать и слышать учителя; представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме; формировать навыки работы в группе. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую информацию; адекватно оценивать свои действия и действия партнеров	Формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками и взрослыми в процессе образовательной деятельности; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни
18		Длинный кvвырок с разбега	Урок от кры тия нового зна ния	Здоровье- сбережения, проблемного обучения, педагогики со трудничества, дифференци рованного под хода в обуче нии, личностно ориентирован ного обучения, самоанализа и коррекции йствий	Как проводится разминка на гимнастических матах? Как выполняется перестроение в две и три шеренги? Какова техника выполнения «моста», стойки на лопатках, кувырков вперед и назад? Какова техника выполнения длинного кувырка вперед с разбега? Как проводится гимнастическая гафета?	Формирование у учащихся умений построения и реализации новых знаний (понятий, способов действий и т. д.): повторение разминки на гимнастических матах: проверка выполнения домашнего задания:разучивание техники выполнения кувырка вперед с разбега; повторение техники выполнения акробатических элементов: стойки на лопатках, «моста», кувырков вперед и назад:повторение перестроения в две и три шеренги; проведение гимнастическом эстафеты; проектирование способов выполнения домашнего задания	Научиться проводить разминку на матах; выполнять длинный кувырок вперед с разбега; выполнять акробатические элементы: кувырки вперед и назад, стойку на лопатках, «мост»; развивать скоростные и координационные качества с помощью гимнастических эстафет; перестраиваться в две и три шеренги	Познавательные: добывать новые знания; ставить и формулировать проблемы; высказывать предположения; делать выводы и обобщения; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; перерабатывать полученную информацию. Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции:контролировать свою деятельность по результату	Формирование ответственного отношения к учению, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам; проявление культуры общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой

		•	1	1				
19	Кувырок назад в упор, стоя ноги врозь	Урок обще- мето- доло- гиче- ской на- прав- лен- ности	Здоровье- сбережения, проблемного обучения, педагогики со- трудничества, дифференци- рованного под- хода в обуче- нии, личностно ориентирован- ного обучения, самоанализа и коррекции действий	Как проводится разминка на гим- настических матах? Какова техника выполне- ния кувырка назад в упор,стоя ноги врозь? Какова техника выполнения длинного кувырка вперед с разбега? Каким образом выполняется вращение обруча?	Формирование у учащихся деятельностных способностей и способностей к структурированию и систематизации изучаемого предметного содержания: проведение разминки на гимнастических матах; проверка выполнения домашнего задания; разучивание кувырка назад в упор, стоя ноги врозь; повторение техники выполнения длинного кувырка вперед с разбега; совершенствование техники выполнения акробатических элементов; повторение техники вращений обруча; проектирование способов выполнения домашнего задания	Научиться вы- полнять разминку на гимнастических матах; выполнять кувырок назад в упор, стоя ноги врозь; выполнять длинный кувырок вперед с разбега; развивать коор- динационные качества с помо- щью упражнений с обручем	Познавательные: ориентироваться в своей системе знаний; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель: ставить и формулировать проблемы; высказывать предположения; делать выводы и обобщения. Коммуникативные: слушать и слышать друг друга; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; проектировать граектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества	Формирование осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам; проявление культуры общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой; формирование нравственных чувств и нравственного поведения, доброжелательного отношения к окружающим
20	Стойка на голове и руках	Урок ре- флексии	Здоровье- сбережения, проблемного обучения, диф ференцирован ного подхода в обучении. личностно ориентирован ного обучения, самоанализа и коррекции йствии	Как проводится разминка с гим- настическими обручами? Какова техника выполнения стойки на голове и руках? Какие способы лазанья по канату существуют? Как можно перевернуться из положения «мост»?	Формирование у учащихся способностей к рефлексии коррекционно-контрольного типа и реализация коррекционной нормы (фиксирования собственных затруднений в деятельности): повторение разминки с обручами; проверка выполнения домашнего задания;разучивание техники выполнения стойки на голове и руках; разучивание техники выполнения «моста» и поворота в упор, стоя на одном колене; совершенствование техники выполнения акробатических комбинаций, техники лазанья по канату; проектирование способов выполнения	Научиться вы- полнять разминку с гимнастическими обручами; выполнять стойку на голове и руках; лазать по канату'; переворачиваться из положения «мост»; составлять акробатическую комбинацию	Познавательные: выполнять учебно-по- знавательные действия; ставить и формулировать проблемы; выполнять учеб- но-познавательные действия; делать обобщения, выводы. Коммуникативные: формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы; добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции;контролировать свою деятельность по результату: сохранять заданную цель	Формирование ответственного отношения к учению; умение содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование, спортивную одежду; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни

21	Упражнения гимнастическо бревне и кладине	на Урок обще- мето- доло- гиче- ской на- прав- лен- ности	Здоровье- сбережения, проблемного обучения, диф- ференцирован- ного подхода в обучении, личностно ориентирован- ного обучения, самоанализа и коррекции действий	Как проводится разминка с гим- настическими палками? Какие бывают упражнения на гимнастическом бревне и перекладине? Какова техника выполнения стойки на голове и руках?	Формирование у учащихся деятельностных способностей и способностей к структурированию и систематизации изучаемого предметного содержания: разучивание разминки с гимнастической палкой, проверка выполнения домашнего задания; разучивание упражнения на гимнастическом бревне и перекладине; повторение техники выполнения стойки на голове и руках; проектирование способов выполнения домашнего задания	Научиться вы- полнять разминку с гимнастическими палками; выполнять упраж- нения на гимна- стическом бревне и перекладине; стоять на голове и руках	Познавательные: понимать учебные задачи урока и стремиться их выполнять; добывать новые знания; ставить и формулировать проблемы; высказывать предположения; делать выводы и обобщения; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; перерабатывать полученную информацию. Коммуникативные: формировать ходе индивидуальной и групповой работы; добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекшш; контролировать свою деятельность по результату; сохранять заданную цель	Развитие умения владеть культурой общения и взаимодействия в процессе занятий физическими упражнениями; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни; умение содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование
22	ротом на	рево- Урок обще- кла- мето- доло- гиче- ской на- прав- лен- ности	Здоровьесбережения, развития исследовательских навыков, дифференцированного подхода в обучении, личностно ориентированного обучения, самоанализа и коррекции действий	Как проводится разминка с гим- настическими палками? Какие бывают упражнения па гимнастическом бревне и перекладине? Какова техника выполнения упражнения перехода из виса на подколенках в упор присев через стойку на руках? Какова техника подъема переворотом на невысокой перекладине?	Формирование у учащихся деятельностных способностей и способностей к структурированию и систематизации изучаемого предметного содержания: повторение разминки с гимнастической палкой; проверка выполнения домашнего задания; повторение техники подъема переворотом на невысокой перекладине; повторение правил составления комбинаций на гимнастическом бревне и перекладине; разучивание упражнения перехода из виса на подколенках в упор присев через стойку на руках; проектирование способов выполнения домашнего задания	Научиться вы- полнять разминку с гимнастическими палками; выполнять упраж- нения на гимна- стическом бревне и перекладине; выполнять слож- но-координа- ционное упраж- нение: переход из виса на под- коленках в упор присев через стойку на руках; выполнять подъем переворотом на невысокой пе- рекладине	Познавательные: выполнять учебнопознавательные действия; ориентироваться в своей системе знаний; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; добывать недостающую информацию с помощью вопросов; представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; опредслять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности; проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества	Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию; формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками и взрослыми в процессе образовательной деятельности

D2 Ir 7	17	2	1/	Δ	TT	Hooved and the second s	Φ
Комбинации гимнастичес бревне и кладине	ком обще- пере- доло- гиче- ской на- прав- лен- ности	Здоровьесбе- режения, раз- вития иссле- довательских навыков, диф- ференцирован- ного подхода в обучении, личностно ориентирован- ного обучения, самоанализа и коррекции действий	Как проводится разминка с гим- настическими палками? Каковы правила составления комбинаций на гимнастическом бревне и перекладине? Какие элементы входят в гимнастические комбинации? Какова техника выполнения подъема разгибом на перекладине?	Формирование у учащихся деятельностных способностей и способностей к структурированию и систематизации изучаемого предметного содержания: разучивание разминки с гимнастической палкой; проверка выполнения домашнего задания; разучивание техники выполнения подъема разгибом на перекладине (юноши); подготовка комбинации на гимнастическом бревне (девушки); проектирование способов выполнения домашнего задания	Научиться вы- полнять разминку с гимнастическими палками; составлять и вы- полнять комби- нации на гимна- стическом бревне и перекладине; выполнять подъем разгибом на пере- кладине	Познавательные: выполнять учебнопознавательные действия; ориентироваться в своей системе знаний; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; добывать недостающую информацию с помощью вопросов; представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту! деятельности; проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности	Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию; формирование нравственных чувств и нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам
Упражнени: брусьях	я на Урок общемсто- доло- гиче- ской на- прав- лен- ности	Здоровьесбе- режсния, раз- вития иссле- довательских навыков, диф- ференцирован- ного подхода в обучении, личностно ориентирован- ного обучения, самоанализа и коррекции действий	Как проводится разминка с на- бивными мячами? Какие упражнения на брусьях можно выполнять? Какова техника выполнения подъема перево- ротом и подъема разгибом? Какова техника прохо- ждения гимнасти- ческой эстафеты?	Формирование у учащихся деятельностных способностей и способностей к структурированию и систематизации изучаемого предметного содержания: разучивание разминки с набивными мячами; проверка выполнения домашнего задания; повторение техники выполнения упражнений на брусьях; совершенствование техники выполнения подъема переворотом (девушки) и подъема разгибом (юноши); проведение гимнастической эстафеты; проектирование способов выполнения домашнего задания	Научиться вы- полнять разминку с набивными мячами; выпол- нять упражнения на брусьях; вы- полнять подъем переворотом и подъем разгибом на перекладине; участвовать в гимнастической эстафете	Познавательные: ставить и формулировать проблемы; высказывать предположения; делать выводы и обобщения; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; перерабатывать полученную информацию. Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; добывать недостающую информацию с помощью вопросов; представлять конкретное содержание и сообщать ею в устной форме. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности; проектировать траектории развития через включение виды деятельности и формы сотрудничества	Формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни

25	Комбинации на брусьях Контрольный урок по теме «Брусья»	Урок общемето- доло- гиче- ской на- прав- лен- ности Урок разви ваю щего кон троля	Здоровье- сбережения, проблемного обучения, диф- ференцирован- ного подхода в обучении, личностно ориентирован- ного обучения, самоанализа и коррекции действий Здоровьесбе- режения, раз- вития навыков обобщения и систематизации знаний, самодиагностики	Как проводится разминка со ска- калками? Какие упражнения на брусьях можно применить в комбинации? Как составляются комбинации на брусьях? Какова техника прохо- ждения гимнастической эстафеты? Какие упражнения подбираются для ОФП? Какую разминку с гимнастическими палками следует проводить перед контрольным выполнением упражнений на	Формирование у учащихся деятельностных способностей и способностей к структурированию и систематизации изучаемого предметного содержания: разучивание разминки с гимнастическими скакалками; проверка выполнения домашнего задания; составление комбинаций на брусьях; выполнение упражнений на брусьях; проведение гимнастической эстафеты; выполнение упражнений ОФП; проектирование способов выполнения домашнего задания Формирование у учащихся умений к осуществлению контрольных функций: проведение разминки с гимнастическими палками; проверка выполнения домашнего задания; выполнение контрольных		Познавательные: ставить и формулировать проблемы; выполнять учебно-познавательные действия; делать обобщения, выводы. Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; добывать недостающую информацию с помощью вопросов; представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности; проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества Познавательные: выполнять учебно-познавательные действия; ориентироваться в системе знаний; делать обобщения, выводы. Коммуникативные: слушать и слышать учителя, товарищей; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в	Развитие готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию; формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками и взрослыми в процессе образовательной деятельности; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни Формирование нравственных чувств и нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным
26		разви ваю щего кон	режения, развития навыков обобщения и систематизации знаний, самодиагностики	Какую разминку с гимнастическими палками следует проводить перед контрольным выполнением упражнений на	Формирование у учащихся умений к осуществлению контрольных функций: проведение разминки с гимнастическими палками; проверка выполнения домашнего задания; выполнение контрольных	Научиться вы- полнять разминку с гимнастическими палками; выполнять кон- трольные комби- нации на брусьях;	себе как субъекту деятельности; проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества Познавательные: выполнять учебно-познавательные действия; ориентироваться в системе знаний; делать обобщения, выводы. Коммуникативные: слушать и слышать учителя, товарищей; с	установки на безопасный и здоровый образ жизни Формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным
			и самокор- рекции резуль- татов	брусьях? Как выполняются кон- трольные комби- нации на брусьях? Как подводятся итоги контрольного урока по теме «Брусья»?	комбинаций на брусьях; осуществление контроля и самоконтроля во время выполнения контрольных упражнений и комбинаций на брусьях; проведение гимнастической эстафеты; проектирование способов выполнения домашнего задания	подводить итоги контрольного урока; участвовать в гимнастической эстафете	выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; владеть монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка. Регулятивные: формировать ситуацию саморегуляции, т. е. операциональный опыт (учебных знаний и умений); адекватно понимать оценку взрослого и сверстника	поступкам, доброже- лательного отношения к окружающим; формирование умений, относящихся к эстетической стороне физической культуры; фор- мирование установки на безопасный и здоровый образ жизни

Техника выпо нения опорно прыжка ноги и согнув ноги	о обще- розь мето- доло- гиче- ской ного и на- прав- лен- ности сбере: пробл ферен обуче прав- лен- ности ного о самоа	какую разминку на месте следует проводить перед опорными прыжками Какова техника выполнения опорного прыжка ноги врозь? Какова техника выполнения опорного прыжка согнув ноги? Какими способами можно лазать по гимнастической стенке? Каковы правила проведения игрового упражнения «Позвони в коло-кольчик»?	предметного содержания: разучивание разминки на месте; проверка выполнения домашнего	Научиться вы- полнять разминку на месте; научить- ся правильно координировать свое тело при прыжках; выпол- нять опорный прыжок через гимнастического козла ноги врозь и согнув ноги; ла- зать по гимнасти- ческой стенке; иг- рать в подвижную игру «Позвони в колокольчик»	Познавательные: понимать учебные задачи урока и стремиться их выполнять; ориентироваться в своей системе знаний; добывать новые знания; ставить и формулировать проблемы; высказывать предположения; делать выводы и обобщения; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; перерабатывать полученную информацию. Коммуникативные: формировать навыки работы в группе; добывать недостающую информацию с помощью вопросов. Регулятивные: видеть указанную опшбку и исправлять ее по указанию взрослого; осуществлять действие по образцу и заданному правилу	Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни
Опорный пры боком с повор	отом от сбере: кры пробл тия обуче нового ферен зна ного и ния обуче лично ориен ного о самоа	режения, движении следует проводить перед опорными прыжками Какова техника выполнения опорного прыжка согнув ноги? Какова техника выполнения опорного прыжка согнув ноги? Какова техника выполнения опорного прыжка согнув ноги? Какова техника выполнения опорного	построения и реализации новых знаний (понятий, способов действий и т. д.): проведение разминки в движении; проверка выполнения домаш- Я него задания; разучивание техники выполнения опорного прыжу боком Я с поворотом на 90°; совершенствова- 1 нис техники выполнения опорного прыжка ноги врозь и согнув ноги; проведение игрового упражнения «Позвони в колокольчик»; проектирование способов выполнения домашнего задания	Научиться выполнять разминку в движении; научиться правильно координировать свое тело при опорных прыжках; выполнять прыжок через гимнастического козла боком с поворотом, ноги врозь и согнув ноги; лазать по гимнастической стенке; играть в подвижную игру «Позвони в колокольчик»	Познавательные: выполнять учебно-познавательные действия; добывать новые знания; получать информацию от учителя и из учебников. Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; добывать недостающую информацию с помощью вопросов; представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности; проектировать траектории развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества	Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию: формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни

29		Опорный	Урок	Здоровье -	Какую разминку со	Формирование у учащихся	Научиться вы-	Познавательные: ставить и	Формирование ответ-
		прыжок	pe	сбережения,	скакалками следует	способностей к рефлексии		формулировать проблемы;	ственного отношения к
		прыжок	флек	проблемного	проводить перед	коррекционно-контрольного типа	со скакалками;	выполнять учебно-познавательные	учению, готовности и
			сии	обучения,	опорными	и реализация коррекционной	научиться выпол-	действия; делать обобщения,	способности обучаю-
			СИИ	поэтапного	прыжками? Какова	нормы (фиксирования	нять различные	выводы.	щихся к саморазвитию и
				формирования	техника выполнения	собственных затруднений в дея-	варианты опорных	Коммуникативные: с достаточной	самообразованию па
				умственных	опорного прыжка	тельности): разучивание разминки	прыжков;	полнотой и точностью выражать	основе мотивации к
				действий, диф-		со скакалками; проверка	•	свои мысли в соответствии с	•
					согнув ноги? Как	,	проходить гимна-	задачами и условиями	обучению и познанию;
				ференцирован-	,	выполнения домашнего задания;	стическую полосу	коммуникации; добывать	формирование
				ного подхода в	выполняется	совершенствование техники	препятствий	недостающую информацию с	коммуникативной
				обучении,	лазанье по канату?	выполнения опорных прыжков;		помощью вопросов: представлять конкретное содержание и сообщать	компетентности в об-
				личностно ори-	Как организуется	прохождение гимнастической		его в устной форме. Регулятивные:	щении и сотрудничестве
				ентированного	гимнастическая	полосы препятствий; повторение		самостоятельно выделять и	со сверстниками;
				обучения,са-	полоса	техники лазанья по канату;		формулировать познавательную	формирование умений,
				моанализа и	препятствий?	проектирование способов		цель; определять новый уровень	относящихся к эстети
				коррекции		выполнения домашнего задания		отношения к самому себе как	ческой стороне физиче-
				действий				субъекту деятельности;	ской культуры
30		Контрольный урок	Урок	Здоровьесбе-	Какую разминку с	Формирование у учащихся умений	Научиться вы-	Позпаватыъпые: выполнять	Формирование ответ-
		по теме «Опорный	разви	режения, раз-	гимнастическими	к осуществлению контрольных	полнять разминку	учебно- познавательные	ственного отношения
		прыжок»	ваю	вития навыков	скакалками нужно	функций: проведение разминки с	с гимнастиче-	действия; понимать учебные	к учению; умение
		•	щего	обобщения и	проводить перед	гимнастическими скакалками;	скими скакалками;	задачи урока и стремиться их	управлять своими эмо-
			кон	систематизации	опорными	проверка выполнения домашнего	выполнять	выполнять; делать обобщения и	циями; формирование
			троля	знаний,	прыжками? Как	задания; выполнение контрольных	контрольные	выводы; высказывать	коммуникативной
			1	самодиагностики	проводится кон-	опорных прыжков; подведение	опорные прыжки	предположения.	компетентности в об-
				и самокор-	трольный урок по	итогов; выполнение усложненных	согнув ноги, ноги	Коммуникативные: слушать и	щении и сотрудниче-
				рекции резуль-	теме «Опорный	вариантов опорных прыжков;	врозь и боком с	слышать друг друга;	стве со сверстниками
				татов	прыжок»? Как	проектирование способов	поворотом;	устанавливать рабочие от-	и взрослыми в
					выполняются	выполнения домашнего задания	подводить итоги	ношения; эффективно	процессе
					опорные прыжки	выполнения домашнего задания	контрольного	сотрудничать и способствовать	образовательной дея-
					согнув ноги, ноги		урока; выполнять	продуктивной кооперации.	тельности; формиро-
					врозь и боком с		усложненные ва-	Регулятивные: определять	вание нравственных
					поворотом? Как		рианты опорных	новый уровень отношения к	чувств и
					поворотом: как		прыжков	самому себе как субъекту	нравственного
					контрольного уро-		прымков	деятельности; адекватно	поведения
					ка? Какие услож-				поведения
								понимать оценку взрослого и	
					нения для опорного			сверстника	
					прыжка				
					существуют?				
Лыж	ная подготовка (14 ч.)			<u>-</u>				

31	Инстр технии	укция по Урока ке открытия		Какие инструкции по технике безопасности	Формирование у учащихся умений построения и реализации новых	Научиться соблюдать инструкции	Познавательные: осознавать познавательную задачу; добывать	Формирование нравственных чувств и
	заняти подгоз Попер	асности на нового знания говкой . неменный нажных ход	проблемного обучения, поэтапного формирования умственных действий, дифференцированного подхода в обучении, личностно ориентированного обучения,самоанализа и коррекции действий	следует соблюдать на занятиях лыжной подготовкой? Какую спортивную форму следует надевать и какое лыжное снаряжение использовать на уроках лыжной подготовки? Какова техника выполнения попеременного двухжажного хода? Каковы правила проведения подвижной игры «Догони впереди идущего?»	знаний (понятий, способов действий и.т.д) повторение инструкции по технике безопасности на занятиях лыжной подготовкой; проверка формы и лыжного снаряжения; проверка выполнения домашнего задания;повторение техники выполнения попеременного двухшажного хода; выполнение игрового упражнения « Догони впереди идущего»; проектирование способов выполнения домашнего задания	по технике без- опасности на за- нятиях лыжной подготовкой; подбирать спор- тивную форму и лыжное снаря- жение; передви- гаться поперемен- ным двухшажным ходом; играть в подвижную игру на лыжах «Догони впередиидущего»	новые знания: получать информацию от учителя и из учебников. Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; сохранять заданную цель	нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам; формирование ответственного отношения к учению; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни
32	_	временный Урок общемето- доло- гиче- ской на- прав- лен- ности	Здоровье- сбережения, педагогики со трудничества, са- моанализа и коррекции действий, диф- ференцирован- ного подхода в обучении, личностно- ори- ентированного обучения	попеременным двухшажным	Формирование у учащихся деятельностных способностей и способностей к структурированию и систематизации изучаемого предметного содержания; проведение разминки на лыжах; ; проверка выполнения домашнего задания;повторение техники выполнения попеременного двухшажного хода и одновременного бесшажного хода; выполнение игрового упражнения « Догони впереди идущего»; проектирование способов выполнения домашнего задания	игру «Догони	самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; перерабатывать полученную информацию. Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие отношения; оказывать посильную помощь товарищу при выполнении физических упражнений. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и выделять необходимую инфор-	Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию; умение управлять своими эмоциями; умение предупреждать конфликтные ситуации и находить выходы из спорных ситуаций в процессе соревновательной деятельности на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим

22		<u> </u>	3 7	l n	10	A.	ТТ	П	Δ.
33		Одновременный	Урок	Здоровье-	Какие упражнения	Формирование у учащихся	Научиться разми-	Познавательные: выполнять учебно-по- знавательные действия;	Формирование ответ-
		одношажный ход	обще-	сбережения,	на лыжах следует	деятельностных способностей и	наться на лыжах;	учеоно-по- знавательные деиствия; ориентироваться в своей системе	ственного отношения
		(скоростной вари-	мето-	педагогики со-	применять для	способностей к структурированию	передвигаться на	знаний; добывать новые знания;	к учению, готовности
		ант)	доло-	трудничества,	разминки? Какова	и систематизации изучаемого	лыжах, используя	ставить и формулировать проблемы;	и способности
			гиче-	дифференци-	техника	предметного содержания:	различные	самостоятельно выделять и	обучающихся к
			ской	рованного под-	передвижения	повторение разминки на лыжах;	лыжные ходы:	формулировать познавательную	саморазвитию и
			на-	хода в обучении,	одновременным	проверка выполнения домашнего	попеременный	цель; перерабатывать полученную	самообразованию на
			прав-	личностно	одношажным	задания; повторение техники	двухшажный и	информацию.	основе мотивации к
			лен-	ориентирован-	ходом? Какова	перехода с одного лыжного хода	одновременный	Коммуникативные: сохранять	обучению и познанию.
			ности	ного обучения,	техника передви-	на другой, техники выполнения	бесшажный;	доброжелательное отношение друг к	осознанного и
				самоанализа и	жения одновре-	одновременного бесшажного и	выполнять уско-	другу; устанавливать рабочие	ответственного отно-
				коррекции	менным бесшажным	одношажного ходов; разучивание	рение с помощью	отношения; оказывать посильную	шения к собственным
				действий	ходом? Как	техники выполнения	одновременного	помошь товарищу при выполнении	поступкам; умение
					выполняется стар-	одновременного одношажного	одношажного	физических упражнений. Регулятивные: самостоятельно	управлять своими эмо-
					товое ускорение с	хода (скоростной вариант);	хода; переходить с	выделять и формулировать	циями; умение преду-
					помошью одно-	проведение подвижной игры на	одного хода на	познавательную цель; искать и	преждать
					временного од-	лыжах «Накаты»; проектирование	другой; играть в	выделять необходимую инфор-	конфликтные
					ношажного хода?	способов выполнения домашнего	подвижную игру	мацию; видеть указанную ошибку и	ситуации и находить
					Каким образом	задания	«Накаты»	исправлять ее по указанию	выходы из спорных
34		Чередование	Урок	Здоровье-	Какие упражнения	Формирование у учащихся способ	Научиться разми-	Познавательные: выполнять	Формирование ответ-
5-		лыжных	•	сбережения,	на лыжах следует	ностей к рефлексии коррекцион-	наться на лыжах;	учебно-познавательные действия;	ственного отношения
			pe	педагогики со-			· /	ориентироваться в своей системе	к учению, готовности
		ходов	флек		применять для разминки? Какова	но-контрольного типа и	передвигаться на	знаний; добывать новые знания;	и способности
			сии	трудничества, самоанализа и	1	реализация коррекционной нормы	лыжах, используя	ставить и формулировать проблемы;	обучающихся к
					техника	(фиксирования собственных	различные	самостоятельно выделять и	саморазвитию и
				коррекции действий	передвижения	затруднений в деятельности):	лыжные ходы:	формулировать познавательную	саморазвитию и самообразованию на
				деиствии	одновременным	проведение разминки на лыжах;	попеременный	цель; перерабатывать полученную	основе мотивации к
					одношажным	проверка выполнения домашнего	двухшажный и	информацию.	обучению и познанию,
					ходом? Как вы-	задания; повторение техники	одновременный	Коммуникативные: сохранять	1
					полняется стартовое	перехода с одного лыжного хода	одношажный;	доброжелательное отношение друг к другу; устанавливать рабочие	осознанного и ответственного отно-
					ускорение с	на другой, техники	выполнять уско-	отношения; оказывать посильную	шения к собственным
					помощью одно-	одновременного одношажного	рение с помошью	помошь товарищу при выполнении	поступкам; умение
					временного од-	хода (скоростной вариант);	одновременного	физических упражнений.	, , ,
					ношажного хода?	проведение подвижной игры на	одношажного	Регулятивные: самостоятельно	управлять своими эмо- циями; умение преду-
					Каким образом		хода; переходить с	выделять и формулировать	1 0
					нужно переходить с	способов выполнения домашнего	одного хода на	познавательную цель; искать и	преждать конфликтные
					одного лыжного	задания	другой; ирать в	выделять необходимую инфор-	
					хода на другой?		подвижную игру	мацию; видеть указанную ошибку и	ситуации и находить
1					Каковы правила		«Накаты»	исправлять ее по указанию	выходы из спорных
	l II								

55		1_	1	-		-	[-
х	едование Урок обще- мето- доло- гиче- ской на- прав- лен- ности	Здоровье- сбережения, развивающего обучения, диф- ференцирован- ного подхода в обучении, личностно ори- ентированного обучения, самоанализа и коррекции действий	Какие упражнения на лыжах с лыжными палками следует применять для разминки? Как выполняется стартовое ускорение с помощью одновременного одношажного хода? Каким образом нужно переходить с одною лыжного хода на другой? Каковы правила проведения подвижной игры на лыжах «Накаты»?	деятельностных способностей и способностей к структурированию и систематизации изучаемого предметного содержания: разучивание разминки на лыжах с лыжными палками; проверка выполнения домашнего задания; разучивание новых вариантов перехода с одного лыжного хода на другой; повторение изученных вариантов лыжных ходов; совершенствование техники одновременного одношажного хода (скоростной вариант); проведение подвижной игры на лыжах «Накаты»; проектирование способов выполнения домашнего	передвигаться на лыжах, используя различные лыжные ходы: попеременный двухшажный и одновременный; выполнять ускорение с помощью одновременного хода;	поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий; понимать учебные задачи урока и стремиться их выполнить. Коммуникативные: формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы; сохранять доброжелательное отношение друг к другу. Регулятивные:	Формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам; формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудни честве со сверстниками и взрослыми в процессе образовательной деятельности
36 Коньков лыжах	вый ход на Урок от кры тия нового зна ния	Здоровье- сбережения, информационно- комму- никационные, педагогики со- трудничества, дифференци- рованного под- хода в обучении. личностно ориентирован- ного обучения, самоанализа и коррекции действий	Какие упражнения на лыжах с лыжными палками следует применять для разминки? Как выполняется коньковый ход на лыжах? Каким образом нужно переходить с одного лыжного хода на друг ой? Как нужно распределять свои силы по дистанции 1,5 км?	Формирование у учащихся умений построения и реализации новых знаний (понятий, способов действий и т. д.); повторение разминки на лыжах с лыжными палками; проверка выполнения домашнего задания; разучивание техники конькового хода; повторение техники чередования лыжных ходов; прохождение дистанции 1.5 км на лыжах; проектирование способов выполнения домашнего задания		самого себя как движущую силу	Формирование осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам; умение обеспечивать оптимальное сочетание умственных, физических нагрузок и отдыха; формирование нравственных чувств и нравственного поведения; формирование ответственного отношения к учению

-								
37	Коньковый ход на	Урок	Здоровье-	Какие упражнения	Формирование у учащихся	Научиться разми-	Познавательные: осознавать	Формирование осо-
	лыжах	pe	сбережения,	на лыжах с лыж-	способностей к рефлексии	наться на лыжах с	познавательную задачу;	знанного и
		флек	педагогики со-	ными палками	коррекционно- контрольного типа	лыжными пал-	ориентироваться в своей	ответственного
		сии	трудничества,	следует применять	и реализация коррекционной	ками; передви-	системе знаний; выполнять	отношения к соб-
			дифференци-	для разминки?	нормы (фиксирования	гаться на лыжах,	учебнопознавательные	ственным поступкам;
			рованного под-	Как выполняется	собственных затруднений в	используя раз-	действия. Коммуникативные: с	умение обеспечивать
			хода в обучении,	коньковый ход на	деятельности): проведение	личные лыжные	достаточной полнотой и	оптимальное
			личностно	лыжах? Каким	разминки на лыжах с лыжными	ходы: поперемен-	точностью выражать свои мыс-	сочетание
			ориентирован-	образом нужно	палками; проверка выполнения	ный двухшажный,	ли в соответствии с задачами и	умственных, физиче-
			ного обучения,	переходить с одного	домашнего задания; повторение	одновременный	условиями коммуникации;	ских нагрузок и от-
			самоанализа и	лыжного хода на	техники конькового хода:	одношажный,	эффективно сотрудничать и	дыха; формирование
			коррекции	другой? Как нужно	совершенствование техники	коньковый; пере-	способствовать продуктивной	нравственных чувств
			действий	распределять свои	чередования лыжных ходов;	ходить с одного	кооперации.	и нравственного пове-
				силы по дистанции	прохождение дистанции 1,5 км на	хода на другой;	Регулятивные: осознавать	дения
				1,5 км?	лыжах; проектирование способов		самого себя как движущую силу	
					выполнения домашнего задания	ную дистанцию	своего научения, свою	
							способность к преодолению пре-	
							пятствий и самокоррекции;	
							сохранять заданную цель;	
							осуществлять действие по	
							образцу и заданному правилу	
38	Подъемы на склон	Урок	Здоровье -	Какие упражнения	Формирование у учащихся	Научиться разми-	Познавательные: понимать	Развитие готовности и
	и спуски со склона	обше-	сбережения,	на лыжах следует	деятельностных способностей и	наться на лыжах;	учебные задачи урока,	способности обучаю-
		мето-	развивающего	применять для	способностей к структурированию	подниматься на	стремиться их выполнять;	щихся к саморазвитию
		доло-	обучения, диф-	разминки? Какие	и систематизации изучаемого	склон и спускаться	высказывать предположения,	и самообразованию на
		гиче-	ференцирован-	варианты подъемов	предметного содержания:	со склона;	делать обобщения.	основе мотивации к
		ской	ного подхода в	на склон и спусков	проведение разминки на лыжах;	передвигаться	Коммуникативные:	обучению и познанию;
		на-	обучении,	со склона	проверка выполнения домашнего	коньковым ходом;	устанавливать рабочие	формирование
		прав-	личностно	существуют? Какова	задания; повторение техники	понимать технику	отношения; оказывать	нравственных чувств
		лен-	ориентирован-	техника подъемов	подъемов на склон и спуска со	выполнения	посильную помощь товарищу	и нравственного по-
		ности	ного обучения,	на склон и спусков с	склона; совершенствование тех-	упражнений на	при выполнении физических	ведения, осознанного
		noom	самоанализа и	них? Какова техника	ники конькового хода;	лыжах	упражнений; эффективно	и ответственного
			коррекции	конькового хода и	разучивание техники торможения	Пынца	сотрудничать и способствовать	отношения к
			действий	торможения	«плугом»; проектирование		продуктивной кооперации;	собственным
			денетыни	«плугом»?	способов выполнения домашнего		формировать навыки	поступкам;
				William Com//:	задания		сотрудничества со	формирование
					задания		• • • •	установки на без-
							сверстниками и взрослыми. Регулятивные: видеть	опасный и здоровый
							указанную ошибку и	опасныи и здоровыи образ жизни
							= =	оораз жизни
							исправлять ее по указанию	
							взрослого; сохранять заданную	
							цель; осуществлять действие по	
							образцу и заданному правилу;	
							адекватно оценивать свои	
							действия и действия партнеров	

39	Подъемы на склон и спуски со склона	Урок ре флек сии	Здоровье- сбережения, педагогики со- трудничества, дифференци- рованного под- хода в обучении, личностно ориентирован- ного обучения, самоанализа и коррекции действий	Какие упражнения на лыжах следует применять для разминки? Какие варианты подъемов на склон и спусков со склона существуют? Какова техника подъемов на склон и спусков с них? Какова техника конькового хода и торможения «плугом»?	Формирование у учащихся способностей к рефлексии коррекционно-контрольного типа и реализация коррекционной нормы (фиксирования собственных затруднений в деятельности): проведение разминки на лыжах; проверка выполнения домашнего задания; совершенствование техники подъемов на склон и спуска со склона, техники конькового хода: повторение техники торможения «плугом»; проектирование способов выполнения домашнего задания	Научиться разминаться на лыжах; подниматься на склон и спускаться со склона; передвигаться коньковым ходом; понимать технику выполнения упражнений на лыжах	Познавательные: понимать учебные задачи урока, стремиться их выполнять; высказывать предположения, делать обобщения. Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения; оказывать носильную помощь товарищу при выполнении физических упражнений; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; формировать навыки сотрудничества со сверстниками и взрослыми. Регулятивные: видеть указанную ошибку и исправлять ее по указанию взрослого; сохранять заданную цель; осуществлять действие по образцу и заданному правилу; адекватно оценивать свои действия и действия партнеров	Формирование осо- знанного и ответственного отношения к соб- ственным поступкам; умение обеспечивать оптимальное сочетание умственных, физиче- ских нагрузок и отдыха; формирование ответственного отношения к учению
40	Торможение боковым соскальзыванием	Урок обшемето- доло- гиче- ской на- прав- лен- ности	Здоровье- сбережения, развивающего обучения, диф- ференцирован- ного подхода в обучении, личностно ориентирован- ного обучения, самоанализа и коррекции действий	Какие упражнения на лыжах с лыжными палками следует применять для разминки? Какие варианты подъемов на склон и спусков со склона существуют? Какова техника торможения боковым скольжением? Каковы правила подвижной игры на лыжах «Затормози в квадрате»?	деятельностных способностей и способностей к структурированию и систематизации изучаемого предметного содержания: проведение разминки на лыжах с лыжными палками; проверка выполнения домашнего задания; повторение техники подъемов на склон и спуска со склона; разучи-	понимать технику выполнения торможения боковым сколь- жением: играть в	Познавательные: ставить и формулировать проблемы; высказывать предположения; делать выводы и обобщения; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; перерабатывать полученную информацию. Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; формировать навыки сотрудничества со сверстниками и взрослыми. Регулятивные: видеть указанную ошибку и исправлять се по указанию взрослого; сохранять заданную цель; осуществлять действие по образцу и заданному правилу; адекватно оценивать свои действия и действия партнеров	Формирование осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам; умение управлять своими эмоциями; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни; умение владеть культурой общения и взаимодействия в процессе занятий физическими упражнениями и во время игр

_	 			•				T	,
41		Торможение	Урок	Здоровье-	Какие упражнения	1 1 22	Научиться разми-	Познавательные: ставить и	Формирование осо-
		боковым	pe	сбережения,	на лыжах	• •	наться на лыжах;	формулировать проблемы;	знанного и ответ-
		соскальзыванием	флек	педагогики со-	слыжными палками		подниматься на	высказывать предположения; делать выводы и обобщения;	ственного отношения
			сии	трудничества,	следует применять	l .	склон и спускаться	самостоятельно выделять и	к собственным
				дифференци-	для разминки?	нормы (фиксирования	со склона;	формулировать познавательную	поступкам; умение
				рованного под-	Какие варианты	собственных затруднений в	понимать технику	цель; перерабатывать полученную	управлять своими
				хода в обучении,		[· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	выполнения тор-	информацию. Коммуникативные:	эмоциями; умение
				личностно	спусков со склона	разминки на лыжах с лыжными	можения боковым	устанавливать рабочие отношения;	владеть культурой
				ориентирован-			скольжением; иг-	эффективно сотрудничать и	общения и взаи-
				ного обучения,	техника торможения	I The state of the	рать в подвижную	способствовать продуктивной	модействия в процессе
				самоанализа и	боковым	совершенствование техники	игру «Затормози в	кооперации; формировать навыки	занятий физическими
				коррекции	скольжением?	подъемов на склон и спуска со	квадрате»	сотрудничества со сверстниками и	упражнениями и во
				действий	Каковы правила	склона; повторение техники		взрослыми. <i>Регулятивные</i> : видеть указанную	время игр; фор-
					подвижной игры на	торможения боковым		ошибку и исправлять ее по	мирование установки
						соскальзыванием; проведение		указанию взрослого; сохранять	на безопасный и
					квадрате»?	подвижной игры «Затормози в		заданную цель; осуществлять	здоровый образ жизни
						квадрате»; проектирование		действие по образцу и заданному	
						способов выполнения домашнего		правилу; адекватно оценивать свои	
						задания		действия и действия партнеров	
42		Прохождение	Урок	Здоровье-	Как подбираются	Формирование у учашихся	Научиться разми-	Познавательные: выполнять	Формирование умения
42			Урок обще-	Здоровье- сбережения,	Как подбираются упражнения для	Формирование у учашихся деятельностных способностей и		Познавательные: выполнять учебно-познавательные действия;	Формирование умения предупреждать кон-
42		Прохождение дистанции 2,5 км на лыжах		сбережения,	упражнения для	деятельностных способностей и	наться на лыжах;	учебно-познавательные действия;	Формирование умения предупреждать конфликтные ситуации и
42		дистанции 2,5 км на	обще-	сбережения, проблемного	упражнения для разминки на лыжах?	деятельностных способностей и	наться на лыжах; преодолевать ди-	учебно-познавательные действия; формулировать познавательную	предупреждать кон-
42		дистанции 2,5 км на	обще- мето-	сбережения, проблемного обучения, диф-	упражнения для разминки на лыжах?	деятельностных способностей и способностей к структурированию	наться на лыжах; преодолевать ди- станцию в 2,5 км,	учебно-познавательные действия;	предупреждать кон- фликтные ситуации и
42		дистанции 2,5 км на	обще- мето- доло-	сбережения, проблемного обучения, диф- ференцирован-	упражнения для разминки на лыжах? Как правильно преодолевать	деятельностных способностей и способностей к структурированию и систематизации изучаемого предметного содержания:	наться на лыжах; преодолевать ди- станцию в 2,5 км, правильно подби-	учебно-познавательные действия; формулировать познавательную цель: перерабатывать полученную	предупреждать конфликтные ситуации и находить выходы из
42		дистанции 2,5 км на	обще- мето- доло- гиче-	сбережения, проблемного обучения, диф- ференцирован- ного подхода	упражнения для разминки на лыжах? Как правильно преодолевать	деятельностных способностей и способностей к структурированию и систематизации изучаемого предметного содержания:	наться на лыжах; преодолевать ди- станцию в 2,5 км, правильно подби- рая лыжный ход и	учебно-познавательные действия; формулировать познавательную цель: перерабатывать полученную информацию. Коммуникативные:	предупреждать кон- фликтные ситуации и находить выходы из спорных ситуаций в
42		дистанции 2,5 км на	обще- мето- доло- гиче-	сбережения, проблемного обучения, диф- ференцирован- ного подхода направлен	упражнения для разминки на лыжах? Как правильно преодолевать дистанцию 2,5 км на лыжах? Какова	деятельностных способностей и способностей к структурированию и систематизации изучаемого предметного содержания: проведение разминки на лыжах;	наться на лыжах; преодолевать ди- станцию в 2,5 км, правильно подби- рая лыжный ход и распределяя силы	учебно-познавательные действия; формулировать познавательную цель: перерабатывать полученную информацию. Коммуникативные: эффективно сотрудничать и	предупреждать кон- фликтные ситуации и находить выходы из спорных ситуаций в процессе игровой и
42		дистанции 2,5 км на	обще- мето- доло- гиче-	сбережения, проблемного обучения, диф- ференцирован- ного подхода направлен ности	упражнения для разминки на лыжах? Как правильно преодолевать дистанцию 2,5 км на лыжах? Какова	деятельностных способностей и способностей к структурированию и систематизации изучаемого предметного содержания: проведение разминки на лыжах; проверка выполнения домашнего задания; совершенствование	наться на лыжах; преодолевать ди- станцию в 2,5 км, правильно подби- рая лыжный ход и распределяя силы по дистанции;	учебно-познавательные действия; формулировать познавательную цель: перерабатывать полученную информацию. Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной	предупреждать конфликтные ситуации и находить выходы из спорных ситуаций в процессе игровой и соревновательной
42		дистанции 2,5 км на	обще- мето- доло- гиче-	сбережения, проблемного обучения, диф- ференцирован- ного подхода направлен ности	упражнения для разминки на лыжах? Как правильно преодолевать дистанцию 2,5 км на лыжах? Какова техника подъемов на склон и спусков с	деятельностных способностей и способностей к структурированию и систематизации изучаемого предметного содержания: проведение разминки на лыжах; проверка выполнения домашнего задания; совершенствование	наться на лыжах; преодолевать ди- станцию в 2,5 км, правильно подби- рая лыжный ход и распределяя силы по дистанции;	учебно-познавательные действия; формулировать познавательную цель: перерабатывать полученную информацию. Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: определять новый	предупреждать кон- фликтные ситуации и находить выходы из спорных ситуаций в процессе игровой и соревновательной деятельности на ос-
42		дистанции 2,5 км на	обще- мето- доло- гиче-	сбережения, проблемного обучения, диф- ференцирован- ного подхода направлен ности	упражнения для разминки на лыжах? Как правильно преодолевать дистанцию 2,5 км на лыжах? Какова техника подъемов на склон и спусков с них? Какие варианты	деятельностных способностей и способностей к структурированию и систематизации изучаемого предметного содержания: проведение разминки на лыжах; проверка выполнения домашнего задания; совершенствование техники лыжных ходов;	наться на лыжах; преодолевать ди- станцию в 2,5 км, правильно подби- рая лыжный ход и распределяя силы по дистанции;	учебно-познавательные действия; формулировать познавательную цель: перерабатывать полученную информацию. Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе	предупреждать кон- фликтные ситуации и находить выходы из спорных ситуаций в процессе игровой и соревновательной деятельности на ос- нове уважительного и
42		дистанции 2,5 км на	обще- мето- доло- гиче-	сбережения, проблемного обучения, диф- ференцирован- ного подхода направлен ности	упражнения для разминки на лыжах? Как правильно преодолевать дистанцию 2,5 км на лыжах? Какова техника подъемов на склон и спусков с них? Какие варианты	деятельностных способностей и способностей к структурированию и систематизации изучаемого предметного содержания: проведение разминки на лыжах; проверка выполнения домашнего задания; совершенствование техники лыжных ходов; прохождение дистанции 2,5 км на	наться на лыжах; преодолевать ди- станцию в 2,5 км, правильно подби- рая лыжный ход и распределяя силы по дистанции;	учебно-познавательные действия; формулировать познавательную цель: перерабатывать полученную информацию. Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности;	предупреждать кон- фликтные ситуации и находить выходы из спорных ситуаций в процессе игровой и соревновательной деятельности на ос- нове уважительного и доброжелательного
42		дистанции 2,5 км на	обще- мето- доло- гиче-	сбережения, проблемного обучения, диф- ференцирован- ного подхода направлен ности	упражнения для разминки на лыжах? Как правильно преодолевать дистанцию 2,5 км на лыжах? Какова техника подъемов на склон и спусков с них? Какие варианты лыжных ходов	деятельностных способностей и способностей к структурированию и систематизации изучаемого предметного содержания: проведение разминки на лыжах; проверка выполнения домашнего задания; совершенствование техники лыжных ходов; прохождение дистанции 2,5 км на лыжах; совершенствование	наться на лыжах; преодолевать ди- станцию в 2,5 км, правильно подби- рая лыжный ход и распределяя силы по дистанции;	учебно-познавательные действия; формулировать познавательную цель: перерабатывать полученную информацию. Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности; адекватно оценивать свои действия	предупреждать кон- фликтные ситуации и находить выходы из спорных ситуаций в процессе игровой и соревновательной деятельности на ос- нове уважительного и доброжелательного отношения к
42		дистанции 2,5 км на	обще- мето- доло- гиче-	сбережения, проблемного обучения, диф- ференцирован- ного подхода направлен ности	упражнения для разминки на лыжах? Как правильно преодолевать дистанцию 2,5 км на лыжах? Какова техника подъемов на склон и спусков с них? Какие варианты лыжных ходов	деятельностных способностей и способностей к структурированию и систематизации изучаемого предметного содержания: проведение разминки на лыжах; проверка выполнения домашнего задания; совершенствование техники лыжных ходов; прохождение дистанции 2,5 км на лыжах; совершенствование техники подъемов на склоны и	наться на лыжах; преодолевать ди- станцию в 2,5 км, правильно подби- рая лыжный ход и распределяя силы по дистанции;	учебно-познавательные действия; формулировать познавательную цель: перерабатывать полученную информацию. Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности; адекватно оценивать свои действия и действия партнеров;	предупреждать кон- фликтные ситуации и находить выходы из спорных ситуаций в процессе игровой и соревновательной деятельности на ос- нове уважительного и доброжелательного отношения к окружающим;
42		дистанции 2,5 км на	обще- мето- доло- гиче-	сбережения, проблемного обучения, диф- ференцирован- ного подхода направлен ности	упражнения для разминки на лыжах? Как правильно преодолевать дистанцию 2,5 км на лыжах? Какова техника подъемов на склон и спусков с них? Какие варианты лыжных ходов	деятельностных способностей и способностей к структурированию и систематизации изучаемого предметного содержания: проведение разминки на лыжах; проверка выполнения домашнего задания; совершенствование техники лыжных ходов; прохождение дистанции 2,5 км на лыжах; совершенствование техники подъемов на склоны и спуска со склонов; проектирование	наться на лыжах; преодолевать ди- станцию в 2,5 км, правильно подби- рая лыжный ход и распределяя силы по дистанции;	учебно-познавательные действия; формулировать познавательную цель: перерабатывать полученную информацию. Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности; адекватно оценивать свои действия и действия партнеров; осуществлять действие по образцу	предупреждать кон- фликтные ситуации и находить выходы из спорных ситуаций в процессе игровой и соревновательной деятельности на ос- нове уважительного и доброжелательного отношения к окружающим; формирование
42		дистанции 2,5 км на	обще- мето- доло- гиче-	сбережения, проблемного обучения, диф- ференцирован- ного подхода направлен ности	упражнения для разминки на лыжах? Как правильно преодолевать дистанцию 2,5 км на лыжах? Какова техника подъемов на склон и спусков с них? Какие варианты лыжных ходов	деятельностных способностей и способностей к структурированию и систематизации изучаемого предметного содержания: проведение разминки на лыжах; проверка выполнения домашнего задания; совершенствование техники лыжных ходов; прохождение дистанции 2,5 км на лыжах; совершенствование техники подъемов на склоны и спуска со склонов; проектирование способов выполнения домашнего	наться на лыжах; преодолевать ди- станцию в 2,5 км, правильно подби- рая лыжный ход и распределяя силы по дистанции;	учебно-познавательные действия; формулировать познавательную цель: перерабатывать полученную информацию. Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности; адекватно оценивать свои действия и действия партнеров; осуществлять действие по образцу и заданному правилу; сохранять	предупреждать кон- фликтные ситуации и находить выходы из спорных ситуаций в процессе игровой и соревновательной деятельности на ос- нове уважительного и доброжелательного отношения к окружающим; формирование установки на безопас-
42		дистанции 2,5 км на	обще- мето- доло- гиче-	сбережения, проблемного обучения, диф- ференцирован- ного подхода направлен ности	упражнения для разминки на лыжах? Как правильно преодолевать дистанцию 2,5 км на лыжах? Какова техника подъемов на склон и спусков с них? Какие варианты лыжных ходов	деятельностных способностей и способностей к структурированию и систематизации изучаемого предметного содержания: проведение разминки на лыжах; проверка выполнения домашнего задания; совершенствование техники лыжных ходов; прохождение дистанции 2,5 км на лыжах; совершенствование техники подъемов на склоны и спуска со склонов; проектирование способов выполнения домашнего	наться на лыжах; преодолевать ди- станцию в 2,5 км, правильно подби- рая лыжный ход и распределяя силы по дистанции;	учебно-познавательные действия; формулировать познавательную цель: перерабатывать полученную информацию. Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности; адекватно оценивать свои действия и действия партнеров; осуществлять действие по образцу	предупреждать конфликтные ситуации и находить выходы из спорных ситуаций в процессе игровой и соревновательной деятельности на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим; формирование установки на безопасный и здоровый образ
42		дистанции 2,5 км на	обще- мето- доло- гиче-	сбережения, проблемного обучения, диф- ференцирован- ного подхода направлен ности	упражнения для разминки на лыжах? Как правильно преодолевать дистанцию 2,5 км на лыжах? Какова техника подъемов на склон и спусков с них? Какие варианты лыжных ходов	деятельностных способностей и способностей к структурированию и систематизации изучаемого предметного содержания: проведение разминки на лыжах; проверка выполнения домашнего задания; совершенствование техники лыжных ходов; прохождение дистанции 2,5 км на лыжах; совершенствование техники подъемов на склоны и спуска со склонов; проектирование способов выполнения домашнего	наться на лыжах; преодолевать ди- станцию в 2,5 км, правильно подби- рая лыжный ход и распределяя силы по дистанции;	учебно-познавательные действия; формулировать познавательную цель: перерабатывать полученную информацию. Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности; адекватно оценивать свои действия и действия партнеров; осуществлять действие по образцу и заданному правилу; сохранять	предупреждать конфликтные ситуации и находить выходы из спорных ситуаций в процессе игровой и соревновательной деятельности на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим; формирование установки на безопасный и здоровый образ
42		дистанции 2,5 км на	обще- мето- доло- гиче-	сбережения, проблемного обучения, диф- ференцирован- ного подхода направлен ности	упражнения для разминки на лыжах? Как правильно преодолевать дистанцию 2,5 км на лыжах? Какова техника подъемов на склон и спусков с них? Какие варианты лыжных ходов	деятельностных способностей и способностей к структурированию и систематизации изучаемого предметного содержания: проведение разминки на лыжах; проверка выполнения домашнего задания; совершенствование техники лыжных ходов; прохождение дистанции 2,5 км на лыжах; совершенствование техники подъемов на склоны и спуска со склонов; проектирование способов выполнения домашнего	наться на лыжах; преодолевать ди- станцию в 2,5 км, правильно подби- рая лыжный ход и распределяя силы по дистанции;	учебно-познавательные действия; формулировать познавательную цель: перерабатывать полученную информацию. Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности; адекватно оценивать свои действия и действия партнеров; осуществлять действие по образцу и заданному правилу; сохранять	предупреждать конфликтные ситуации и находить выходы из спорных ситуаций в процессе игровой и соревновательной деятельности на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим; формирование установки на безопасный и здоровый образ

43	Прохождение	Урок	Здоровье-	Как подбираются	Формирование у учащихся	Научиться разми-	Познавательные:	Формирование
43					1 1 22			
	дистанции 3 км	рефлек	сбережения,	упражнения для	способностей к рефлексии	наться на лыжах;	самостоятельно выделять и	умения
	на лыжах	сии	проблемного	разминки на	коррекционно-контрольного	преодолевать	формулировать познавательную	предупреждать кон-
			обучения,	лыжах? Как	типа и реализация	дистанцию в 3 км.		фликтные ситуации и
			диф-	правильно пре-	коррекционной нормы		полученную информацию.	находить выходы из
			ференцирован-	одолевать ди-	(фиксирования собственных		Коммуникативные:	спорных ситуаций в
			ного подхода в	станцию 3 км на	затруднений в деятельности);	и распределяя	эффективно сотрудничать и	процессе игровой и
			обучении,	лыжах? Какова	проведение разминки на	силы по дистан-	способствовать продуктивной	соревновательной
			личностно	техника подъемов	лыжах; проверка выполнения	ции; кататься со	кооперации; устанавливать	деятельности на
			ориентирован-	на склон и спусков	домашнего задания;	склона	рабочие отношения.	основе уважительного
			ного	с них? Какие	совершенствование техники		Регулятивные: определять	и доброжелательного
			обучения,	варианты лыжных	лыжных ходов; прохождение;		новый уровень отношения к	отношения к
			самоанализа и	ходов существу-	дистанции 3 км на лыжах;		самому себе как субъекту	окружающим;
			коррекции	ют?	совершенствование техники		деятельности; умение	формирование
			действий		подъемов на склон и спусков		адекватно оценивать свои	установки на
					со склона; проектирование		действия и действия партнеров;	безопасный и здо-
					способов выполнения		сохранять заданную цель	ровый образ жизни
					домашнего задания			
44	Контрольный	Урок	Здоровьесбе-	Как проводится	Формирование у учащихся	Научиться под-	Познавательные: понимать	Формирование ответ-
	урок по теме	разви	режения, раз-	разминка на лы-	умений к осуществлению	бирать разми-	учебные задачи урока и	ственного отношения
	«Лыжная	ваю	вития навыков	жах? Каким об-	контрольной функции:	ночные упраж-	стремиться их выполнять;	к учению; умение
	подготовка»	щего	обобщения и	разом проходит	проведение разминки на	нения на лыжах для	ориентироваться в своей	управлять своими
		кон	системати-	контрольный урок	лыжах; контроль и	контрольного	системе знаний; делать	эмоциями;
		троля	зации знаний,	по теме «Лыжная	самоконтроль изученных	урока; технично	обобщения и выводы.	формирование
		-	самодиагности	подготовка»? Как	умений и навыков; выполнение	выполнять все	Коммуникативные: владеть	коммуникативной
			ки и самокор-	выполняются кон-	контрольных упражнений:	заданные упраж-	монологической и	компетентности в об-
			рекции резуль-	трольные упраж-	различных лыжных ходов,		диалогической формами речи в	щении и сотрудниче-
			татов	нения на лыжах?	спусков, подъемов и		соответствии с	стве со сверстниками
				Какова техника	торможений	динировать свои	грамматическими и	и взрослыми в
				передвижения на	•		синтаксическими нормами	процессе
				лыжах		/ /	родного языка.	образовательной дея-
				различными		трольного урока	Регулятивные: сохранять	тельности; формиро-
				ходами? Какова		1	заданную цель; осуществлять	вание нравственных
				техника подъемов			итоговый и пошаговый	чувств и
				на склон и			контроль	нравственного
				спусков с них на			1	поведения
				лыжах?				

Спортивные игры. Волейбол. (8 ч.)

45	Передача мяча сверху двумя пруками пруками при при при при при при при при при пр	Урок обще- мето- доло- гиче- скои на- прав- лен- сти	Здоровье- сбережения, проблемного обучения, информаци онно-комму никационные, дифференци рованного под да в обучении, личностно ориентирован- ною обучения, самоанализа и коррекции действий, кол- лективного выполнения задания	Как проводится разминка с волей больным мячом? Какова техника приема и передачи мяча в парах свер ху двумя руками? Каковы правила спортивной игры «Волейбол»?	Формирование у учащихся деятельностных способностей и способностей к структурированию и систематизации изучаемого предметного содержания: разучивание разминки с волейбольным мячом; повторение техники приема и передачи мяча в парах сверху двумя руками; повторение правил спортивной игры «Волейбол»; проведение спортивной игры «Волейбол»; проектирование способов выполнения домашнего задания	Научиться разминаться с волейбольным мячом; выполнять прием и передачи волейбольного мяча в парах сверху двумя руками; играть и понимать правила спортивной игры «Волейбол»	Познавательные: ставить и формулировать проблемы; высказывать предположения; делать выводы и обобщения; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; перерабатывать полученную информацию. Коммуникативные: слушать и слышать друг друга; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; контролировать свою деятельность по результату	Формирование ответственною отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни
46	Волейбол. Переда- ча мяча сверху двумя руками в прыжке и назад	Урок обще- мето- доло- гиче- ской на- прав- лен- ности	Злоровьесбережения, коллективного выполнения задания, развивающего обучения, дифференцированного подхода в обучении, личностно ориентированного обучения, самоанализа и коррекции действий, коллективного выполнения задания	Как проводится разминка с волей-больным мячом? Какова техника приема и передачи волейбольного мяча сверху двумя руками в парах? Какова техника передач мяча двумя руками сверху в прыжке и назад? Каковы правила спортивной игры «Волейбол»?	Формирование у учащихся деятельностных способностей и способностей к структурированию и систематизации изучаемого предметного содержания: повторение разминки с волейбольным мячом; проверка выполнения домашнего задания; совершенствование техники приема и передачи мяча сверху двумя руками 1 в парах; передачи мяча двумя руками 1 сверху в прыжке и назад; проведение 1 спортивной игры «Волейбол»; проектирование способов выполнения домашнего задания	Научиться разминаться с волейбольным мячом; выполнять прием и передачи волейбольного мяча сверху двумя рукам и в парах; выполнять передачи мяча двумя руками сверху в прыжке и назад; играть в спортивную игру «Волейбол»	Познавательные: осознавать познавательную задачу; понимать учебные задачи урока и стремиться их выполнять. Коммуникативные: слушать и слышать друг друга; устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. Регулятивные: видеть указанную ошибку и исправлять се по указанию взрослого; осуществлять действие по образцу и заданному правилу; контролировать свою деятельность по результату	Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни

				1	T		T	1	, , , , , , , , , , , , , , , , , , , ,
47		Волейбол. Переда-	Урок	Здоровьесбере-	Как проводится	Формирование у учащихся	Научиться разми-	Познавательные: выполнять	Формирование ответ-
		ча мяча сверху за	обще-	жения, коллек-	разминка с волей-	деятельностных способностей и	наться с волей-	учебно- познавательные	ственного отношения
		голову, прием	мето-	тивного выпол-	больным мячом в	способностей к структурированию	больным мячом в	действия; ориентироваться в	к учению, осознанного
		мяча снизу,	доло-	нения задания,	парах? Как вы-	и систематизации изучаемого	парах; выполнять	системе знаний; понимать	и ответственного
		нижняя прямая и	гиче-	развивающего	полняются передачи	предметного содержания:	прием и передачи	учебные задачи урока и	отношения к
		боковая подачи	ской	обучения, диф-	мяча сверху двумя	разучивание разминки с	волейбольного	стремиться их выполнять.	собственным
			на-	ференцирован-	руками в парах в	волейбольным мячом в парах;	мяча сверху двумя	Коммуникативные: слушать и	поступкам;
			прав-	ного подхода в	прыжке и назад?	проверка выполнения домашнего	руками в парах в	слышать друг друга;	проявление культуры
			лен-	обучении,	Как выполняются	задания; повторение техники	прыжке, снизу и	устанавливать рабочие от-	общения и
			ности	личностно	передачи и прием	приема и передач мяча снизу и	назад, выполнять	ношения; эффективно	взаимодействия в
				ориентирован-	мяча снизу? Какова	сверху, техники передачи мяча	нижнюю прямую и	сотрудничать и способствовать	процессе занятий
				ного обучения,	техника нижней	сверху двумя руками в парах в	боковую подачи	продуктивной кооперации.	физической
				самоанализа и	прямой подачи	прыжке и назад;	через сетку; играть	Регулятивные: видеть	культурой; умение
				коррекции	мяча? Какова	совершенствование техники ниж-	в подвижную игру	указанную ошибку и	предупреждать
				действий, кол-	техника боковой	ней прямой подачи мяча, техники	«Точная подача»	исправлять ее по указанию	конфликтные
				лективного	подачи мяча? Ка-	боковой подачи мяча; проведение		взрослого; осуществлять	ситуации и находить
				выполнения	ковы правила про-	подвижной игры «Точная подача»;		действие по образцу и	выходы из спорных
				задания	ведения подвижной	проектирование способов		заданному правилу;	ситуаций в процессе
					игры «Точная	выполнения домашнего задания		контролировать свою	игровой и
					подача»?			деятельность по результату	соревновательной
									деятельности
48			Урок		Какие упражнения	Формирование у учащихся	Научиться разми-	Познаватыьные: понимать	Формирование ответ-
		пападающий удар	обще-	жения,коллек	входят в разминку с	деятельностных способностей и	наться с набивны-	учебные задачи урока и	ственного отношения
			мето-	тивного выпол	набивными мячами?	способностей к структурированию	ми мячами; вы-	стремиться их выполнять;	к учению, готовности
			доло- гиче-	нения задания, развивающего	Какова техника	и систематизации изучаемого	полнять прямой	самостоятельно выделять и	и способности
			ской	обучения, диф	выполнения	предметного содержания:	нападающий удар:	формулировать	обучающихся к
			на-		прямого напа-	разучивание разминки с	разнообразные	познавательную цель;	саморазвитию и
			прав-	ного подхода	дающего удара?	набивными мячами; проверка вы-	приемы и подачи	перерабатывать полученную	самообразованию на
			лен-	в обучении,	Какие варианты	полнения домашнего задания;	волейбольного	информацию.	основе мотивации к
		l k	сти	ностно	приема и передачи	повторение техники выполнения	мяча; играть в	Коммуникативные: слушать и	обучению и познанию;
				ориентированного	волейбольного мяча	прямого нападающего удара;	спортивную игру	слышать друг друга;	формирование
				обучения,	существуют?	совершенствование техники	«Волейбол»	устанавливать рабочие от-	коммуникативной
				самоанализа и	Каковы правила	приема и передачи мяча		ношения; эффективно	компетентности в об-
				коррекции	спортивной игры	различными способами;		сотрудничать и способствовать	щении и сотрудниче-
				действий	«Волейбол»?	проведение спортивной игры		продуктивной кооперации.	стве со сверстниками
						«Волейбол»; проектирование		Регулятивные: видеть	и взрослыми в про-
						способов выполнения домашнего		указанную ошибку и исправлять	цессе образовательной
						задания		ее по указанию взрослого;	деятельности; умение
								осуществлять действие по	содержать в порядке
								образцу и заданному правилу;	спортивный инвентарь
								контролировать свою	и оборудование
1	1				1				1277
								деятельность по результату	

10		1	1	In -	1			I	
49		Волейбол. Прямой	Урок	Здоровьесбере-	Какие упражнения	Формирование у учащихся		Познавательные: понимать	Формирование от-
		нападающий удар	ре флексии	жения, коллек тивного выпол	входят в разминку с	способностей к рефлексии		учебные задачи урока и	ветственного отно-
			флексии	нения задания,	на бивными	коррекционно-контрольного типа	ми мячами; вы-	стремиться их выполнять;	шения к учению,
				развивающего	мячами? Какова	и реализация коррекционной	полнять прямой	самостоятельно выделять и	готовности и способ-
				обучения, диф	техника выполнения	нормы (фиксирования	нападающий удар;	формулировать познавательную	ности обучающихся к
				ференцирован	прямого напа-	собственных затруднений в	разнообразные	цель; перерабатывать	саморазвитию и
				ного подхода	дающего удара?	деятельности): повторение	приемы и подачи	полученную информацию.	самообразованию на
				в обучении,	Какие варианты	разминки с набивными мячами;	волейбольного	Коммуникативные: слушать и	основе мотивации к
				личностно ориентирован	приема и передачи	проверка выполнения домашнего	мяча; играть в	слышать друг друга;	обучению и познанию;
				ного обучения.	волейбольного мяча	задания; совершенствование	спортивную игру	устанавливать рабочие от-	формирование
				самоанализа	существуют?	техники прямого нападающего	«Волейбол»	ношения; эффективно	коммуникативной
				и коррекции	Каковы правила	удара, техники приема и передачи		сотрудничать и способствовать	компетентности в об-
				йствий	спортивной игры	мяча различными способами;		продуктивной кооперации;	щении и сотрудниче-
					«Волейбол»?	проведение спортивной игры		сохранять доброжелательное	стве со сверстниками
						«Волейбол»; проектирование		отношение друг к другу	и взрослыми в про-
						способов выполнения домашнего		Регулятивные: видеть	цессе образовательной
						задания		указанную ошибку и исправлять	деятельности; умение
								ее по указанию взрослого;	содержать в порядке
								осуществлять действие по	спортивный инвентарь
								образцу и заданному правилу;	и оборудование
								контролировать свою	
50					-	~	**	деятельность по результату	
50		Отбивание мяча	Урок	Здоровье-	Какие упраж-	Формирование у учащихся	Научиться разми-	Познавательные: ставить и	Формирование ответ-
		кулаком через	откры	сбережения,	нения с волей-	умений построения и	наться с волей-	формулировать проблемы;	ственного отношения
		сетку	тия	педагогики	больным мячом	реализации новых знаний	больным мячом;	высказывать предположения;	к учению; умение вла-
			нового	co-	проводятся для	(понятий, способов действий и	выполнять отби-	делать выводы и обобщения,	деть культурой обще-
			знания	трудничества,	разминки? Какова	т. д.): разучивание разминки с	вание мяча кула-	самостоятельно выделять и	ния и взаимодействия
				развивающего	техника	во лейбольным мячом;	ком через сетку;	формулировать	в процессе занятий
				обучения,	отбивания мяча	проверка выполнения	выполнять прием	познавательную цель;	физическими упраж-
				диф-	кулаком через	домашнего задания; разучива-	мяча сверху с пе-	перерабатывать полученную	нениями, во время игр
				ференцирован	сетку? Какова	ние техники отбивания мяча	рекатом на спине;	информацию.	и соревнований;
				ного подхода	техника приема	кулаком через сетку, прием	играть в спортив-	Коммуникативные: слушать и	умение предупреждать конфликтные
				в обучении,	мяча сверху	мяча сверху двумя руками с	ную игру «Волей- бол»	слышать друг друга;	1
				личностно	двумя руками с перекатом на	перекатом на спине; прове дение спортивной игры	0011)	устанавливать рабочие отношения; эффективно	ситуации и находить выходы из спорных
				ориентирован ного	перекатом на спине? Каковы	жВолейбол»: проектирование		сотрудничать и способствовать	выходы из спорных ситуаций в процессе
				обучения,	правила	«волеиоол»: проектирование способов выполнения		продуктивной кооперации.	игровой и соревнова-
				самоанализа и	правила спортивной игры	домашнего задания		продуктивной кооперации. Регулятивные: видеть	тельной деятельности
				коррекции	«Волейбол»?	домашпого задания		указанную ошибку и исправлять	на основе уважитель-
				коррекции действий	"DOUCHOOIL":			ее по указанию взрослого;	ного и доброжела-
				денетыи				осуществлять действие по	тельного отношения к
								образцу и заданному правилу;	окружающим
								контролировать свою	окружающим
								деятельность по результату	
	1	1	1	1	1	1		исятельность по везультату	

Так	лейбол. ктические дей- вия. Игра по авилам гиче- ской на- прав- лен- сти	сбережения, проблемного обучения, развивающего обучения, диф ференцирован ного подхода в обучении, чностно ориентированного обучения, коллективного	мяча в волейболе? Какие тактические действия можно ис- пользовать, участвуя в спортивной игре	Формирование у учащихся деятельностных способностей и способностей к структурированию и систематизации изучаемого предметного содержания: проведение разминки с гимнастическими скакалками; проверка выполнения домашнего задания; совершенствование техники подач; повторение тактических действий во время проведения спортивной игры «Волейбол»; проведение спортивной игры «Волейбол»; проектирование способов выполнения домашнего задания	минаться с гим- настическими скакалками; выполнять подачи мяча через волейбольную сетку; действовать тактически и иг- рать в спортивную	Познавательные: выполнять учебно-познавательные действия; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; перерабатывать полученную информацию. Коммуникативные: слушать и слышать друг друга; устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности	Воспитание российской гражданской идентичности, чувства патриотизма и уважения к Отечеству; . осознание своей этнической принадлежности; знание истории развития физической культуры, спорта и олимпийского движения; формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками и взрослыми в процессе образовательной учебноисследовательской деятельности
yp	онтрольный Урок разви Волейбол» ваю щего кон троля	Здоровьесбережения, развития навыков обобщения и систематизации знаний, самодиагности ки и самокоррекции результатов	Как проводится разминка с волейбольным мячом? Какие волейбольные упражнения входят в контрольный урок? Как проходит контрольный урок по теме «Волейбол»? Каковы правила проведения спортивной игры «Волейбол»? Как подводятся итоги контрольного урока?	Формирование у учащихся умений к осуществлению контрольных функций: проведение разминки с волейбольным мячом; контроль и самоконтроль изученных умений и навыков; выполнение контрольных волейбольных упражнений; проведение спортивной игры «Волейбол»		Познавательные: ставить и формулировать проблемы; ориентироваться в своей системе знаний; делать обобщения и выводы. Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме; владеть монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка. Регулятивные: осуществлять итоговый и пошаговый контроль; сохранять заданную цель	

52	<u> </u>	Tr.	3.7	l n	10	Т.	TT	П	Α
53		Техника прыжка в высоту способом «перешагивание»	Урок обше- мето- доло- гиче- ской на- прав- лен- ности	Здоровье- сбережения, личностно ори- ентированного обучения, диф- ференцирован- ного подхода в обучении, проблемного обучения, пе- дагогики со- трудничества, информацион- но-коммуника- ционные	Какую разминку на месте необходимо проводить на уроке, посвященном прыжкам в высоту? Как выполняется прыжок в высоту способом «перешагивание»? Как проводится подвижная игра «Салки и мяч»?	Формирование у учащихся деятельностных способностей и способностей к структурированию и систематизации изучаемого предметного содержания: разучивание разминки на месте; проверка выполнения домашнего задания; повторение техники прыжка в высоту способом «перешагивание»; проведение подвижной игры «Салки и мяч»; проектирование способов выполнения домашнего задания	Научиться проводить разминку на месте; выполнять прыжки в высоту способом «перешагивание»: проводить подвижную игру «Салки и мяч»	Познавательные: выполнять учебно-познавательные действия; ориентироваться в своей системе знаний, добывать новые знания; ставить и формулировать проблемы; высказывать предположения, делать выводы и обобщения; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату; видеть указанную ошибку и исправлять ее по указанию взрослого	Формирование ком- муникативной компе- тентности в общении и сотрудничестве со сверстниками в про- цессе образовательной деятельности; умение содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование
54		Прыжок в высоту способом «переша-гивание»	Урок обще- мето- доло- гиче- ской на- прав- лен- ности	Здоровье- сбережения, личностно ори- ентированного обучения, диф- ференцирован- ного подхода в обучении, проблемного обучения,пе- дагогики со- трудничества, информационно- коммуника- ционные	месте необходимо	Формирование у учащихся деятельностных способностей и способностей к структурированию и систематизации изучаемого предметного содержания: проведение разминки на месте; проверка выполнения домашнего задания; совершенствование техники прыжка в высоту способом «перешагивание»: проведение подвижной игры «Салки и мяч»; проектирование способов выполнения домашнего задания	водить разминку на месте; вы- полнять прыжки в высоту способом «перешагивание» на результат; вно- сить изменения в свои действия для улучшения результата; про-	Познавательные: выполнять учебно-познавательные действия; ориентироваться в своей системе знаний; добывать новые знания; ставить и формулировать проблемы; высказывать предположения; делать выводы и обобщения; самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату; видеть указанную ошибку и исправлять ее по указанию взрослого	Формирование ответственного отношения к учению; проявление культуры общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой

55	Тестирование прыжка в высоту способом «перешагивание»	ваю-	Здоровьесбе- режения, раз- вития иссле- довательских навыков, диф- ференцирован- ного подхода в обучении, са- модиагностики и самокоррекции результатов, педагогики сотрудничества	Какую разминку на месте необходимо проводить на уроке, посвященном прыжкам в высоту? Как выполняется прыжок в высоту способом «перешагивание»? Как проходит тестирование прыжка в высоту способом «перешагивание»? Как проводится подвижная игра «Салки и мяч»?	Формирование у учащихся способностей к рефлексии коррекционно-контрольного типа и реализация коррекционной нормы (фиксирования собственных затруднений в деятельности): повторение разминки на месте; проверка выполнения домашнего задания; проведение тестирования прыжка в высоту способом «перешагивание»; проведение подвижной игры «Салки и мяч»; проектирование способов выполнения домашнего задания	Научиться проводить разминку на месте; выполнять прыжки в высоту' способом «перешагивание» на результат; вносить изменения в свои действия для улучшения результата; проводить подвижную игру «Салки и мяч	Познавательные: ставить и формулировать проблемы; выполнять учебно-познавательные действия; делать обобщения, выводы. Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме. Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату; видеть указанную ошибку и исправлять ее по указанию взрослого	
56	Кроссовая подготовка. Бег на средние дистанции. Развитие выносливости	Урок рефлек сии	Здоровьесбережения, развития навыков обобщения и систематизации знаний, самодиагности ки и самокоррекции резульгатов	Какую беговую разминку следует проводить перед упражнениями на выносливость? Какие специальные беговые упражнения существуют? Что такое кроссовая подготовка? Как правильно распределять силы по дистанции? Каковы правила проведения беговой эстафеты?	Формирование у учащихся способностей к рефлексии коррекционно- контрольного типа и реализация коррекционной нормы (фиксирования собственных затруднений в деятельности): проведение беговой разминки; проверка выполнения домашнего задания; выполнение специальных беговых упражнений; проведение беговой эстафеты; проектирование способов выполнения домашнего задания	Научиться проводить беговую разминку; выполнять равномерный бег на среднюю дистанцию; рассчитывать свои силы на дистанции; проводить беговую эстафету	Познавательные: осознавать познавательную задачу; добывать новые знания; получать информацию от учителя и из учебников. Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме; формировать навыки учебного сот рудничества в ходе индивидуальной и групповой работы. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции	Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни

57 Тестирование бега на 100 м	Урок разви режения, р ваю вития навы обобщения кон и системат оля зации знан самодиагне ки и самок рекции рез тов	разминку необхо- димо проводить перед беговым тестом? Как проводится те- стирование бега на	Формирование у учащихся умений к осуществлению контрольных функций: проведение беговой разминки; проверка выполнения домашнего задания; тестирование бега на 100 м; оценка уровня развития скоростных и координационных способностей; проведение беговой эстафеты; проектирование способов выполнения домашнего задания	дить беговую разминку; проходить тестирование бега на 100 м; проводить сравнительную характеристику полученных результатов; проводить беговую	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме; формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы. Регулятивные: осознавать самого себя как движущую силу своего научения, свою способность к преодолению препятствий и самокоррекции; осуществлять итоговый	нравственных чувств и нравственного поведения; умение управлять своими эмоциями; умение предупреждать конфликтные ситуации и находить выходы из спорных сигуаций в процессе игровой и соревновательной деятельности на основе уважительного и доброжелательного
58 Равномерный бег. Развитие выносливости	Урок режения, р флек вития навысии обобщени системати зации знавысамодиагных и самодрекции ретатов	аз- в движении необходимо проводить перед упражнениями ий, на вы- ости носливость? Как ор- выполняется	Формирование у учащихся способностей к рефлексии коррекционно-контрольного типа и реализация коррекционной нормы (фиксирования собственных затруднений в деятельности): разучивание разминки в движении; проверка выполнения домашнего задания; совершенствование техники равномерного бега; проведение забега на 1500 м; оценка уровня развития выносливости; проведение футбольных подвижных игр; проектирование способов выполнения домашнего задания	Научиться проводить разминку в движении; выполнять равномерный бег на 1500 м; рассчитывать свои силы на дистанции; проводить футбольные подвижные игры	Познавательные: ставить и формулировать проблемы; выполнять учебно-познавательные действия; делать обобщения, выводы. Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя; с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: формировать ситуацию саморегуляции эмоциональных и функциональных состояний, т. е. формировать операциональный опыт; осуществлять действие по образцу и заданному правилу	отношения к окружающим Формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками в про- Ітессе образовательной деятельности; формирование установки па безопасный и здоровый образ жизни

_		T		1					
59		Тестирование	Урок	Здоровьесбе-	Какую разминку	Формирование у учащихся	Научиться про-	Познавате.гьные: выполнять	Формирование нрав-
		метания мяча	разви	режения, раз-	в движении необ-	умений к осуществлению	водить разминку в	учебнопознавательные	ственных чувств и
		на дальность с	ваю	вития навыков	ходимо	контрольных функций:	движении;	действия; ориентироваться в	нравственного по-
		разбега	щего	обобщения и	проводить перед	проведение разминки в	выполнять равно-	своей системе знаний; делать	ведения; проявление
			кон	системати-	тестированием	движении; проверка	мерный гладкий	обобщения и выводы.	культуры общения и
			троля	зации знаний,	метания мяча на	выполнения домашнего	бег на длинную	Коммуникативные:	взаимодействия в
				самодиагности	дальность с	задания; тестирование	дистанцию; про-	представлять конкретное	процессе занятий
				ки и самокор-	разбега? Как	метания мяча на дальность с	ходить тестиро-	содержание и сообщать его в	физической культу-
				рекции резуль-	проводится	разбега; оценка уровня	вание метания	устной форме; формировать	рой; формирование
				татов	тестирование	развития скоростно-силовых	мяча на дальность	навыки учебного	установки на безопас-
					метания мяча на	способностей;	с разбега; знать	сотрудничества в ходе индиви-	ный и здоровый образ
					дальность с	совершенствование техники	правила бега на	дуальной и групповой работы.	жизни
					разбега? Каковы	бега на длинные дистанции;	длинные ди-	Регулятивные: осознавать	
					правила бега на	проектирование способов	станции	самого себя как движущую	
					длинные ди-	выполнения домашнего	, and the second	силу своего научения, свою	
					станции?	задания		способность к преодолению	
					·			препятствий и самокоррекции	
60		TD.	7.7	n	TC	*	***		*
60		Тестирование	Урок	Здоровьесбе-	Какую беговую	Формирование у учащихся	Научиться прово-	Познавательные:	Формирование готов-
		прыжка в длину	разви	режения, раз-	разминку необхо-	умений к осуществлению	дить беговую раз-	ориентироваться в своей	ности и способности
		с разбега	ваю	вития навыков	димо проводить	контрольных функций:	минку; выполнять	2.1.1	· .
			щего	обобщения и	перед прыжками	проведение беговой разминки;	равномерный	ния, выводы.	развитию и самооб-
			кон	системати-	в длину с	проверка выполнения			разованию на основе
			троля	зации знаний,	разбега? Какова	домашнего задания;	данное время; по-	мысли, чувства, стремления и	мотивации к
				самодиагности	техника прыжка в	повторение техники выпол-	_	желания окружающих, их	1
				ки и самокор-	длину с разбега	нения равномерного бега;		внутренний мир в целом;	
				рекции резуль-	способом «согнув	совершенствование техники	•	сохранять доброжелательное	•
				татов	ноги» и	прыжка в длину с разбега	_	отношение друг к другу.	и нравственного
					«прогнувшись»?	способами «согнув ноги» и	«прогнувшись»;	Регулятивные: осознавать	поведения; форми-
					Как проходит	«прогнувшись»; оценка уровня	проходить тести-	самого себя как движущую	рование осознанного и
					тестирование	развития скоростно-силовых	рование прыжка в	силу своего научения, свою	ответственного отно-
					прыжка в длину с	способностей; тестирование	длину с разбега	способность к преодолению	шения к собственным
					разбега?	прыжка в длину с разбега;		препятствий и самокоррекции;	поступкам
						проектирование способов		определять новый уровень	
						выполнения домашнего		отношения к самому себе как	
						задания		субъекту деятельности	
	1 1			1	I		I	1	

				1	T		T				
61		Тестирование	Урок	Здоровьесбе-	Какую разминку	Формирование у учащихся	Научиться про-	Познавательные: выполнять	Формирование ком-		
		бега на 2000 и	разви	режения, раз-	на гибкость не-	умений к осуществлению	водить разминку	учебнопознавательные	муникативной компе-		
		3000 м	ваю	вития навыков	обходимо прово-	контрольных функций:	на гибкость;	действия; ориентироваться в	тентности в общении		
			щего	обобщения и	дить перед	повторение разминки на	выполнять равно-	своей системе знаний; делать	и сотрудничестве со		
			кон	системати-	бегом на 2000 и	гибкость; проверка выполнения	мерный гладкий	обобщения и выводы.	сверстниками; фор-		
			троля	зации знаний,	3000 м? Как	домашнего задания;	бег на заданное	Коммуникативные: понимать	мирование самостоя-		
				самодиагности	проводится	совершенствование техники	расстояние;	мысли, чувства, стремления и	тельности и личной		
				ки и самокор-	тестирование	равномерного бега: проведение	проходить те-	желания окружающих, их	ответственности за		
				рекции резуль-	бега на средние	забега на 2000 и 3000 м; оценка		внутренний мир в целом;	свои поступки;		
				татов	и длинные ди-	уровня развития выносливости;	2000 и 3000 м;	сохранять доброжелательное	формирование		
					станции? Как	проведение футбольных	проводить фут-	отношение друг к другу.	установки на без-		
					выполняется	подвижных игр;	больные подвиж-	Регулятивные: осознавать	опасный и здоровый		
					равномерный	проектирование способов	ные игры	самого себя как движущую	образ жизни; умение		
					гладкий бег на	выполнения домашнего задания		силу своего научения, свою	содержать в порядке		
					заданную			способность к преодолению	спортивный инвентарь		
					дистантно? Ка-			препятствий и самокоррекции;	и оборудование, спор-		
					кие футбольные			определять новый уровень	тивную одежду		
					подвижные игры			отношения к самому себе как			
					существуют?			субъекту деятельности			
62		Эстафетный бег	Урок	Здоровье-	Как проводится	Формирование у учащихся	Научиться прово-	Познавательные: ставить и	Формирование ком-		
			обще-	сбережения,	беговая	деятельностных способностей и	дить беговую раз-	формулировать проблемы;	муникативной компе-		
			мето-	проблемного	разминка? Какова	способностей к	минку; знать тех-	высказывать предположения;	тентности в общении		
			доло-	обучения,	техника	структурированию и систе-	нику эстафетного	делать выводы и обобщения;	и сотрудничестве со		
			гиче-	развивающего	эстафетного бега?	матизации изучаемого	бега; проходить	самостоятельно выделять и	сверстниками и		
			ской	обучения, диф-	Как проходить	предметного содержания:	легкоатлетическую	формулировать	взрослыми в процессе		
			на-	ференцирован-	легкоатлетиче-	проведение беговой разминки;	полосу пре-	познавательную цель;	образовательной дея-		
			прав-	ного подхода в	скую полосу пре-	проверка выполнения	пятствий; участ-	перерабатывать полученную	тельности;		
			лен-	обучении,	пятствий	домашнего задания; повторение	вовать в эстафетах	информацию.	формирование		
			ности	самоанализа и		техники эстафетного бега;		Коммуникативные: с	самостоятельности и		
				коррекции		прохождение легкоатлетической		достаточной полнотой и	личной ответственно-		
				действий		полосы препятствий		точностью выражать свои мыс-	сти за свои поступки;		
								ли в соответствии с задачами и	формирование уста-		
								условиями коммуникации;	новки на безопасный и		
								эффективно сотрудничать и	здоровый образ жизни		
								способствовать продуктивной			
								кооперации.			
								Регулятивные: осуществлять			
								действие по образцу и			
Спој	Спортивные игры. Мини-футбол (4 ч.)										

63	Техника	Урок	Здоровьесбе-	Какую размин	Формирование у учащихся	Научиться проводить	Познавательные: выполнять	Формирование готов-
	удара	обще-	режения, диф	ку необходимо	деятель	разминку с	учебнопознавательные	ности и способности
	по мячу	мето-	ференцирован	проводить с фут	ностных способностей и	разминку с футбольным мячом;	действия; ставить и формулировать	обучающихся к само-
	внутренней	доло-	ного подхода	больным мячом?	способно-	1.0	1 1 2 1	
	стороной	гиче-	в обучении,	Какие инструкции	стей к структурированию и систе	соблюдать инструк-	проблемы; высказывать	развитию и самооб-
	стопы	ской	личностно	следует соблю	матизации изучаемого	ции по технике	предположения; делать выводы и	разованию на основе
		на-	ориентирован	дать на уроках	предметного	безопасности на	обобщения; самостоятельно	мотивации к обучению и
		прав-	ного обучения,	при проведе	содержания: разучивание	уроках физической	выделять и формулировать	познанию; проявление
		лен-	самоанализа	нии подвижных	разминки	культуры,	познавательную цель;	культуры общения и
		носги	и коррекции	и спортивных игр?	с футбольным мячом; проверка	посвященных по-	перерабатывать полученную	взаимодействия в
			действий, кол	Какова техника	выполнения домашнего задания;	движным и спор-	информацию.	процессе занятий фи-
			лективного	удара по мячу вну	проведение инструктажа по техни	тивным играм;	Коммуникативные: слушать и	зической культурой
			выполнения	тренней стороной	ке безопасности при проведении	выполнять удары по	слышать друг друга; эффективно	, , , ,
			цания	стопы? Какова	подвижных и спортивных игр; раз	мячу внутренней	сотрудничать и способствовать	
				техника ведения мяча ногами? Как	учивание техники удара по мячу	стороной стопы;	продуктивной кооперации;	
					внутренней стороной стопы,		формировать навыки учебного	
				проводятся игро	ведения мяча ногами; выполнение игровых		сотрудничества в ходе	
				вые упражнения с ведением мяча?				
				с ведением мяча:	ектирование способов выполнения	внимательность и	индивидуальной и групповой	
					машнего задания		работы.	
					машнего задания	качества с помощью	Регулятивные: контролировать	
64	Удары	Урок	Здоровьесбе-	Какую разминку	Формирование у учащихся	Научиться вы-	Познавательные: осознавать позна-	Формирование установки
	по мячу	обше-	режения, диф	необходимо про	деятельностных способностей и	полнять разминку' с	вательную задачу, ориентироваться	на безопасный и
	подъемом	мето-	ференцирован	водить с	способностей к структурированию	футбольным мячом;	в своей системе знаний; добывать	
	ноги	доло	ного подхода	футбольным мячом?	и систематизации изучаемого			здоровый образ жизни;
		гиче	в обучении,	Ка	предметного	выполнять ведение	новые знания; ставить и	умение предупреждать
		ской	личностно	кими способами	содержания: повторение разминки	мяча ногами; удары	формулировать проблемы;	конфликтные ситуации и
		на-	ориентирован	можно выполнять	с футбольным мячом; проверка	по мячу внутренней	перерабатывать полученную	находить выходы из
		прав-	ного обучения,	ведение мяча?	выполнения домашнего задания;	стороной стопы и	информацию.	спорных ситуаций в
		лен-	педагогики со	Какова техника	разучивание техники удара по	подъемом ноги;	Коммуникативные: слушать и	процессе игровой и
		ности	трудничества,	удара по мячу	мячу подъемом ноги;	развивать скоростно-	слышать друг друга; эффективно	соревновательной
			самоанализа	внутренней стороной	совершенствование	силовые и координа-	сотрудничать и способствовать	деятельности на основе
			и коррекции	стопы? Какова	техники удара по мячу внутренней	ционные качества с	продуктивной кооперации;	уважительного и
			йствий	техника ведения	стороной стопы, техники ведения	помощью спор-	формировать навыки учебного	доброжелательного
				мяча ногами? Как	мяча; проведение спортивной		сотрудничества в ходе	отношения к окружаю-
				выполняются	игры «Мини-футбол»;	футбол»	индивидуальной и групповой	щим
				удары по мячу	проектирование	47.5001//	работы.	
				подъемом ноги?	способов выполнения домашнего		Регулятивные: контролировать	
				Как проводится	задания		, , ,	
				спортивная игра «Мини-футбол»?			свою деятельность по результату;	
				милини-футоол»:			осуществлять действие по образцу	
							и заданному правилу; сохранять	
							заданную цель	
				l				l

<i>C</i> =	17	1 37	I n	T.C.	. A		I_	1 -
65	Удары по катящемуся мячу подъемом ноги	Урок общемсто- доло- гиче- ской на- прав- лен- ности	Здоровье- сбережения, педагогики со трудничества, дифференци рованного под хода в обуче нии, личностно ориентирован ного обучения, самоанализа и коррекции йствий	Какую разминку необходимо проводить с фут больным мячом? Как выполняются удары по мячу подъемом ноги (серединой, внешней частью и внутренней)? Как выполняются удары по катящемуся мячу? Как проводится спортивная игра «Минифутбол»?	Формирование у учащихся деятельностных способностей и способностей к структурированию и систематизации изучаемого предметною содержания: проведение разминки с футбольным мячом; проверка выполнения домашнего задания; разучивание техники удара по мячу подъемом ноги (внутренней и внешней стороной). техники удара по катящемуся мячу; проведение спортивной игры «Мини-футбол»; проектирование способов выполнения домашнего задания	футбольным мячом; выполнять удары по мячу средней, внешней и внутренней частью подъема стопы; развивать скоростно- силовые и координа- ционные качества с помощью спор- тивной игры «Мини- футбол»	Познавательные: выполнять учебно- познавательные действия; осознавать познавательную задачу; ориентироваться в своей системе знаний; добывать новые знания; ставить и формулировать проблемы; перерабатывать полученную информацию. Коммуникативные: слушать и слышать друг друга; эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации; формировать навыки учебного сотрудничества входе индивидуальной и групповой работы. Регулятивные: контролировать свою деятельность по результату: осуществлять действие по образцу и заданному правилу; сохранять заданную цель	Формирование умения предупреждать конфликтные ситуации и находить выходы из спорных ситуаций в процессе игровой и соревновательной деятельности на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки
	урок по теме «Футбол»	разви ваю шего кон оля	сбережения, информаци онно-комму никационные, самоанализа и коррекции действий, диф ференцирован ного подхода в обучении, личностно ориентирован ного обучения, самоанализа	с футбольным мячом необходимо провести перед	формирование учащиха умении к осуществлению контрольных функций: проведение разминки с футбольным мячом; проверка выполнения домашнего задания; выполнение контрольных упражнений; проведение спортивной игры «Футбол»; подведение итогов четверти; проектирование способов выполнения домашнего дания	паучиться выпол- нять задания кон- трольного урока. по теме «Футбол»: проводить раз- минку с фут- больным мячом; вбрасывать мяч из- за боковой; выполнять удары по мячу серединой лба; играть в спортивную игру «Футбол», соблюдая все пра- вила	учебно-познавательные действия; ориентироваться в своей системе знаний; делать обобщения и выводы. Коммуникативные: с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации; владеть монологической и диалогической формами речи в соответствии с грамматическими и синтаксическими нормами родного языка. Регулятивные: определять новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности; адекватно понимать оценку взрослого и сверстника; осуществлять итоговый и пошаговый контроль	Формирование нравственных чувств и нравственного поведения; развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки

Плавание (2 ч.)									
67 Co	овершенствован ие навыков плавания мето доле ско на пред	пе- о- о- о- е- в обучении, личностно ориентирован ного обучения, н- самоанализа	ооходимо соолюдать при занятиях по плаванию?Какие плавательные упражнения применяют для развития соответствующих физических способностей	Формирование у учащихся умений построения и реализации новых знаний (понятий, способов действий и т. д.): первичный инструктаж по технике безопасности на уроках по плаванию; разучивание плавательные упражнений; развитие физических качеств; проектирование способов выполнения домашнего задания	дать инструкции по технике без- опасности на уро- ках физической культуры; выпол-	познавательную задачу; применять полученные знания на практике; ориентироваться в своей системе знаний. Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения; слушать и слышать учителя и друг друга. Регулятивные: самостоятельно	физической культурой; принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных		
68 Co	овершенствован ие навыков плавания мет дольгическо напраллен носги	пе- о- о- о- е- в обучении, личностно ориентирован ного обучения, н- самоанализа	ооходимо соолюдать при занятиях по плаванию?Какие плавательные упражнения применяют для развития соответствующих физических способностей	Формирование у учащихся умений построения и реализации новых знаний (понятий, способов действий и т. д.): первичный инструктаж по технике безопасности на уроках по плаванию; разучивание плавательные упражнений; развитие физических качеств; проектирование способов выполнения домашнего задания	дать инструкции по технике без- опасности на уро- ках физической	Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения; слушать и слышать учителя и друг друга. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; искать и	физической культурой; принятие и освоение социальной роли обучающегося; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных		

Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение

Библиотечный фонд (книгопечатная продукция):

- Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования;
- стандарт основного обшего образования по физической культуре;
- примерная программа по физической культуре основного общего образования (5-9 классы);
- рабочие программы по физической культуре;
- учебники по физической культуре (рекомендованные Министерством образования);
- методические издания по физической культуре для учителей.

Демонстрационные печатные материалы:

- таблицы по стандартам физического развития и физической подготовленности;
- плакаты методические, портреты выдающихся спортсменов, деятелей физической культуры, спорта и олимпийского движения.

Технические средства и экранно-звуковые пособия:

- телевизор с универсальной подставкой;
- аудиоцентр с системой озвучивания спортивных залов и плошадок;
- радиомикрофон;
- мегафон;
- компьютер и принтер;
- цифровая видеокамера;
- экран (на штативе или навесной);
- аудиозаписи к урокам и видеоматериалы.

Учебно-практическое и учебно-лабораторное оборудование:

- стенка гимнастическая;
- бревно гимнастическое напольное;
- скамейки гимнастические:
- козел гимнастический;
- перекладины гимнастические (низкие, средние и высокие);
- брусья гимнастические;
- канат для лазанья с механизмом крепления;
- мост гимнастический подкидной;
- комплект навесного оборудования (перекладина, брусья, мишени для метания);
- гантели наборные;
- коврики гимнастические;
- маты гимнастические;
- мячи набивные (1,2,3 кг);
- мячи малые (теннисные);
- скакалки гимнастические;
- мячи малые мягкие;
- палки гимнастические;
- обручи гимнастические;
- сетка для переноски мячей;

- планка для прыжков в высоту;
- стойки для прыжков в высоту;
- дорожка разметочная для прыжков в длину с места;
- рулетка измерительная;
- щиты баскетбольные;
- мишени горизонтальные и вертикальные;
- мячи баскетбольные;
- жилетки игровые;
- стойки волейбольные;
- сетки волейбольные;
- мячи волейбольные;
- табло перекидное;
- ворота для мини-футбола;
- мячи футбольные;
- компрессор для накачивания мячей;
- аптечка медицинская.

Материально-техническое обеспечение предмета «Физическая культура» также должно включать необходимый набор спортивного инвентаря и оборудования с учетом особенностей образовательного процесса на каждой ступени обшего образования, специфики видов спорта в данной образовательной организации