

муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя школа №3»
муниципального образования - городской округ город Касимов

391300, Рязанская область, город Касимов, улица Татарская, дом 7
Телефоны: директор 2-27-44; учительская 2-26-57. E-mail: shkolav3kasimov@vandex.ru

«Рассмотрено»
Руководитель МО
О.А. /Лобановская О.А.
Протокол № 1 от 27.08.2018

«Согласовано»
Зам. директора по УВР
И.В. /Парфенова И.В.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного предмета
физическая культура
2018– 2019 учебный год

Учителя	Ермаков Александр Сергеевич, I КК Виноградов Николай Николаевич, В КК
Класс	9 - 11 классы

г. Касимов, 2018

Пояснительная записка

Рабочая программа учебного курса по предмету «Физическая культура» для обучающихся 9 - 11 классов составлена на основе примерной программы под редакцией А.П. Матвеева в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом начального общего образования.

Уровень рабочей программы: базовый

Нормативные правовые документы, на основании которых разработана рабочая программа:

- Федеральный закон от 29.12.2012 года № 273-ФЗ (ред. От 07 мая 2013 года) «Об образовании в Российской Федерации»;
- учебный план МБОУ «Средняя школа № 3» на 2018- 2019 учебный год.

Физическая культура — обязательный учебный курс в общеобразовательных учреждениях. Предмет «Физическая культура» является основой физического воспитания школьников. В сочетании с другими формами обучения — физкультурно-оздоровительными мероприятиями в режиме учебного дня и второй половины дня (гимнастика до занятий, физкультурные минутки, физические упражнения и игры на удлинённых переменах и в группах продлённого дня), внеклассной работой по физической культуре (группы общефизической подготовки, спортивные секции), физкультурно-массовыми и спортивными мероприятиями (дни здоровья и спорта, подвижные игры и соревнования, спортивные праздники, спартакиады, туристические слёты и походы) — достигается формирование физической культуры личности. Она включает в себя мотивацию и потребность в систематических занятиях физической культурой и спортом, овладение основными видами физкультурно-спортивной деятельности, разностороннюю физическую подготовленность.

В Федеральном законе «О физической культуре и спорте» от 4 декабря 2007 г. № 329–ФЗ отмечено, что организация физического воспитания и образования в образовательных учреждениях включает в себя проведение обязательных занятий по физической культуре в пределах основных образовательных программ в объёме, установленном государственными образовательными стандартами, а также дополнительных (факультативных) занятий физическими упражнениями и спортом в пределах дополнительных образовательных программ.

Данная программа создавалась с учётом того, что система физического воспитания, объединяющая урочные, внеурочные формы занятий физическими упражнениями и спортом, должна создавать максимально благоприятные условия для раскрытия и развития не только физических, но и духовных способностей ребёнка, его самоопределения.

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

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

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

Принимая во внимание вышеперечисленные задачи образования учащихся начальной школы в области физической культуры, основными принципами, идеями и подходами при формировании данной программы были следующие: демократизация и гуманизация педагогического процесса, педагогика сотрудничества, деятельностный подход, интенсификация и оптимизация, расширение межпредметных связей.

Принцип демократизации в педагогическом процессе выражается в обеспечении всем и каждому ученику одинакового доступа к основам физической культуры, максимальном раскрытии способностей детей, построении преподавания на основе использования широких и гибких методов и средств обучения для развития детей с разным уровнем их двигательных и психических способностей, изменении сути педагогических отношений, переходе от подчинения к сотрудничеству.

Принцип гуманизации педагогического процесса заключается в учёте индивидуальных способностей личности каждого ребёнка и педагога. Он строится в соответствии с личным опытом и уровнем достижений школьников, их интересами и склонностями. Учителя обязаны предоставлять детям разноуровневый по сложности и субъективной трудности усвоения материал программы.

Осуществление принципов демократизации и гуманизации в педагогическом процессе возможно на основе педагогики сотрудничества — идеи совместной развивающей деятельности детей и взрослых, в процессе которой они связаны взаимопониманием и проникновением в духовный мир друг друга, совместным желанием анализа хода и результатов этой деятельности.

Деятельностный подход заключается в ориентировании ученика не только на усвоение готовых знаний и умений, но и на овладение способами физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности, на развитие познавательных сил и творческого потенциала ребёнка. Это отход от вербальных методов и форм передачи готовой информации, пассивности учащихся на занятиях к активному усвоению знаний, умений и навыков, реализуемых в разнообразных видах физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности.

Интенсификация и оптимизация состоит в повышении целенаправленности обучения и усилении мотивации занятий физической культурой и спортом, применении активных и творческих методов и форм обучения (проблемные, исследовательские, сопряжённого развития кондиционных и координационных способностей, акцентированного и всестороннего развития координационных способностей, методики программно-алгоритмического типа, групповые и индивидуальные формы обучения, круговая тренировка и др.); в развитии навыков учебного труда; широком использовании компьютеров и других новых технических средств.

Задачу формирования целостного мировоззрения учащихся, всестороннего раскрытия взаимосвязи и взаимообусловленности изучаемых явлений и процессов в сфере физической культуры учитель реализует на основе расширения межпредметных связей из области разных предметов: литературы, истории, математики, анатомии, физиологии, психологии и др.

Общая характеристика курса

Предметом обучения физической культуре в начальной школе является двигательная активность человека с общеразвивающей направленностью. В процессе овладения этой деятельностью укрепляется здоровье, совершенствуются физические качества, осваиваются определённые двигательные действия, активно развиваются мышление, творчество и самостоятельность.

Важнейшим требованием проведения современного урока по физической культуре является обеспечение дифференцированного и индивидуального подхода к учащимся с учетом состояния здоровья, пола, физического развития, двигательной подготовленности, особенностей развития психических свойств и качеств, соблюдения гигиенических норм.

Понятийная база и содержание курса основаны на положениях нормативно-правовых актов Российской Федерации, в том числе:

- требованиях к результатам освоения образовательной программы основного общего образования, представленной в Федеральном государственном стандарте начального общего образования;
- Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина;
- Законе «Об образовании»;
- Федеральном законе «О физической культуре и спорте»;
- Стратегии национальной безопасности Российской Федерации до 2020 г.;

- примерной программе начального общего образования;
- приказе Минобрнауки от 30 августа 2010 г. № 889.

Место учебного предмета «физическая культура» в учебном плане

Согласно федеральному базисному учебному плану на изучение предмета «Физическая культура» в 9-11 классах отводится часа из расчета 3 ч в неделю (102)

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения курса

В соответствии с требованиями к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования Федерального государственного образовательного стандарта (Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 6 октября 2009 г. №373) данная рабочая программа для классов направлена на достижение учащимися личностных, метапредметных и предметных результатов по физической культуре.

Личностные результаты

- формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности;
- формирование уважительного отношения к культуре других народов;
- развитие мотивов учебной деятельности и личностный смысл учения, принятие и освоение социальной роли обучающего;
- развитие этических чувств, доброжелательно и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.

Метапредметные результаты

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств её осуществления;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- определение общей цели и путей её достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учёта интересов сторон и сотрудничества;

- овладение начальными сведениями о сущности и особенностях объектов, процессов и явлений действительности в соответствии с содержанием конкретного учебного предмета;
- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

Предметные результаты

- формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психического), о её позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учёбы и социализации;
- * овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);
- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (рост, масса тела и др.), показателями развития основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости).

Содержание учебного предмета

Содержание курса по предмету «Физическая культура» в 9-11 классах состоит из следующих разделов:

- **основы знаний** (освоение обучающимися культурно-исторических, психолого-педагогических и медико-биологических основ физкультурной деятельности в соответствии с возрастными особенностями);
- **спортивные игры** (освоение обучающимися навыков спортивных игр – волейбола и баскетбола);
- **лёгкая атлетика** (освоение обучающимися правильного выполнения естественных движений человека: ходьбы, бега, прыжков, метаний);
- **гимнастика с основами акробатики** (освоение обучающимися навыков в выполнении акробатических упражнений, опорных прыжков, лазанья и перелезания);
- **общефизическая подготовка** (развитие основных кондиционных и координационных качеств).

Тематическое планирование

№ п/п	Тематический раздел	9	10	11		
1	Основы знаний	В процессе уроков				
2	Спортивные игры. Баскетбол	26	26	26		
3	Спортивные игры. Волейбол	18	16	16		
4	Лёгкая атлетика	30	26	26		
5	Гимнастика	18	18	18		
6	Общефизическая подготовка	10	16	16		
	Всего	102	102	102		

Поурочное планирование 9 кл

№	Тема урока	Тип урока	Технологии	Решаемые проблемы	Виды деятельности (элементы содержания, контроль)	Планируемые результаты			Дата	
						Предметные	УУД	Личностные	программа	фактически
1	Вводный инст. по т/б. Инст. №7 по т/б. Скоростные упражнения	УЗЗ	Здоровьесбережения, индивидуального и дифференцированного обучения	Предупреждение травматизма, рациональное выполнение специальных упражнений	Фронтальная и групповая работа с классом. Индивидуальный контроль	Вспомнить правила техники безопасности на уроках лёгкой атлетики. Повторить выполнение специальных легкоатлетических упражнений	Коммуникативные: способствовать формированию научного мировоззрения. Регулятивные: выполнять учебные действия в материализованной форме Познавательные: выделять существенную информацию из полученного объёма	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося,	1ч	
2	Бег по виражу. Прыжок в длину.	КУ	Индивидуального и дифференцированного обучения	Рациональное выполнение упражнений, удержание скорости при беге	Фронтальная и индивидуальная работа. Текущий контроль	Повторить выполнение специальных легкоатлетических упражнений. Продемонстрировать максимальный результат в беге на 30 м	Коммуникативные: использовать речь для регуляции своих действий. Регулятивные: осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату. Познавательные: анализировать и обобщать полученные данные	развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выход из спорных ситуациях	1ч	
3-5	Совершение прыжков. Бег 1000-1500м Метание мяча в горизонтальную цель	КУ		Согласование движений рук и ног в метании малого мяча	Фронтальная и индивидуальная работа. Корректировка техники	Повторить технику метания малого мяча с разбега, развивать быстроту и выносливость в повторном беге	Коммуникативные: использовать речь для регуляции своих действий. Регулятивные: осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату. Познавательные: анализировать и обобщать полученные данные		3ч	
6	Метание мяча Бег с переменной скоростью. Мини футбол.	КУ		Фронтальная и индивидуальная работа. Текущий контроль	Продемонстрировать максимальный результат в метании малого мяча на дальность	Коммуникативные: использовать речь для регуляции своих действий. Регулятивные: осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату. Познавательные: анализировать и обобщать полученные данные	1ч			
7	Специальные упражнения. Передача эстафетной палочки. Метание мяча в	УОСЗ		Рациональное выполнение упражнений, удержание скорости при беге	Фронтальная и индивидуальная работа. Корректировка техники	Повысить результат в выполнении упражнений на развитие скоростной выносливости	Коммуникативные: развивать умение точно и грамотно выражать свои мысли. Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. Познавательные: проводить сравнение по заданным критерия		1ч	

№	Тема урока	Тип урока	Технологии	Решаемые проблемы	Виды деятельности (элементы содержания, контроль)	Планируемые результаты			Дата		
						Предметные	УУД	Личностные	программа	фактически	
	цель										
8	Бег 1000 м Совершенствование метания.	КУ		Преодоление утомления при беге	Фронтальная и индивидуальная работа. Текущий контроль	Продemonстрировать максимальный результат в беге на 1000 м	Коммуникативные: Способствовать формированию научного мировоззрения учащихся Регулятивные: выполнять учебные действия в материализованной форме Познавательные: выделять существенную информацию из полученного объёма		1ч		
9	Инст. №8 по т/б. Круговая тренировка Совершенствование прыжков в длину с разбега.	КУ	Здоровьесбережения, дифференцированного обучения, организации самостоятельной деятельности учащихся	Методы и приёмы самостоятельной работы по развитию физических качеств	Фронтальная и индивидуальная работа. Текущий контроль	Повторить правила техники безопасности. Совершенствовать выполнение упражнений круговой тренировки	Коммуникативные: развивать умение точно и грамотно выражать свои мысли Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: выделять существенную информацию из полученного объёма	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	1ч		
10	Развитие координации. Божершенствование эстетического бега.	КУ				Дифференцированного обучения, организации самостоятельной деятельности учащихся	Продemonстрировать максимальный результат в		Коммуникативные: использовать речь для регуляции своих действий. Регулятивные: осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату. Познавательные: анализировать и обобщать полученные данные	1ч	
11	Развитие быстроты. Метание мяча на результат.	КУ				Продemonстрировать максимальный результат в поднимании туловища за 30 сек	Коммуникативные: развивать умение точно и грамотно выражать свои мысли. Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. Познавательные: проводить сравнение по заданным критерия		1ч		
12	Развитие скоростно-силовых качеств. Прыжки в длину с/м	КУ				Продemonстрировать максимальный результат в прыжках в длину с места	Коммуникативные: использовать речь для регуляции своих действий. Регулятивные: осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату. Познавательные: анализировать и обобщать полученные данные		1ч		
13	Развитие силы. Развитие скоростных качеств.	КУ				Продemonстрировать максимальный результат в	Коммуникативные: договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Регулятивные: адекватно воспринимать оценку учителя Познавательные: обобщать полученные данные		1ч		

№	Тема урока	Тип урока	Технологии	Решаемые проблемы	Виды деятельности (элементы содержания, контроль)	Планируемые результаты			Дата	
						Предметные	УУД	Личностные	программа	фактически
14	Развитие гибкости. Развитие силовых качеств.	КУ				Продemonстрировать максимальный результат в наклонах вперёд	Коммуникативные: Способствовать формированию научного мировоззрения учащихся Регулятивные: выполнять учебные действия в материализованной форме Познавательные: выделять существенную информацию из полученного объёма		1ч	
15	Т/Б на уроке.	КУ					Коммуникативные: использовать речь для регуляции своих действий. Регулятивные: осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату. Познавательные: анализировать и обобщать полученные данные		1ч	
16	Ловля и передача мяча	КУ				Продemonстрировать максимальный результат в	Коммуникативные: развивать умение точно и грамотно выражать свои мысли Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: выделять существенную информацию из полученного объёма		1ч	
17	Инст. №5 по т/б. Мини-баскетбол	УОЗ	Здоровьесбережения, дифференцированного обучения, формирования и применения знаний и навыков	Способы рационального выполнения индивидуальных и групповых упражнений с баскетбольным мячом	Фронтальная, групповая и индивидуальная работа. Корректировка техники	Повторить технику безопасности на уроках спортивных игр, правила игры в мини-баскетбол	Коммуникативные: развивать умение точно и грамотно выражать свои мысли Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: выделять существенную информацию из полученного объёма	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях	1ч	
18-19	Передача мяча одной рукой Учебная игра.	КУ	Дифференцированного обучения, формирования и применения знаний и навыков			Совершенствовать навыки передачи и ловли мяча	Коммуникативные: развивать умение точно и грамотно выражать свои мысли. Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. Познавательные: проводить сравнение по заданным критерия		2ч	
20-22	Передача мяча одной рукой ловля-ведение – бросок мяча.	КУ				Совершенствовать навыки броска мяча после ведения	Коммуникативные: умение работать в паре Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации Познавательные: устанавливать аналогии с ранее изученными упражнениями		3ч	
23-24	Ведение Развитие скоростных качеств. Учебная игра в	КУ				Совершенствовать навыки ведения мяча	Коммуникативные: способствовать формированию командных взаимоотношений Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: анализировать и обобщать полученные данные		2ч	

№	Тема урока	Тип урока	Технологии	Решаемые проблемы	Виды деятельности (элементы содержания, контроль)	Планируемые результаты			Дата	
						Предметные	УУД	Личностные	программа	фактически
	баскетбол.									
25	Инст. №8 по т/б.	УЗЗ	Здоровьесбережения, дифференцированного обучения, формирования и применения знаний и навыков	Основные способы выполнения акробатических упражнений	Фронтальная, групповая и индивидуальная работа. Корректировка техники	Повторить технику безопасности на уроках	Коммуникативные: развивать умение точно и грамотно выражать свои мысли Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: выделять существенную информацию из полученного объема	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выход из спорных ситуаций		
26-27	Перемещени в парах Учебная игра с заданием.	КУ	Дифференцированного обучения, формирования и применения знаний и навыков				Коммуникативные: договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Регулятивные: адекватно воспринимать оценку учителя Познавательные: обобщать полученные данные			
28-29	Развитие быстроты. Совершенствование ведения и бросков мяча в кольцо.	КУ		Основные способы выполнения акробатических упражнений. Опорные прыжки		Закрепить	Коммуникативные: умение работать в паре Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации Познавательные: устанавливать аналогии с ранее изученными упражнениями			
30-32	Совершенствование изученных упражнений Передача мяча в тройках	КУ		Составление целого из изученных элементов. Артистичность и целостность представленной комбинации			Коммуникативные: Способствовать формированию научного мировоззрения учащихся Регулятивные: выполнять учебные действия в материализованной форме Познавательные: выделять существенную информацию из полученного объема			
33	Инст. №5 по т/б. Передача и ловля Развитие скоростных качеств.	КУ	Здоровьесбережения, индивидуального и дифференцированного обучения	Практическое освоение элементов игры в баскетбол	Фронтальная, групповая и индивидуальная работа. Корректировка техники	Повторить технику безопасности на уроках спортивных игр. Совершенствовать навыки передачи и ловли	Коммуникативные: развивать умение точно и грамотно выражать свои мысли Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: выделять существенную информацию из полученного объема	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных	1ч	
34-36	Развитие силовой выносливости. Развитие координации	КУ	Развивающего, дифференцированного и проблемного обучения, формирования и применения знаний и			Совершенствовать навыки броска после ведения	Коммуникативные: использовать речь для регуляции своих действий. Регулятивные: осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату. Познавательные: анализировать и обобщать полученные данные			3ч

№	Тема урока	Тип урока	Технологии	Решаемые проблемы	Виды деятельности (элементы содержания, контроль)	Планируемые результаты			Дата				
						Предметные	УУД	Личностные	программа	фактически			
	Развитие силы.		навыков					ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выход из спорных ситуаций					
37-38	Ведение мяча Развитие двигательной активности человека.	КУ			Совершенствовать навыки ведения мяча	Коммуникативные: умение работать в паре Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации Познавательные: устанавливать аналогии с ранее изученными упражнениями			2ч				
39-40	Совершенствование передач мяча в тройках Учебная игра.	УОЗ			Повторить подвижные игры, подводящие к баскетболу	Коммуникативные: Способствовать формированию научного мировоззрения учащихся Регулятивные: выполнять учебные действия в материализованной форме Познавательные: выделять существенную информацию из полученного объёма			2ч				
41	Инст. №5. По т/б. Броски мяча в корзину.	УЗЗ	Здоровьесбережения, проблемного обучения, формирования и применения знаний и навыков	Практическое освоение основных элементов игры	Фронтальная, групповая и индивидуальная работа. Корректировка техники	Повторить технику безопасности на уроках спортивных игр. Совершенствовать навыки выполнения передач	Коммуникативные: развивать умение точно и грамотно выражать свои мысли Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: выделять существенную информацию из полученного объёма	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выход из спорных ситуаций	1ч				
42-43	Упражнения в передачах Развитие прыгучести. Развитие координации.	УЗЗ				Развивающего, дифференцированного и проблемного обучения, формирования и применения знаний и навыков	Совершенствовать навыки выполнения передач		Коммуникативные: способствовать формированию командных взаимоотношений Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: анализировать и обобщать полученные данные			2ч	
44-45	Развитие прыгучести Скакалка. Тройной прыжок.	УЗЗ				Развивающего, дифференцированного и проблемного обучения, формирования и применения знаний и навыков	Закрепить навыки		Коммуникативные: Способствовать формированию научного мировоззрения учащихся Регулятивные: выполнять учебные действия в материализованной форме Познавательные: выделять существенную информацию из полученного объёма			2ч	
46	Приём мяча с подачи Учебная игра с заданием.	КУ					Закрепить навыки выполнения приёма мяча с подачи		Коммуникативные: развивать умение точно и грамотно выражать свои мысли. Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. Познавательные: проводить сравнение по заданным критерия			1ч	
47-48	Совершенствование изученных	УОЗ					Практическое освоение игр, подводящих		Коммуникативные: договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности			2ч	

№	Тема урока	Тип урока	Технологии	Решаемые проблемы	Виды деятельности (элементы содержания, контроль)	Планируемые результаты			Дата	
						Предметные	УУД	Личностные	программа	фактически
	упражнений. Развитие двигательной активности. -ё					подводящих к волейболу	Регулятивные: адекватно воспринимать оценку учителя Познавательные: обобщать полученные данные			
49-51	Олимпийские игры. Т/б на уроке.	КУ		Практическое освоение основных элементов игры		Совершенствовать навыки выполнения передач	Коммуникативные: развивать умение точно и грамотно выражать свои мысли Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: выделять существенную информацию из полученного объёма		3ч	
52-53	Упражнения в подачах Развитие прыгучести. Обманные движения.	КУ	Развивающего, дифференцированного и проблемного обучения, формирования и применения знаний и навыков		Фронтальная, групповая и индивидуальная работа. Корректировка техники	Совершенствовать навыки выполнения подач	Коммуникативные: использовать речь для регуляции своих действий. Регулятивные: осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату. Познавательные: анализировать и обобщать полученные данные		2ч	
54-55	Штрафной бросок. Броски мяча с ближних и дальних точек.	КУ				Совершенствовать навыки выполнения приёма мяча с	Коммуникативные: умение работать в паре Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации Познавательные: устанавливать аналогии с ранее изученными упражнениями		2ч	
56-57	Свершенствова ние бросков. Учебная игра. Волейбол.	УИН				Разучить нападающий удар с собственного подбрасывания	Коммуникативные: Способствовать формированию научного мировоззрения учащихся Регулятивные: выполнять учебные действия в материализованной форме Познавательные: выделять существенную информацию из полученного объёма		2ч	
58-59	Тактика защиты Передача мяча с перемещением Подачи мяча.	УИН		Практическое освоение тактических навыков		Освоить основные элементы тактики игры в защите	Коммуникативные: развивать умение точно и грамотно выражать свои мысли. Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. Познавательные: проводить сравнение по заданным критерия		2ч	
60-61	Игры, подводящие к волейболу Приём мяча отраженного сеткой	УОЗ		Практическое освоение игр, подводящих к волейболу		Практическое освоение подвижных игр, подводящих к волейболу	Коммуникативные: способствовать формированию командных взаимоотношений Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: анализировать и обобщать полученные данные		2ч	

№	Тема урока	Тип урока	Технологии	Решаемые проблемы	Виды деятельности (элементы содержания, контроль)	Планируемые результаты			Дата		
						Предметные	УУД	Личностные	программа	фактически	
62	Инст. №8 Нижняя прямая подача по зонам.	УЗЗ	Здоровьесбережения, индивидуального и дифференцированного обучения	Повторение и закрепление основных акробатических элементов	Беседа. Фронтальная, групповая и индивидуальная работа. Корректировка техники	Повторить правила	Коммуникативные: развивать умение точно и грамотно выражать свои мысли Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: выделять существенную информацию из полученного объема	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выход из спорных ситуаций	1ч		
63-64	Совершенствование подачи мяча Нижняя подача в цель.	УОЗ	Развивающего, дифференцированного и проблемного обучения, формирования и применения знаний и навыков		Фронтальная, групповая и индивидуальная работа. Корректировка техники	Освоить варианты изученных элементов	Коммуникативные: договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Регулятивные: адекватно воспринимать оценку учителя Познавательные: обобщать полученные данные		2ч		
65-66	Игра в нападении в зоне 3	УЗЗ			Воспитание координации		Совершенствовать навыки		Коммуникативные: Способствовать формированию научного мировоззрения учащихся Регулятивные: выполнять учебные действия в материализованной форме Познавательные: выделять существенную информацию из полученного объема	2ч	
67-68	Игра в защите	КУ			Воспитание силы		Повторить основные элементы функциональной тренировки		Коммуникативные: развивать умение точно и грамотно выражать свои мысли. Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. Познавательные: проводить сравнение по заданным критерия	2ч	
69	Игра в нападении.	КУ		Освоение основных элементов современных систем физического воспитания		Повторить основные элементы кроссфит	Коммуникативные: развивать умение точно и грамотно выражать свои мысли Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: выделять существенную информацию из полученного объема	1ч			
70	Инст. №5 по т/б. Игра в защите.	УЗЗ	Здоровьесбережения, индивидуального и дифференцированного обучения	Практическое освоение элементов игры в баскетбол	Фронтальная, групповая и индивидуальная работа. Корректировка техники	Повторить технику безопасности на уроках спортивных игр	Коммуникативные: использовать речь для регуляции своих действий. Регулятивные: осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату. Познавательные: анализировать и обобщать полученные данные	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки	1ч		
71-72	Подачи мяча. Учебная игра с заданием.	КУ	Развивающего, дифференцированного и проблемного обучения, формирования и применения знаний и навыков				Совершенствовать навыки		Коммуникативные: развивать умение точно и грамотно выражать свои мысли Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: выделять существенную информацию из полученного объема	2ч	
73-74	Подачи мяча по зонам Оценка	КУ					Совершенствовать навыков		Коммуникативные: умение работать в паре Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации	2ч	

№	Тема урока	Тип урока	Технологии	Решаемые проблемы	Виды деятельности (элементы содержания, контроль)	Планируемые результаты			Дата	
						Предметные	УУД	Личностные	программа	фактически
75-76	Т/Б на уроке. Строевые упражнения. Подъём переворотом Опорный прыжок	КУ				Совершенствовать навыки	Познавательные: устанавливать аналогии с ранее изученными упражнениями Коммуникативные: использовать речь для регуляции своих действий. Регулятивные: осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату. Познавательные: анализировать и обобщать полученные данные		2ч	
77-80	Опорный прыжок. Развитие силы, координации	УОЗ				Практически освоение навыков.	Коммуникативные: способствовать формированию командных взаимоотношений Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: анализировать и обобщать полученные данные		4ч	
81	Инст. №8 по т/б. Круговая тренировка	КУ	Здоровьесбережения, дифференцированного обучения, организации самостоятельной деятельности учащихся	Методы и приёмы самостоятельной работы по развитию физических качеств	Фронтальная и индивидуальная работа. Текущий контроль	Повторить правила техники безопасности. Совершенствовать выполнение упражнений круговой тренировки	Коммуникативные: развивать умение точно и грамотно выражать свои мысли Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: выделять существенную информацию из полученного объёма	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	1ч	
82	Оценка	КУ				Продемонстрировать максимальный результат	Коммуникативные: использовать речь для регуляции своих действий. Регулятивные: осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату. Познавательные: анализировать и обобщать полученные данные		1ч	
83	Здоровый образ жизни. Т/б на уроке.	КУ				Продемонстрировать максимальный результат в поднимании туловища за 30 сек	Коммуникативные: развивать умение точно и грамотно выражать свои мысли. Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. Познавательные: проводить сравнение по заданным критерия		1ч	
84	Развитие силовых качеств Упражнения на бревне.	КУ				Продемонстрировать максимальный результат в прыжках в длину с места	Коммуникативные: использовать речь для регуляции своих действий. Регулятивные: осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату. Познавательные: анализировать и обобщать полученные данные		1ч	
85	Акробатические комбинации.	КУ				Продемонстрировать максимальный результат в подтягивании на перекладине	Коммуникативные: договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Регулятивные: адекватно воспринимать оценку учителя Познавательные: обобщать полученные данные		1ч	

№	Тема урока	Тип урока	Технологии	Решаемые проблемы	Виды деятельности (элементы содержания, контроль)	Планируемые результаты			Дата	
						Предметные	УУД	Личностные	программа	фактически
86	Акробатические комбинации. Упражнения для развития силы.	КУ				Продemonстрировать максимальный результат в наклонах вперёд	Коммуникативные: Способствовать формированию научного мировоззрения учащихся Регулятивные: выполнять учебные действия в материализованной форме Познавательные: выделять существенную информацию из полученного объёма		1ч	
87	Развитие силы. Сгибание и разгибание рук	КУ				Продemonстрировать максимальный результат в сгибании и разгибании рук	Коммуникативные: использовать речь для регуляции своих действий. Регулятивные: осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату. Познавательные: анализировать и обобщать полученные данные		1ч	
88	Развитие силы. Упражнения на гим-ой стенке	КУ				Продemonстрировать	Коммуникативные: развивать умение точно и грамотно выражать свои мысли Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: выделять существенную информацию из полученного объёма		1ч	
89	Инст. №7 по т/б. Скоростные упражнения	УЗЗ	Здоровьесбережения, индивидуального и дифференцированного обучения	Преодоление травматизма. Техника выполнения упражнений	Фронтальная и индивидуальная работа. Индивидуальный контроль	Повторить технику безопасности на уроках по лёгкой атлетике.	Коммуникативные: развивать умение точно и грамотно выражать свои мысли Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: выделять существенную информацию из полученного объёма	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	1ч	
90	Оценка гимнастических упражнений.	КУ	Развивающего, дифференцированного и проблемного обучения, формирования и применения знаний и навыков	Воспитание быстроты	Фронтальная и индивидуальная работа. Текущий контроль	Продemonстрировать максимальный	Коммуникативные: использовать речь для регуляции своих действий. Регулятивные: осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату. Познавательные: анализировать и обобщать полученные данные		1ч	
91-93	Урок №90 Преодоление полосы препятствий. Бег с ходу.	КУ			Фронтальная и индивидуальная работа. Индивидуальный контроль	Совершенствовать	Коммуникативные: умение работать в паре Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации Познавательные: устанавливать аналогии с ранее изученными упражнениями		3ч	
94	Развитие выносливости. Бег 1500-2000м.	КУ			Фронтальная и индивидуальная работа. Текущий контроль	Продemonстрировать	Коммуникативные: Способствовать формированию научного мировоззрения учащихся Регулятивные: выполнять учебные действия в материализованной форме Познавательные: выделять существенную информацию из полученного объёма		1ч	
95	Бег 1000 м Прыжок в	КУ		Воспитание выносливости	Фронтальная и индивидуальная работа. Текущий	Продemonстрировать максимальный результат в беге на 1000м	Коммуникативные: развивать умение точно и грамотно выражать свои мысли. Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с		1ч	

№	Тема урока	Тип урока	Технологии	Решаемые проблемы	Виды деятельности (элементы содержания, контроль)	Планируемые результаты			Дата	
						Предметные	УУД	Личностные	программа	фактически
	длину.				контроль		поставленной задачей и условиями её реализации. Познавательные: проводить сравнение по заданным критерия			
96	Метание классических снарядов Бег до 1500м.	УИН		Воспитание координации	Фронтальная и индивидуальная работа. Индивидуальный контроль	Освоить технику метания классических снарядов	Коммуникативные: способствовать формированию коллективных взаимоотношений Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: анализировать и обобщать полученные данные		1ч	
97-99	Совершенство вание метания.Бег до 1500м	Тип урока	Технологии	Совершенство вание	Индивидуальный контроль.	Планируемые результаты			3ч	
						Предметные	УУД	Личностные	программа	фактически

№	Тема урока	Тип урока	Технологии	Решаемые проблемы	Виды деятельности (элементы содержания, контроль)	Планируемые результаты			Дата	
						Предметные	УУД	Личностные	программа	фактически
10-11 кл										
1	ВФСК-нормы и требования	УЗЗ	Здоровьесбережения, индивидуального и дифференцированного обучения	Предупреждение травматизма, рациональное выполнение специальных упражнений	Беседа, фронтальная работа с классом, индивидуальный контроль	Вспомнить правила поведения и техники безопасности на уроках физической культуры. Повторить выполнение специальных легкоатлетических упражнений	Коммуникативные: способствовать формированию научного мировоззрения. Регулятивные: выполнять учебные действия в материализованной форме Познавательные: выделять существенную информацию из полученного объёма	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выход из спорных ситуаций	1ч	
2	Выполнения тестовых упражнений	КУ	Индивидуального и дифференцированного обучения	Рациональное выполнение упражнений, удержание скорости при беге	Фронтальная и индивидуальная работа. Текущий контроль	Повторить выполнение специальных легкоатлетических упражнений. Продemonстрировать максимальный результат в беге на 30 м	Коммуникативные: использовать речь для регуляции своих действий. Регулятивные: осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату. Познавательные: анализировать и обобщать полученные данные		1ч	
3-5	Выполнение тестовых упражнений	КУ		Согласование движений рук и ног при метании мяча и беге	Фронтальная и групповая работа с классом. Индивидуальный контроль	Совершенствовать навыки метания малого мяча с разбега	Коммуникативные: использовать речь для регуляции своих действий. Регулятивные: осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату. Познавательные: анализировать и обобщать полученные данные		3ч	
6	Бег 100м Прыжок в длину с разбега	КУ		Фронтальная и индивидуальная работа. Текущий контроль	Продemonстрировать максимальный результат в беге на 100 м	Коммуникативные: использовать речь для регуляции своих действий. Регулятивные: осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату. Познавательные: анализировать и обобщать полученные данные	1ч			
7	Эстафетный бег Кроссовый бег до 1000м	КУ		Рациональное выполнение упражнений, удержание скорости при беге	Фронтальная и групповая работа с классом. Индивидуальный контроль	Совершенствовать технику выполнения специальных упражнений легкоатлета	Коммуникативные: развивать умение точно и грамотно выражать свои мысли. Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. Познавательные: проводить сравнение по заданным критериям		1ч	
8	Совершенствование метаний. Прыжки	КУ		Воспитание выносливости	Фронтальная и индивидуальная работа. Текущий контроль	Продemonстрировать максимальный результат в беге на 1000 м	Коммуникативные: Способствовать формированию научного мировоззрения учащихся Регулятивные: выполнять учебные действия в материализованной форме Познавательные: выделять существенную информацию из полученного объёма		1ч	
9	Метания в горизонтальную	КУ	Здоровьесбережения, дифференцированного	Методы и приёмы самостоятельной	Фронтальная и индивидуальная	Повторить основные упражнения круговой	Коммуникативные: развивать умение точно и грамотно выражать свои мысли	Проявлять дисциплинированно	1ч	

№	Тема урока	Тип урока	Технологии	Решаемые проблемы	Виды деятельности (элементы содержания, контроль)	Планируемые результаты			Дата	
						Предметные	УУД	Личностные	программа	фактически
	цель с расстояния 12-15 м.		обучения, организации самостоятельной деятельности учащихся	работы по развитию физических качеств	работа. Текущий контроль	тренировки	Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: выделять существенную информацию из полученного объёма	ть, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей		
10	Кроссовый бег Тройной прыжок.	КУ	Дифференцированного обучения, организации самостоятельной деятельности учащихся			Продemonстрировать максимальный результат	Коммуникативные: использовать речь для регуляции своих действий. Регулятивные: осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату. Познавательные: анализировать и обобщать полученные данные		1ч	
11	Совершенствование метаний. Игра в мини футбол	КУ				Продemonстрировать максимальный результат	Коммуникативные: развивать умение точно и грамотно выражать свои мысли. Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. Познавательные: проводить сравнение по заданным критерия		1ч	
12	Кроссовый бег Стритбол	КУ				Продemonстрировать максимальный результат в	Коммуникативные: использовать речь для регуляции своих действий. Регулятивные: осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату. Познавательные: анализировать и обобщать полученные данные		1ч	
13	Развитие скоростных качеств.	КУ				Продemonстрировать максимальный результат в подтягивании на перекладине	Коммуникативные: договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Регулятивные: адекватно воспринимать оценку учителя Познавательные: обобщать полученные данные		1ч	
14	Развитие силовых качеств.	КУ				Продemonстрировать	Коммуникативные: Способствовать формированию научного мировоззрения учащихся Регулятивные: выполнять учебные действия в материализованной форме Познавательные: выделять существенную информацию из полученного объёма		1ч	
15	Развитие силовых качеств.	КУ				Продemonстрировать максимальный результат в сгибании и разгибании рук в упоре лёжа	Коммуникативные: использовать речь для регуляции своих действий. Регулятивные: осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату. Познавательные: анализировать и обобщать полученные данные		1ч	
16	Развитие скоостно-силовых качеств.	КУ				Продemonстрировать максимальный результат в поднимании туловища за 60 сек	Коммуникативные: развивать умение точно и грамотно выражать свои мысли Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: выделять существенную информацию из полученного объёма		1ч	

№	Тема урока	Тип урока	Технологии	Решаемые проблемы	Виды деятельности (элементы содержания, контроль)	Планируемые результаты			Дата	
						Предметные	УУД	Личностные	программа	фактически
17	Развитие скоростно-силовых качеств. Упражнения с отягощениями	УЗЗ	Здоровьесбережения, дифференцированного обучения, формирования и применения знаний и навыков	Способы рационального выполнения индивидуальных и групповых упражнений с баскетбольным мячом	Фронтальная, групповая и индивидуальная работа. Корректировка техники	Повторить технику безопасности на уроках спортивных игр. Совершенствовать навыки передачи и ловли	Коммуникативные: развивать умение точно и грамотно выражать свои мысли Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: выделять существенную информацию из полученного объема	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях	1ч	
18-20	Т/б на уроке. Передача мяча в движении. Стритбол. Учебная игра с заданием.	КУ	Дифференцированного обучения, формирования и применения знаний и навыков			Совершенствовать навыки в бросках мяча после ведения	Коммуникативные: развивать умение точно и грамотно выражать свои мысли. Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. Познавательные: проводить сравнение по заданным критерия		3ч	
21-22	Урок № 20	КУ				Совершенствовать навыки в ведении мяча	Коммуникативные: умение работать в паре Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации Познавательные: устанавливать аналогии с ранее изученными упражнениями		2ч	
23-24	Броски мяча по кольцу с ближних и дальних точек.	УЗЗ				Совершенствовать навыки выполнения элементов в игровой ситуации	Коммуникативные: способствовать формированию командных взаимоотношений Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: анализировать и обобщать полученные данные		2ч	
25-26	Основные физические качества человека. Стритбол. Перемещения.	КУ				Совершенствовать навыки передачи и ловли	Коммуникативные: способствовать формированию научного мировоззрения учащихся Регулятивные: выполнять учебные действия в материализованной форме Познавательные: выделять существенную информацию из полученного объема		2ч	
27-28	Развитие взаимосвязи. Учебная игра. Стритбол.	КУ				Совершенствовать навыки в ведении мяча (дриблинге)	Коммуникативные: развивать умение точно и грамотно выражать свои мысли. Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. Познавательные: проводить сравнение по заданным критерия		2ч	

№	Тема урока	Тип урока	Технологии	Решаемые проблемы	Виды деятельности (элементы содержания, контроль)	Планируемые результаты			Дата	
						Предметные	УУД	Личностные	программа	фактически
29-30	Развитие быстроты и взаимодействий Развитие точности.	КУ				Совершенствовать навыки в бросках мяча после ведения	Коммуникативные: использовать речь для регуляции своих действий. Регулятивные: осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату. Познавательные: анализировать и обобщать полученные данные		2ч	
31-32	Броски мяча по кольцу с дальних точек. Зонная защита.	КУ				Освоить выполнение штрафного броска	Коммуникативные: развивать умение точно и грамотно выражать свои мысли Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: выделять существенную информацию из полученного объема		2ч	
33	Развитие силовых качеств.	УЗЗ	Здоровьесбережения, дифференцированного обучения, формирования и применения знаний и навыков	Основные способы выполнения	Фронтальная, групповая и индивидуальная работа. Корректировка техники	Повторить технику безопасности на уроках по изучению	Коммуникативные: развивать умение точно и грамотно выражать свои мысли Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: выделять существенную информацию из полученного объема	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выход из спорных ситуаций	1ч	
34-35	Развитие скоростных и силовых качеств.	КУ	Дифференцированного обучения, формирования и применения знаний и навыков	Основные способы воспитания координации		Совершенствовать навыки в выполнении	Коммуникативные: договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Регулятивные: адекватно воспринимать оценку учителя Познавательные: обобщать полученные данные		2ч	
36-37	Позиционное нападение и защита. Учебная игра с заданием.	КУ		Основные способы выполнения		Совершенствовать навыки в выполнении	Коммуникативные: умение работать в паре Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации Познавательные: устанавливать аналогии с ранее изученными упражнениями		2ч	
38-40	Урок №14 Развитие быстроты, ловкости, силы.	КУ		Составление целого из изученных элементов. Артистичность и целостность представленной комбинации			Коммуникативные: Способствовать формированию научного мировоззрения учащихся Регулятивные: выполнять учебные действия в материализованной форме Познавательные: выделять существенную информацию из полученного объема		3ч	

№	Тема урока	Тип урока	Технологии	Решаемые проблемы	Виды деятельности (элементы содержания, контроль)	Планируемые результаты			Дата	
						Предметные	УУД	Личностные	программа	фактически
41	Развитие скоростных качеств.	УЗЗ	Здоровьесбережения, проблемного обучения, формирования и применения знаний и навыков	Практическое освоение основных элементов игры в волейбол	Фронтальная, групповая и индивидуальная работа. Корректировка техники	Повторить технику безопасности на уроках спортивных игр. Совершенствовать навыки выполнения передач	Коммуникативные: развивать умение точно и грамотно выражать свои мысли. Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. Познавательные: проводить сравнение по заданным критерия	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	1ч	
42-43	Бросок мяча после ведения. Штрафной бросок. Учебная игра.	КУ	Здоровьесбережения, проблемного обучения, формирования и применения знаний и навыков			Совершенствовать навыки выполнения передач	Коммуникативные: использовать речь для регуляции своих действий. Регулятивные: осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату. Познавательные: анализировать и обобщать полученные данные		2ч	
44-45	Позиционное нападение. Урок № 21	КУ				Совершенствовать навыки выполнения верхней прямой подачи	Коммуникативные: развивать умение точно и грамотно выражать свои мысли. Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу. Познавательные: выделять существенную информацию из полученного объёма		2ч	
46-47	Броски мяча с точек. Учебная игра.	УИН				Освоить выполнение нападающего удара с собственного подбрасывания	Коммуникативные: способствовать формированию командных взаимоотношений. Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу. Познавательные: анализировать и обобщать полученные данные		2ч	
48	Правила игры в волейбол Т/б на уроке.	УИН				Практическое освоение правил игры в волейбол	Практически освоить правила игры в волейбол. Коммуникативные: Способствовать формированию научного мировоззрения учащихся. Регулятивные: выполнять учебные действия в материализованной форме. Познавательные: выделять существенную информацию из полученного объёма		1ч	
49-51	Передача мяча в колоннах. Подача мяча. Нападающий удар.	КУ	Развивающего, дифференцированного и проблемного обучения, формирования и применения знаний и навыков	Практическое освоение основных элементов игры в волейбол	Совершенствовать навыки выполнения верхней прямой подачи	Коммуникативные: развивать умение точно и грамотно выражать свои мысли. Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. Познавательные: проводить сравнение по заданным критерия	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не	3ч		
52-53	Передача мяча стоя спиной по направлению движения мяча. Учебная игра.	КУ	Практическое освоение основных элементов игры в волейбол					Совершенствовать выполнение приёма мяча с подачи	Коммуникативные: договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности. Регулятивные: адекватно воспринимать оценку учителя. Познавательные: обобщать полученные данные	2ч

№	Тема урока	Тип урока	Технологии	Решаемые проблемы	Виды деятельности (элементы содержания, контроль)	Планируемые результаты			Дата		
						Предметные	УУД	Личностные	программа	фактически	
54-55	Защитные действия. Блокировка мяча. Учебная игра.	УИН		Практическое освоение основных элементов игры в волейбол		Освоить выполнение нападающего удара с передачи партнёра и одиночное блокирование	Коммуникативные: умение работать в паре Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации Познавательные: устанавливать аналогии с ранее изученными упражнениями	создавать конфликты и находить выход из спорных ситуаций	2ч		
56-58	Развитие прыгучести. Многоскоки. Учебная игра.	УИН		Практическое освоение тактических навыков		Освоить элементы тактики нападения	Коммуникативные: договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Регулятивные: адекватно воспринимать оценку учителя Познавательные: обобщать полученные данные		3ч		
59-61	Приём мяча. Нападающий удар. Блокирование	УЗЗ				Освоить элементы тактики защиты	Коммуникативные: Способствовать формированию научного мировоззрения учащихся Регулятивные: выполнять учебные действия в материализованной форме Познавательные: выделять существенную информацию из полученного объёма		3ч		
62-64	Приём мяча Урок № 15. Учебная игра.	КУ	Здоровьесбережения, индивидуального и дифференцированного обучения	Практическое освоение элементов игры в баскетбол	Фронтальная, групповая и индивидуальная работа. Корректировка техники	Совершенствовать навыки выполнения передач	Коммуникативные: развивать умение точно и грамотно выражать свои мысли Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: выделять существенную информацию из полученного объёма	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выход из спорных ситуаций	3ч		
65-67	Перестроения Акробатика. Развитие гибкости.	КУ	Развивающего, дифференцированного и проблемного обучения, формирования и применения знаний и навыков			Освоить навыки выполнения комбинированных упражнений	Коммуникативные: использовать речь для регуляции своих действий. Регулятивные: осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату. Познавательные: анализировать и обобщать полученные данные			3ч	
68-70	Развитие прыгучести Комбинации в акробатике Урок № 21.	КУ				Практическое освоение элементов в игровой ситуации	Совершенствовать навыки в учебных играх		Коммуникативные: умение работать в паре Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации Познавательные: устанавливать аналогии с ранее изученными упражнениями		3ч
71	Развитие силовых	КУ	Здоровьесбережения, индивидуального и дифференцированного	Освоение основных элементов современных систем физического	Беседа. Фронтальная, групповая и	Повторить технику безопасности на уроках гимнастики, основные акробатические элементы	Коммуникативные: развивать умение точно и грамотно выражать свои мысли Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: выделять существенную информацию из	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-	1ч		

№	Тема урока	Тип урока	Технологии	Решаемые проблемы	Виды деятельности (элементы содержания, контроль)	Планируемые результаты			Дата		
						Предметные	УУД	Личностные	программа	фактически	
	качеств.		обучения	воспитания	индивидуальная работа. Корректировка техники		полученного объёма	нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки			
72	Составление Акробатических комбинаций.	КУ	Развивающего, дифференцированного и проблемного обучения, формирования и применения знаний и навыков		Фронтальная, групповая и индивидуальная работа. Корректировка техники	Совершенствовать навыки выполнения основных упражнений лазанья, крайс-тренинга	Коммуникативные: договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Регулятивные: адекватно воспринимать оценку учителя Познавательные: обобщать полученные данные		1ч		
73	Развитие прыгучести.	КУ				Совершенствовать навыки выполнения основных упражнений	Коммуникативные: Способствовать формированию научного мировоззрения учащихся Регулятивные: выполнять учебные действия в материализованной форме Познавательные: выделять существенную информацию из полученного объёма		1ч		
74	Совершенствование опорного прыжка Акробатика.	КУ				Совершенствовать навыки выполнения основных упражнений лазанья, функциональной тренировки	Коммуникативные: развивать умение точно и грамотно выражать свои мысли. Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. Познавательные: проводить сравнение по заданным критерия		Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выход из спорных ситуаций	1ч	
75	Развитие Двигательных качеств	КУ				Совершенствовать навыки выполнения основных упражнений стрейчинга, опорного прыжка	Коммуникативные: развивать умение точно и грамотно выражать свои мысли. Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. Познавательные: проводить сравнение по заданным критерия			1ч	
76	Совершенствование прыжков Развитие гибкости.	КУ				Совершенствовать навыки выполнения основных упражнений шейпинга, опорного прыжка	Коммуникативные: способствовать формированию командных взаимоотношений Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: анализировать и обобщать полученные данные			1ч	
77	Развитие основных качеств человека	КУ				Совершенствовать навыки выполнения основных упражнений силовой гимнастики, опорного прыжка	Коммуникативные: использовать речь для регуляции своих действий. Регулятивные: осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату. Познавательные: анализировать и обобщать полученные данные			1ч	
78	Развиие основных	КУ				Совершенствовать навыки выполнения основных	Коммуникативные: Способствовать формированию научного мировоззрения учащихся Регулятивные: выполнять учебные действия в материализованной			1ч	

№	Тема урока	Тип урока	Технологии	Решаемые проблемы	Виды деятельности (элементы содержания, контроль)	Планируемые результаты			Дата	
						Предметные	УУД	Личностные	программа	фактически
	качеств человека.					упражнений крайс-тренинга	форме Познавательные: выделять существенную информацию из полученного объёма			
79-80	ВФСК ГТО Нормы. Требования.	УЗЗ	Здоровьесбережения, индивидуального и дифференцированного обучения	Практическое освоение игры в баскетбол	Фронтальная, групповая и индивидуальная работа. Корректировка техники	Совершенствовать навыки выполнения отдельных элементов в игровой обстановке	Коммуникативные: развивать умение точно и грамотно выражать свои мысли. Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. Познавательные: проводить сравнение по заданным критерия	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	2ч	
81-83	Развитие двигательных качеств.	КУ	Развивающего, дифференцированного и проблемного обучения, формирования и применения знаний и навыков	Практическое освоение основных элементов игры в волейбол	Фронтальная, групповая и индивидуальная работа. Корректировка техники	Совершенствовать навыки выполнения верхней прямой подачи, приёма мяча с подачи	Коммуникативные: развивать умение точно и грамотно выражать свои мысли Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: выделять существенную информацию из полученного объёма	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выход из спорных ситуаций	3ч	
84-85	Акробатические комплексы.	КУ				Совершенствовать навыки выполнения нападающего удара	Коммуникативные: Способствовать формированию научного мировоззрения учащихся Регулятивные: выполнять учебные действия в материализованной форме Познавательные: выделять существенную информацию из полученного объёма		2ч	
86-89	Развитие гибкости и координации движений Контрольные уроки №1 №2 №3	КУ		Практическое освоение навыков игры в волейбол		Совершенствовать навыки выполнения отдельных элементов в игровой обстановке	Коммуникативные: развивать умение точно и грамотно выражать свои мысли. Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. Познавательные: проводить сравнение по заданным критерия		4ч	
90	Преодоление полосы препятствий. Бег 3x10м	КУ	Здоровьесбережения, дифференцированного обучения, организации самостоятельной деятельности учащихся	Методы и приёмы самостоятельной работы по развитию физических качеств	Фронтальная и индивидуальная работа. Текущий контроль	Повторить основные упражнения круговой тренировки	Коммуникативные: развивать умение точно и грамотно выражать свои мысли Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: выделять существенную информацию из полученного объёма	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	1ч	
91	Переменный бегдо2000м	КУ				Дифференцированного обучения, организации самостоятельной	Продемонстрировать максимальный результат в челночном беге		Коммуникативные: использовать речь для регуляции своих действий. Регулятивные: осуществлять итоговый и пошаговый контроль по	1ч

№	Тема урока	Тип урока	Технологии	Решаемые проблемы	Виды деятельности (элементы содержания, контроль)	Планируемые результаты			Дата	
						Предметные	УУД	Личностные	программа	фактически
	Метания.		деятельности учащихся				результату. Познавательные: анализировать и обобщать полученные данные			
92	Метания гранаты Прыжок в длину с разбега	КУ			Продemonстрировать максимальный результат в поднимании туловища за 30 сек	Коммуникативные: развивать умение точно и грамотно выражать свои мысли. Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. Познавательные: проводить сравнение по заданным критерия		1ч		
93	Преодоление полосы препятствий Бег 1500м.	КУ			Продemonстрировать максимальный результат в прыжках в длину с места	Коммуникативные: использовать речь для регуляции своих действий. Регулятивные: осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату. Познавательные: анализировать и обобщать полученные данные		1ч		
94	Метание гранаты в горизонтальную цель. Бен2х200м	КУ			Продemonстрировать максимальный результат в подтягивании на перекладине	Коммуникативные: договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Регулятивные: адекватно воспринимать оценку учителя Познавательные: обобщать полученные данные		1ч		
95	Переменный бег до 2000м Метания.	КУ			Продemonстрировать максимальный результат в наклоне вперёд	Коммуникативные: Способствовать формированию научного мировоззрения учащихся Регулятивные: выполнять учебные действия в материализованной форме Познавательные: выделять существенную информацию из полученного объёма		1ч		
96	Ускорения на отрезках до 50 м.	КУ			Продemonстрировать максимальный результат в сгибании и разгибании рук в упоре лёжа	Коммуникативные: использовать речь для регуляции своих действий. Регулятивные: осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату. Познавательные: анализировать и обобщать полученные данные		1ч		
97	Переменный бег Развитие выносливости.	КУ			Продemonстрировать максимальный результат в поднимании туловища за 60 сек	Коммуникативные: развивать умение точно и грамотно выражать свои мысли Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: выделять существенную информацию из полученного объёма		1ч		
98	Совершенствование метаний. Бег 3х100м	КУ		Здоровьесбережения, индивидуального и дифференцированного	Преодоление травматизма. Техника выполнения	Фронтальная и индивидуальная работа. Индивидуальный	Повторить технику безопасности на уроках по лёгкой атлетике. Продemonстрировать	Коммуникативные: развивать умение точно и грамотно выражать свои мысли Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: выделять существенную информацию из	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в	1ч

№	Тема урока	Тип урока	Технологии	Решаемые проблемы	Виды деятельности (элементы содержания, контроль)	Планируемые результаты			Дата	
						Предметные	УУД	Личностные	программа	фактически
Лёгкая атлетика (8 часов)										
1	Вводный инст. по т/б. Инст. №7 по т/б. Скоростные упражнения	УЗЗ	Здоровьесбережения, индивидуального и дифференцированного обучения	Предупреждение травматизма, рациональное выполнение специальных упражнений	Беседа, фронтальная работа с классом, индивидуальный контроль	Вспомнить правила поведения и техники безопасности на уроках физической культуры. Повторить выполнение специальных легкоатлетических упражнений	Коммуникативные: способствовать формированию научного мировоззрения. Регулятивные: выполнять учебные действия в материализованной форме Познавательные: выделять существенную информацию из полученного объёма	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не	1ч	
2	Специальные упражнения. Бег 30 м	КУ	Индивидуального и дифференцированного обучения	Рациональное выполнение упражнений, удержание скорости при беге	Фронтальная и индивидуальная работа. Текущий контроль	Повторить выполнение специальных легкоатлетических упражнений. Продемонстрировать	Коммуникативные: использовать речь для регуляции своих действий. Регулятивные: осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату. Познавательные: анализировать и обобщать полученные данные	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не	1ч	

№	Тема урока	Тип урока	Технологии	Решаемые проблемы	Виды деятельности (элементы содержания, контроль)	Планируемые результаты			Дата	
						Предметные	УУД	Личностные	программа	фактически
						максимальный результат в беге на 30 м		создавать конфликты и находить выход из спорных ситуациях		
3-5	Повторный бег. Метание мяча	КУ		Согласование движений рук и ног при метании мяча и беге	Фронтальная и групповая работа с классом. Индивидуальный контроль	Совершенствовать навыки метания малого мяча с разбега	Коммуникативные: использовать речь для регуляции своих действий. Регулятивные: осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату. Познавательные: анализировать и обобщать полученные данные		3ч	
6	Метание мяча	КУ			Фронтальная и индивидуальная работа. Текущий контроль	Продemonстрировать максимальный результат в метании мяча	Коммуникативные: использовать речь для регуляции своих действий. Регулятивные: осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату. Познавательные: анализировать и обобщать полученные данные		1ч	
7	Специальные упражнения	КУ		Рациональное выполнение упражнений, удержание скорости при беге	Фронтальная и групповая работа с классом. Индивидуальный контроль	Совершенствовать технику выполнения специальных упражнений легкоатлета	Коммуникативные: развивать умение точно и грамотно выражать свои мысли. Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. Познавательные: проводить сравнение по заданным критерия		1ч	
8	Бег 1000 м	КУ		Воспитание выносливости	Фронтальная и индивидуальная работа. Текущий контроль	Продemonстрировать максимальный результат в беге на 1000 м	Коммуникативные: Способствовать формированию научного мировоззрения учащихся Регулятивные: выполнять учебные действия в материализованной форме Познавательные: выделять существенную информацию из полученного объёма		1ч	
Общефизическая подготовка (8 ч)										
9	Инст. №8 по т/б. Круговая тренировка	КУ	Здоровьесбережения, дифференцированного обучения, организации самостоятельной деятельности учащихся	Методы и приёмы самостоятельной работы по развитию физических качеств	Фронтальная и индивидуальная работа. Текущий контроль	Повторить основные упражнения круговой тренировки	Коммуникативные: развивать умение точно и грамотно выражать свои мысли Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: выделять существенную информацию из полученного объёма	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	1ч	
10	Развитие координации. Бег 3*10 м	КУ	Дифференцированного обучения, организации самостоятельной деятельности учащихся			Продemonстрировать максимальный результат в челночном беге	Коммуникативные: использовать речь для регуляции своих действий. Регулятивные: осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату. Познавательные: анализировать и обобщать полученные данные		1ч	
11	Развитие быстроты. Поднимание туловища за 30 сек	КУ				Продemonстрировать максимальный результат в поднимании туловища за 30 сек	Коммуникативные: развивать умение точно и грамотно выражать свои мысли. Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. Познавательные: проводить сравнение по заданным критерия		1ч	

№	Тема урока	Тип урока	Технологии	Решаемые проблемы	Виды деятельности (элементы содержания, контроль)	Планируемые результаты			Дата	
						Предметные	УУД	Личностные	программа	фактически
12	Развитие скоростно-силовых качеств. Прыжки в длину с/м	КУ				Продemonстрировать максимальный результат в прыжках в длину с места	Коммуникативные: использовать речь для регуляции своих действий. Регулятивные: осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату. Познавательные: анализировать и обобщать полученные данные		1ч	
13	Развитие силы. Подтягивание	КУ				Продemonстрировать максимальный результат в подтягивании на перекладине	Коммуникативные: договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Регулятивные: адекватно воспринимать оценку учителя Познавательные: обобщать полученные данные		1ч	
14	Развитие гибкости. Наклон вперёд	КУ				Продemonстрировать максимальный результат в наклоне вперёд	Коммуникативные: Способствовать формированию научного мировоззрения учащихся Регулятивные: выполнять учебные действия в материализованной форме Познавательные: выделять существенную информацию из полученного объёма		1ч	
15	Развитие силы. Сгибание и разгибание рук	КУ				Продemonстрировать максимальный результат в сгибании и разгибании рук в упоре лёжа	Коммуникативные: использовать речь для регуляции своих действий. Регулятивные: осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату. Познавательные: анализировать и обобщать полученные данные		1ч	
16	Развитие выносливости. Поднимание туловища за 60 сек	КУ				Продemonстрировать максимальный результат в поднимании туловища за 60 сек	Коммуникативные: развивать умение точно и грамотно выражать свои мысли Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: выделять существенную информацию из полученного объёма		1ч	
Спортивные игры (баскетбол) (15 ч)										
17	Инст. №5 по т/б. Передача и ловля	УЗЗ	Здоровьесбережения, дифференцированного обучения, формирования и применения знаний и навыков	Способы рационального выполнения индивидуальных и групповых упражнений с баскетбольным мячом	Фронтальная, групповая и индивидуальная работа. Корректировка техники	Повторить технику безопасности на уроках спортивных игр. Совершенствовать навыки выполнения передачи и ловли	Коммуникативные: развивать умение точно и грамотно выражать свои мысли Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: выделять существенную информацию из полученного объёма	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условия	1ч	
18-19	Передача и ловля	КУ	Дифференцированного обучения, формирования и применения знаний и			Совершенствовать навыки выполнения передачи и ловли	Коммуникативные: развивать умение точно и грамотно выражать свои мысли. Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. Познавательные: проводить сравнение по заданным критерия		2ч	

№	Тема урока	Тип урока	Технологии	Решаемые проблемы	Виды деятельности (элементы содержания, контроль)	Планируемые результаты			Дата	
						Предметные	УУД	Личностные	программа	фактически
			навыков							
20	Ведение с изменением параметров	КУ				Совершенствовать навыки ведения с изменением параметров	Коммуникативные: умение работать в паре Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации Познавательные: устанавливать аналогии с ранее изученными упражнениями		1ч	
21-22	Бросок после ведения	КУ				Совершенствовать навыки броска после ведения	Коммуникативные: способствовать формированию командных взаимоотношений Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: анализировать и обобщать полученные данные		2ч	
23-24	Бросок со средней дистанции	КУ				Совершенствовать навыки броска со средней дистанции	Коммуникативные: способствовать формированию научного мировоззрения учащихся Регулятивные: выполнять учебные действия в материализованной форме Познавательные: выделять существенную информацию из полученного объёма		2ч	
25-26	Штрафной бросок	КУ				Совершенствовать навыки штрафного броска	Коммуникативные: развивать умение точно и грамотно выражать свои мысли. Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. Познавательные: проводить сравнение по заданным критерия		2ч	
27-28	Тактика нападения	КУ				Совершенствовать навыки освоения тактических элементов нападения	Коммуникативные: использовать речь для регуляции своих действий. Регулятивные: осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату. Познавательные: анализировать и обобщать полученные данные		2ч	
29-30	Тактика защиты	КУ				Совершенствовать навыки освоения тактических элементов защиты	Коммуникативные: развивать умение точно и грамотно выражать свои мысли Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: выделять существенную информацию из полученного объёма		2ч	
31	Учебная игра в баскетбол	КУ				Совершенствовать навыки в учебной игре в баскетбол	Коммуникативные: развивать умение точно и грамотно выражать свои мысли Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: выделять существенную информацию из полученного объёма		1ч	
Гимнастика с основами акробатики (7 ч)										
32	Инст. №8 по т/б. Повторение акробатических элементов	УЗЗ	Здоровьесбережения, дифференцированного обучения, формирования и применения знаний и	Основные способы выполнения акробатических	Фронтальная, групповая и индивидуальная работа.	Повторить технику безопасности на уроках по изучению гимнастических упражнений, основные	Коммуникативные: развивать умение точно и грамотно выражать свои мысли Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: выделять существенную информацию из	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла	1ч	

№	Тема урока	Тип урока	Технологии	Решаемые проблемы	Виды деятельности (элементы содержания, контроль)	Планируемые результаты			Дата	
						Предметные	УУД	Личностные	программа	фактически
			навыков	упражнений	Корректировка техник	акробатические упражнения	полученного объёма	учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выход из спорных ситуаций		
33-34	Акробатика. Опорный прыжок	КУ	Дифференцированного обучения, формирования и применения знаний и навыков	Основные способы выполнения акробатических упражнений. Опорный прыжок		Совершенствовать навыки выполнения акробатических упражнений, опорного прыжка	Коммуникативные: договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Регулятивные: адекватно воспринимать оценку учителя Познавательные: обобщать полученные данные		2ч	
35-36	Акробатика. Лазанье	КУ		Основные способы выполнения акробатических упражнений. Воспитание координации		Совершенствовать навыки выполнения акробатических упражнений, лазанья	Коммуникативные: умение работать в паре Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации Познавательные: устанавливать аналогии с ранее изученными упражнениями		2ч	
37-38	Составление и выполнение акробатической комбинации	КУ		Составление целого из изученных элементов. Артистичность представления и целостность комбинации		Артистически продемонстрировать индивидуальную акробатическую комбинацию	Коммуникативные: Способствовать формированию научного мировоззрения учащихся Регулятивные: выполнять учебные действия в материализованной форме Познавательные: выделять существенную информацию из полученного объёма		2ч	
Спортивные игры (волейбол) (25 ч)										
39	Инст. №5 по т/б. Учебная игра в волейбол	УЗЗ	Здоровьесбережения, проблемного обучения, формирования и применения знаний и навыков	Способы рационального выполнения индивидуальных и групповых упражнений с волейбольным мячом	Фронтальная, групповая и индивидуальная работа. Корректировка техники	Повторить технику безопасности на уроках спортивных игр. Совершенствовать навыки учебной игры в волейбол	Коммуникативные: развивать умение точно и грамотно выражать свои мысли. Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. Познавательные: проводить сравнение по заданным критерия	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы	1ч	
40-41	Подача и приём с подачи	КУ	Развивающего, дифференцированного и проблемного обучения, формирования и применения знаний и навыков			Совершенствовать навыки выполнения подачи и приёма мяча с подачи	Коммуникативные: использовать речь для регуляции своих действий. Регулятивные: осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату. Познавательные: анализировать и обобщать полученные данные		2ч	
42-43	Упражнения в передачах	КУ				Совершенствовать навыки выполнения передач	Коммуникативные: умение работать в паре Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации Познавательные: устанавливать аналогии с ранее изученными упражнениями		2ч	
44-45	Нападающий удар и блокирование	КУ				Совершенствовать навыки выполнения нападающего удара и блокирования	Коммуникативные: договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Регулятивные: адекватно воспринимать оценку учителя Познавательные: обобщать полученные данные		2ч	

№	Тема урока	Тип урока	Технологии	Решаемые проблемы	Виды деятельности (элементы содержания, контроль)	Планируемые результаты			Дата	
						Предметные	УУД	Личностные	программа	фактически
46-47	Тактика нападения	КУ	Здоровьесбережения, проблемного обучения, формирования и применения знаний и навыков			Совершенствовать навыки освоения тактических элементов нападения	Коммуникативные: Способствовать формированию научного мировоззрения учащихся Регулятивные: выполнять учебные действия в материализованной форме Познавательные: выделять существенную информацию из полученного объёма		2ч	
48	Учебная игра в волейбол	КУ				Совершенствовать навыки учебной игры в волейбол	Коммуникативные: развивать умение точно и грамотно выражать свои мысли. Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. Познавательные: проводить сравнение по заданным критерия		1ч	
49-50	Тактика нападения. Учебная игра	КУ				Совершенствовать навыки освоения тактических элементов нападения	Коммуникативные: способствовать формированию командных взаимоотношений Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: анализировать и обобщать полученные данные	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	2ч	
51-53	Тактика защиты. Учебная игра	КУ				Совершенствовать навыки освоения тактических элементов защиты	Коммуникативные: развивать умение точно и грамотно выражать свои мысли Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: выделять существенную информацию из полученного объёма		3ч	
54-55	Упражнения в передачах	КУ				Совершенствовать навыки выполнения передач	Коммуникативные: способствовать формированию командных взаимоотношений Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: анализировать и обобщать полученные данные		2ч	
56-57	Упражнения в подачах	КУ				Совершенствовать навыки выполнения подач	Коммуникативные: Способствовать формированию научного мировоззрения учащихся Регулятивные: выполнять учебные действия в материализованной форме Познавательные: выделять существенную информацию из полученного объёма		2ч	
58-59	Приём мяча	КУ				Совершенствовать навыки выполнения приёма мяча	Коммуникативные: использовать речь для регуляции своих действий. Регулятивные: осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату. Познавательные: анализировать и обобщать полученные данные	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных	2ч	
60-61	Нападающий удар и блокирование	КУ				Совершенствовать навыки выполнения нападающего удара и блокирования	Коммуникативные: развивать умение точно и грамотно выражать свои мысли. Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. Познавательные: проводить сравнение по заданным критерия		2ч	

№	Тема урока	Тип урока	Технологии	Решаемые проблемы	Виды деятельности (элементы содержания, контроль)	Планируемые результаты			Дата		
						Предметные	УУД	Личностные	программа	фактически	
62-63	Комбинация 6-3-4(2)	УИН				Освоить выполнение простейшей волейбольной комбинации	Коммуникативные: договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Регулятивные: адекватно воспринимать оценку учителя Познавательные: обобщать полученные данные	социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выход из спорных ситуаций	2ч		
Гимнастика с основами акробатики (7 ч)											
64	Инст. №8 по т.б. Кардиотренировка	КУ	Здоровьесбережения, индивидуального и дифференцированного обучения	Освоение основных элементов современных систем физического воспитания	Беседа. Фронтальная, групповая и индивидуальная работа. Корректировка техники	Повторить технику безопасности на уроках гимнастики. Совершенствовать навыки выполнения основных упражнений кардиотренировки	Коммуникативные: развивать умение точно и грамотно выражать свои мысли Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: выделять существенную информацию из полученного объёма	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выход из спорных ситуаций	1ч		
65	Функциональная тренировка	КУ	Развивающего, дифференцированного и проблемного обучения, формирования и применения знаний и навыков			Фронтальная, групповая и индивидуальная работа. Корректировка техники	Совершенствовать навыки выполнения основных упражнений функциональной тренировки		Коммуникативные: договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Регулятивные: адекватно воспринимать оценку учителя Познавательные: обобщать полученные данные	1ч	
66	Стрейчинг	КУ				Совершенствовать навыки выполнения основных упражнений стрейчинга	Коммуникативные: Способствовать формированию научного мировоззрения учащихся Регулятивные: выполнять учебные действия в материализованной форме Познавательные: выделять существенную информацию из полученного объёма		1ч		
67	Шейпинг	КУ				Совершенствовать навыки выполнения основных упражнений шейпинга	Коммуникативные: развивать умение точно и грамотно выражать свои мысли. Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. Познавательные: проводить сравнение по заданным критерия		1ч		
68	Силовая гимнастика	КУ				Совершенствовать навыки выполнения основных упражнений силовой гимнастики	Коммуникативные: развивать умение точно и грамотно выражать свои мысли Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: выделять существенную информацию из полученного объёма		1ч		
69	Крайс-тренинг	КУ				Совершенствовать навыки выполнения основных упражнений крайс-тренинга	Коммуникативные: развивать умение точно и грамотно выражать свои мысли Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: выделять существенную информацию из полученного объёма		1ч		

№	Тема урока	Тип урока	Технологии	Решаемые проблемы	Виды деятельности (элементы содержания, контроль)	Планируемые результаты			Дата		
						Предметные	УУД	Личностные	программа	фактически	
70	Кардиотренировка	КУ				Совершенствовать навыки выполнения основных упражнений кардитренировки	Коммуникативные: умение работать в паре Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации Познавательные: устанавливать аналогии с ранее изученными упражнениями		1ч		
Спортивные игры (баскетбол) (14 ч)											
71	Инст. №5 по т/б. Учебная игра	УЗЗ	Здоровьесбережения, индивидуального и дифференцированного обучения	Практическое освоение элементов игры в баскетбол	Фронтальная, групповая и индивидуальная работа. Корректировка техники	Повторить технику безопасности на уроках спортивных игр. Совершенствовать игровые навыки	Коммуникативные: развивать умение точно и грамотно выражать свои мысли Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: выделять существенную информацию из полученного объёма	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выход из спорных ситуаций	1ч		
72-73	Упражнения в передачах	КУ	Развивающего, дифференцированного и проблемного обучения, формирования и применения знаний и навыков			Совершенствовать навыки выполнения передач	Коммуникативные: использовать речь для регуляции своих действий. Регулятивные: осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату. Познавательные: анализировать и обобщать полученные данные		2ч		
74-75	Упражнения в ведении	КУ				Совершенствовать навыки ведения	Коммуникативные: умение работать в паре Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации Познавательные: устанавливать аналогии с ранее изученными упражнениями		2ч		
76-77	Упражнения в бросках после ведения	КУ				Совершенствовать навыки броска после ведения	Коммуникативные: Способствовать формированию научного мировоззрения учащихся Регулятивные: выполнять учебные действия в материализованной форме Познавательные: выделять существенную информацию из полученного объёма		2ч		
78-79	Упражнения в бросках с места	КУ				Совершенствовать навыки броска с места	Коммуникативные: развивать умение точно и грамотно выражать свои мысли. Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. Познавательные: проводить сравнение по заданным критерия		2ч		
80-82	Комбинированные упражнения (ведение, передача, бросок)	УИН				Освоить выполнение комбинированных упражнений	Коммуникативные: способствовать формированию командных взаимоотношений Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: анализировать и обобщать полученные данные		3ч		
83-84	Учебная игра	УЗЗ				Практическое освоение	Закрепить навыки учебной игры		Коммуникативные: использовать речь для регуляции своих действий.	2ч	

№	Тема урока	Тип урока	Технологии	Решаемые проблемы	Виды деятельности (элементы содержания, контроль)	Планируемые результаты			Дата	
						Предметные	УУД	Личностные	программа	фактически
				игры в баскетбол			Регулятивные: осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату. Познавательные: анализировать и обобщать полученные данные			
Общефизическая подготовка (8 ч)										
85	Инст. №8 по т/б. Круговая тренировка	КУ	Здоровьесбережения, дифференцированного обучения, организации самостоятельной деятельности учащихся	Методы и приёмы самостоятельной работы по развитию физических качеств	Фронтальная и индивидуальная работа. Текущий контроль	Повторить основные упражнения круговой тренировки	Коммуникативные: развивать умение точно и грамотно выражать свои мысли Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: выделять существенную информацию из полученного объёма	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	1ч	
86	Развитие координации. Бег 3*10 м	КУ	Дифференцированного обучения, организации самостоятельной деятельности учащихся			Продemonстрировать максимальный результат в челночном беге	Коммуникативные: использовать речь для регуляции своих действий. Регулятивные: осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату. Познавательные: анализировать и обобщать полученные данные		1ч	
87	Развитие быстроты. Поднимание туловища за 30 сек	КУ				Продemonстрировать максимальный результат в поднимании туловища за 30 сек	Коммуникативные: развивать умение точно и грамотно выражать свои мысли. Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. Познавательные: проводить сравнение по заданным критерия		1ч	
88	Развитие скоростно-силовых качеств. Прыжки в длину с/м	КУ				Продemonстрировать максимальный результат в прыжках в длину с места	Коммуникативные: использовать речь для регуляции своих действий. Регулятивные: осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату. Познавательные: анализировать и обобщать полученные данные		1ч	
89	Развитие силы. Подтягивание	КУ				Продemonстрировать максимальный результат в подтягивании на перекладине	Коммуникативные: договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Регулятивные: адекватно воспринимать оценку учителя Познавательные: обобщать полученные данные		1ч	
90	Развитие гибкости. Наклон вперёд	КУ				Продemonстрировать максимальный результат в наклоне вперёд	Коммуникативные: Способствовать формированию научного мировоззрения учащихся Регулятивные: выполнять учебные действия в материализованной форме Познавательные: выделять существенную информацию из полученного объёма		1ч	
91	Развитие силы. Сгибание и	КУ				Продemonстрировать максимальный результат в	Коммуникативные: использовать речь для регуляции своих действий. Регулятивные: осуществлять итоговый и пошаговый контроль по		1ч	

№	Тема урока	Тип урока	Технологии	Решаемые проблемы	Виды деятельности (элементы содержания, контроль)	Планируемые результаты			Дата	
						Предметные	УУД	Личностные	программа	фактически
	разгибание рук					сгибании и разгибании рук в упоре лёжа	результату. Познавательные: анализировать и обобщать полученные данные			
92	Развитие выносливости. Поднимание туловища за 60 сек	КУ				Продemonстрировать максимальный результат в поднимании туловища за 60 сек	Коммуникативные: развивать умение точно и грамотно выражать свои мысли Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: выделять существенную информацию из полученного объёма		1ч	
Лёгкая атлетика (8 ч)										
93	Инст. №7 по т/б. Скоростные упражнения. Бег 30 м	УЗЗ	Здоровьесбережения, индивидуального и дифференцированного обучения	Профилактика травматизма. Воспитание быстроты	Фронтальная и индивидуальная работа. Индивидуальный контроль	Повторить правила техники безопасности на уроках лёгкой атлетики. Продemonстрировать максимальный результат в беге на 30 м	Коммуникативные: развивать умение точно и грамотно выражать свои мысли Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: выделять существенную информацию из полученного объёма	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	1ч	
94-95	Повторный бег. Метание мяча	КУ	Развивающего, дифференцированного и проблемного обучения, формирования и применения знаний и навыков	Техника выполнения упражнений		Совершенствовать технику метание мяча	Коммуникативные: использовать речь для регуляции своих действий. Регулятивные: осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату. Познавательные: анализировать и обобщать полученные данные		2ч	
96-97	Специальные упражнения. Кроссовый бег	КУ				Совершенствовать технику выполнения специальных упражнений	Коммуникативные: умение работать в паре Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации Познавательные: устанавливать аналогии с ранее изученными упражнениями		2ч	
98	Метание мяча	КУ			Фронтальная и индивидуальная работа. Текущий контроль	Продemonстрировать максимальный результат в метании мяча с разбега	Коммуникативные: Способствовать формированию научного мировоззрения учащихся Регулятивные: выполнять учебные действия в материализованной форме Познавательные: выделять существенную информацию из полученного объёма		1ч	
99	Специальные упражнения. Повторный бег	КУ	Фронтальная и индивидуальная работа. Индивидуальный контроль	Совершенствовать технику выполнения специальных упражнений	Коммуникативные: развивать умение точно и грамотно выражать свои мысли. Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. Познавательные: проводить сравнение по заданным критерия	1ч				
100	Бег 1000 м	КУ	Воспитание выносливости	Фронтальная и индивидуальная работа. Текущий контроль	Продemonстрировать максимальный результат в беге на 1000 м	Коммуникативные: способствовать формированию коллективных взаимоотношений Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: анализировать и обобщать полученные данные	1ч			

№	Тема урока	Тип урока	Технологии	Решаемые проблемы	Виды деятельности (элементы содержания, контроль)	Планируемые результаты			Дата	
						Предметные	УУД	Личностные	программа	фактически
Спортивные игры (волейбол) (5 ч)										
101	Инст. №5 по т/б. Учебная игра	УЗЗ	Здоровьесбережения, индивидуального и дифференцированного обучения	Практическое освоение основных элементов игры в волейбол	Фронтальная, групповая и индивидуальная работа. Корректировка техники	Повторить технику безопасности на уроках спортивных игр	Коммуникативные: развивать умение точно и грамотно выражать свои мысли Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: выделять существенную информацию из полученного объёма	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выход из спорных ситуаций	1ч	
102	Упражнения в передачах	КУ	Развивающего, дифференцированного и проблемного обучения, формирования и применения знаний и навыков			Совершенствовать навыки выполнения передач	Коммуникативные: Способствовать формированию научного мировоззрения учащихся Регулятивные: выполнять учебные действия в материализованной форме Познавательные: выделять существенную информацию из полученного объёма		1ч	
103	Упражнения в подачах	КУ				Совершенствовать навыки выполнения подач	Коммуникативные: развивать умение точно и грамотно выражать свои мысли. Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. Познавательные: проводить сравнение по заданным критерия		1ч	
104	Нападающий удар и блокирование	КУ				Совершенствовать навыки выполнения нападающего удара и блокирования	Коммуникативные: договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Регулятивные: адекватно воспринимать оценку учителя Познавательные: обобщать полученные данные		1ч	
105	Учебная игра	КУ	Практическое освоение навыков игры в волейбол			Совершенствовать навыки в учебной игре в волейбол	Коммуникативные: использовать речь для регуляции своих действий. Регулятивные: осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату. Познавательные: анализировать и обобщать полученные данные		1ч	

8 класс

№	Тема урока	Тип урока	Технологии	Решаемые проблемы	Виды деятельности (элементы содержания, контроль)	Планируемые результаты			Дата	
						Предметные	УУД	Личностные	программа	фактически
Лёгкая атлетика (8 часов)										
1	Вводный инст. по т/б. Инст. №7 по т/б. Скоростные	УЗЗ	Здоровьесбережения, индивидуального и дифференцированного обучения	Предупреждение травматизма, рациональное выполнение специальных	Беседа, фронтальная работа с классом, индивидуальный контроль	Вспомнить правила поведения и техники безопасности на уроках физической культуры. Повторить выполнение специальных	Коммуникативные: способствовать формированию научного мировоззрения. Регулятивные: выполнять учебные действия в материализованной форме Познавательные: выделять существенную информацию из полученного объёма	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной	1ч	

№	Тема урока	Тип урока	Технологии	Решаемые проблемы	Виды деятельности (элементы содержания, контроль)	Планируемые результаты			Дата	
						Предметные	УУД	Личностные	программа	фактически
	упражнения			упражнений		легкоатлетических упражнений		роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выход из спорных ситуациях		
2	Специальные упражнения. Бег 30 м	КУ	Индивидуального и дифференцированного обучения	Рациональное выполнение упражнений, удержание скорости при беге	Фронтальная и индивидуальная работа. Текущий контроль	Повторить выполнение специальных легкоатлетических упражнений. Продемонстрировать максимальный результат в беге на 30 м	Коммуникативные: использовать речь для регуляции своих действий. Регулятивные: осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату. Познавательные: анализировать и обобщать полученные данные		1ч	
3-5	Повторный бег. Метание мяча	КУ		Согласование движений рук и ног при метании мяча и беге	Фронтальная и групповая работа с классом. Индивидуальный контроль	Совершенствовать навыки метания малого мяча с разбега	Коммуникативные: использовать речь для регуляции своих действий. Регулятивные: осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату. Познавательные: анализировать и обобщать полученные данные		3ч	
6	Метание мяча	КУ		Фронтальная и индивидуальная работа. Текущий контроль	Продемонстрировать максимальный результат в метании мяча	Коммуникативные: использовать речь для регуляции своих действий. Регулятивные: осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату. Познавательные: анализировать и обобщать полученные данные	1ч			
7	Специальные упражнения	КУ		Рациональное выполнение упражнений, удержание скорости при беге	Фронтальная и групповая работа с классом. Индивидуальный контроль	Совершенствовать технику выполнения специальных упражнений легкоатлета	Коммуникативные: развивать умение точно и грамотно выражать свои мысли. Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. Познавательные: проводить сравнение по заданным критерия		1ч	
8	Бег 1000 м	КУ		Воспитание выносливости	Фронтальная и индивидуальная работа. Текущий контроль	Продемонстрировать максимальный результат в беге на 1000 м	Коммуникативные: Способствовать формированию научного мировоззрения учащихся Регулятивные: выполнять учебные действия в материализованной форме Познавательные: выделять существенную информацию из полученного объёма		1ч	
Общефизическая подготовка (8 ч)										
9	Инст. №8 по т/б. Круговая тренировка	КУ	Здоровьесбережения, дифференцированного обучения, организации самостоятельной деятельности учащихся	Методы и приёмы самостоятельной работы по развитию физических качеств	Фронтальная и индивидуальная работа. Текущий контроль	Повторить основные упражнения круговой тренировки	Коммуникативные: развивать умение точно и грамотно выражать свои мысли Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: выделять существенную информацию из полученного объёма	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	1ч	
10	Развитие координации. Бег 3*10 м	КУ				Дифференцированного обучения, организации самостоятельной	Продемонстрировать максимальный результат в челночном беге		Коммуникативные: использовать речь для регуляции своих действий. Регулятивные: осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату.	1ч

№	Тема урока	Тип урока	Технологии	Решаемые проблемы	Виды деятельности (элементы содержания, контроль)	Планируемые результаты			Дата	
						Предметные	УУД	Личностные	программа	фактически
			деятельности учащихся				Познавательные: анализировать и обобщать полученные данные			
11	Развитие быстроты. Поднимание туловища за 30 сек	КУ				Продemonстрировать максимальный результат в поднимании туловища за 30 сек	Коммуникативные: развивать умение точно и грамотно выражать свои мысли. Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. Познавательные: проводить сравнение по заданным критерия		1ч	
12	Развитие скоростно-силовых качеств. Прыжки в длину с/м	КУ				Продemonстрировать максимальный результат в прыжках в длину с места	Коммуникативные: использовать речь для регуляции своих действий. Регулятивные: осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату. Познавательные: анализировать и обобщать полученные данные		1ч	
13	Развитие силы. Подтягивание	КУ				Продemonстрировать максимальный результат в подтягивании на перекладине	Коммуникативные: договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Регулятивные: адекватно воспринимать оценку учителя Познавательные: обобщать полученные данные		1ч	
14	Развитие гибкости. Наклон вперёд	КУ				Продemonстрировать максимальный результат в наклоне вперёд	Коммуникативные: Способствовать формированию научного мировоззрения учащихся Регулятивные: выполнять учебные действия в материализованной форме Познавательные: выделять существенную информацию из полученного объёма		1ч	
15	Развитие силы. Сгибание и разгибание рук	КУ				Продemonстрировать максимальный результат в сгибании и разгибании рук в упоре лёжа	Коммуникативные: использовать речь для регуляции своих действий. Регулятивные: осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату. Познавательные: анализировать и обобщать полученные данные		1ч	
16	Развитие выносливости. Поднимание туловища за 60 сек	КУ				Продemonстрировать максимальный результат в поднимании туловища за 60 сек	Коммуникативные: развивать умение точно и грамотно выражать свои мысли Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: выделять существенную информацию из полученного объёма		1ч	
Спортивные игры (баскетбол) (15 ч)										
17	Инст. №5 по т/б. Передача и	УЗЗ	Здоровьесбережения, дифференцированного обучения, формирования и	Способы рационального выполнения индивидуальных и	Фронтальная, групповая и индивидуальная работа.	Повторить технику безопасности на уроках спортивных игр. Совершенствовать навыки	Коммуникативные: развивать умение точно и грамотно выражать свои мысли Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: выделять существенную информацию из	Проявлять положительные качества личности и управлять своими	1ч	

№	Тема урока	Тип урока	Технологии	Решаемые проблемы	Виды деятельности (элементы содержания, контроль)	Планируемые результаты			Дата		
						Предметные	УУД	Личностные	программа	фактически	
	ловля		применения знаний и навыков	групповых упражнений с баскетбольным мячом	Корректировка техники	выполнения передачи и ловли	полученного объёма	эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условия			
18-19	Передача и ловля	КУ	Дифференцированного обучения, формирования и применения знаний и навыков			Совершенствовать навыки выполнения передачи и ловли	Коммуникативные: развивать умение точно и грамотно выражать свои мысли. Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. Познавательные: проводить сравнение по заданным критерия			2ч	
20	Ведение с изменением параметров	КУ				Совершенствовать навыки ведения с изменением параметров	Коммуникативные: умение работать в паре Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации Познавательные: устанавливать аналогии с ранее изученными упражнениями			1ч	
21-22	Бросок после ведения	КУ				Совершенствовать навыки броска после ведения	Коммуникативные: способствовать формированию командных взаимоотношений Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: анализировать и обобщать полученные данные			2ч	
23-24	Бросок со средней дистанции	КУ				Совершенствовать навыки броска со средней дистанции	Коммуникативные: способствовать формированию научного мировоззрения учащихся Регулятивные: выполнять учебные действия в материализованной форме Познавательные: выделять существенную информацию из полученного объёма			2ч	
25-26	Штрафной бросок	КУ				Совершенствовать навыки штрафного броска	Коммуникативные: развивать умение точно и грамотно выражать свои мысли. Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. Познавательные: проводить сравнение по заданным критерия			2ч	
27-28	Тактика нападения	КУ				Совершенствовать навыки освоения тактических элементов нападения	Коммуникативные: использовать речь для регуляции своих действий. Регулятивные: осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату. Познавательные: анализировать и обобщать полученные данные			2ч	
29-30	Тактика защиты	КУ				Совершенствовать навыки освоения тактических элементов защиты	Коммуникативные: развивать умение точно и грамотно выражать свои мысли Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: выделять существенную информацию из полученного объёма			2ч	
31	Учебная игра в	КУ				Совершенствовать навыки	Коммуникативные: развивать умение точно и грамотно выражать свои мысли			1ч	

№	Тема урока	Тип урока	Технологии	Решаемые проблемы	Виды деятельности (элементы содержания, контроль)	Планируемые результаты			Дата	
						Предметные	УУД	Личностные	программа	фактически
	баскетбол					в учебной игре в баскетбол	Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: выделять существенную информацию из полученного объёма			
Гимнастика с основами акробатики (7 ч)										
32	Инст. №8 по т/б. Повторение акробатических элементов	УЗЗ	Здоровьесбережения, дифференцированного обучения, формирования и применения знаний и навыков	Основные способы выполнения акробатических упражнений	Фронтальная, групповая и индивидуальная работа. Корректировка техник	Повторить технику безопасности на уроках по изучению гимнастических упражнений, основные акробатические упражнения	Коммуникативные: развивать умение точно и грамотно выражать свои мысли Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: выделять существенную информацию из полученного объёма	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выход из спорных ситуаций	1ч	
33-34	Акробатика. Опорный прыжок	КУ	Дифференцированного обучения, формирования и применения знаний и навыков	Основные способы выполнения акробатических упражнений. Опорный прыжок		Совершенствовать навыки выполнения акробатических упражнений, опорного прыжка	Коммуникативные: договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Регулятивные: адекватно воспринимать оценку учителя Познавательные: обобщать полученные данные		2ч	
35-36	Акробатика. Лазанье	КУ		Основные способы выполнения акробатических упражнений. Воспитание координации		Совершенствовать навыки выполнения акробатических упражнений, лазанья	Коммуникативные: умение работать в паре Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации Познавательные: устанавливать аналогии с ранее изученными упражнениями		2ч	
37-38	Составление и выполнение акробатической комбинации	КУ		Составление целого из изученных элементов. Артистичность представления и целостность комбинации		Артистически продемонстрировать индивидуальную акробатическую комбинацию	Коммуникативные: Способствовать формированию научного мировоззрения учащихся Регулятивные: выполнять учебные действия в материализованной форме Познавательные: выделять существенную информацию из полученного объёма		2ч	
Спортивные игры (волейбол) (25 ч)										
39	Инст. №5 по т/б. Учебная игра в волейбол	УЗЗ	Здоровьесбережения, проблемного обучения, формирования и применения знаний и навыков	Способы рационального выполнения индивидуальных и групповых упражнений с волейбольным мячом	Фронтальная, групповая и индивидуальная работа. Корректировка техники	Повторить технику безопасности на уроках спортивных игр. Совершенствовать навыки учебной игры в волейбол	Коммуникативные: развивать умение точно и грамотно выражать свои мысли. Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. Познавательные: проводить сравнение по заданным критерия	Оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы	1ч	
40-41	Подача и приём с подачи	КУ	Развивающего, дифференцированного и проблемного обучения, формирования и применения знаний и навыков			Совершенствовать навыки выполнения подачи и приёма мяча с подачи	Коммуникативные: использовать речь для регуляции своих действий. Регулятивные: осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату. Познавательные: анализировать и обобщать полученные данные		2ч	
42-43	Упражнения в передачах	КУ				Совершенствовать навыки выполнения передач	Коммуникативные: умение работать в паре Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с		2ч	

№	Тема урока	Тип урока	Технологии	Решаемые проблемы	Виды деятельности (элементы содержания, контроль)	Планируемые результаты			Дата	
						Предметные	УУД	Личностные	программа	фактически
							поставленной задачей и условиями её реализации Познавательные: устанавливать аналогии с ранее изученными упражнениями			
44-45	Нападающий удар и блокирование	КУ				Совершенствовать навыки выполнения нападающего удара и блокирования	Коммуникативные: договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Регулятивные: адекватно воспринимать оценку учителя Познавательные: обобщать полученные данные		2ч	
46-47	Тактика нападения	КУ				Совершенствовать навыки освоения тактических элементов нападения	Коммуникативные: Способствовать формированию научного мировоззрения учащихся Регулятивные: выполнять учебные действия в материализованной форме Познавательные: выделять существенную информацию из полученного объёма		2ч	
48	Учебная игра в волейбол	КУ				Совершенствовать навыки учебной игры в волейбол	Коммуникативные: развивать умение точно и грамотно выражать свои мысли. Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. Познавательные: проводить сравнение по заданным критерия		1ч	
49-50	Тактика нападения. Учебная игра	КУ				Совершенствовать навыки освоения тактических элементов нападения	Коммуникативные: способствовать формированию командных взаимоотношений Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: анализировать и обобщать полученные данные	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	2ч	
51-53	Тактика защиты. Учебная игра	КУ	Здоровьесбережения, проблемного обучения, формирования и применения знаний и навыков		Совершенствовать навыки освоения тактических элементов защиты	Коммуникативные: развивать умение точно и грамотно выражать свои мысли Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: выделять существенную информацию из полученного объёма	3ч			
54-55	Упражнения в передачах	КУ			Совершенствовать навыки выполнения передач	Коммуникативные: способствовать формированию командных взаимоотношений Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: анализировать и обобщать полученные данные	2ч			
56-57	Упражнения в подачах	КУ			Совершенствовать навыки выполнения подач	Коммуникативные: Способствовать формированию научного мировоззрения учащихся Регулятивные: выполнять учебные действия в материализованной форме Познавательные: выделять существенную информацию из полученного объёма	2ч			
58-59	Приём мяча	КУ			Совершенствовать навыки выполнения приёма мяча	Коммуникативные: использовать речь для регуляции своих действий. Регулятивные: осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату. Познавательные: анализировать и обобщать полученные данные	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и	2ч		

№	Тема урока	Тип урока	Технологии	Решаемые проблемы	Виды деятельности (элементы содержания, контроль)	Планируемые результаты			Дата		
						Предметные	УУД	Личностные	программа	фактически	
60-61	Нападающий удар и блокирование	КУ				Совершенствовать навыки выполнения нападающего удара и блокирования	Коммуникативные: развивать умение точно и грамотно выражать свои мысли. Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. Познавательные: проводить сравнение по заданным критерия	освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выход из спорных ситуаций	2ч		
62-63	Комбинация 6-3-4(2)	УИН				Освоить выполнение простейшей волейбольной комбинации	Коммуникативные: договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Регулятивные: адекватно воспринимать оценку учителя Познавательные: обобщать полученные данные		2ч		
Гимнастика с основами акробатики (7 ч)											
64	Инст. №8 по т/б. Функциональная тренировка	КУ	Здоровьесбережения, индивидуального и дифференцированного обучения	Освоение основных элементов современных систем физического воспитания	Беседа. Фронтальная, групповая и индивидуальная работа. Корректировка техники	Повторить технику безопасности на уроках гимнастики. Совершенствовать навыки выполнения основных упражнений функциональной тренировки	Коммуникативные: развивать умение точно и грамотно выражать свои мысли Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: выделять существенную информацию из полученного объёма	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выход из спорных ситуаций	1ч		
65	Стрейчинг	КУ	Развивающего, дифференцированного и проблемного обучения, формирования и применения знаний и навыков			Фронтальная, групповая и индивидуальная работа. Корректировка техники	Совершенствовать навыки выполнения основных упражнений стрейчинга		Коммуникативные: договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Регулятивные: адекватно воспринимать оценку учителя Познавательные: обобщать полученные данные	1ч	
66	Шейпинг	КУ				Совершенствовать навыки выполнения основных упражнений шейпинга	Коммуникативные: Способствовать формированию научного мировоззрения учащихся Регулятивные: выполнять учебные действия в материализованной форме Познавательные: выделять существенную информацию из полученного объёма		1ч		
67	Силовая гимнастика	КУ				Совершенствовать навыки выполнения основных упражнений силовой гимнастики	Коммуникативные: развивать умение точно и грамотно выражать свои мысли. Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. Познавательные: проводить сравнение по заданным критерия		1ч		
68	Крайс-тренинг	КУ				Совершенствовать навыки выполнения основных упражнений крайс-тренинга	Коммуникативные: развивать умение точно и грамотно выражать свои мысли Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: выделять существенную информацию из полученного объёма		1ч		
69	Кардиотрениров	КУ				Совершенствовать навыки	Коммуникативные: развивать умение точно и грамотно выражать свои мысли		1ч		

№	Тема урока	Тип урока	Технологии	Решаемые проблемы	Виды деятельности (элементы содержания, контроль)	Планируемые результаты			Дата	
						Предметные	УУД	Личностные	программа	фактически
	ка					выполнения основных упражнений кардиотренировки	Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: выделять существенную информацию из полученного объёма			
70	Функциональная тренировка	КУ				Совершенствовать навыки выполнения основных упражнений функциональной тренировки	Коммуникативные: умение работать в паре Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации Познавательные: устанавливать аналогии с ранее изученными упражнениями		1ч	
Спортивные игры (баскетбол) (14 ч)										
71	Инст. №5 по т/б. Учебная игра	УЗЗ	Здоровьесбережения, индивидуального и дифференцированного обучения	Практическое освоение элементов игры в баскетбол	Фронтальная, групповая и индивидуальная работа. Корректировка техники	Повторить технику безопасности на уроках спортивных игр. Совершенствовать игровые навыки	Коммуникативные: развивать умение точно и грамотно выражать свои мысли Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: выделять существенную информацию из полученного объёма	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выход из спорных ситуаций	1ч	
72-73	Упражнения в передачах	КУ	Развивающего, дифференцированного и проблемного обучения, формирования и применения знаний и навыков			Совершенствовать навыки выполнения передач	Коммуникативные: использовать речь для регуляции своих действий. Регулятивные: осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату. Познавательные: анализировать и обобщать полученные данные		2ч	
74-75	Упражнения в ведении	КУ				Совершенствовать навыки ведения	Коммуникативные: умение работать в паре Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации Познавательные: устанавливать аналогии с ранее изученными упражнениями		2ч	
76-77	Упражнения в бросках после ведения	КУ				Совершенствовать навыки броска после ведения	Коммуникативные: Способствовать формированию научного мировоззрения учащихся Регулятивные: выполнять учебные действия в материализованной форме Познавательные: выделять существенную информацию из полученного объёма		2ч	
78-79	Упражнения в бросках с места	КУ				Совершенствовать навыки броска с места	Коммуникативные: развивать умение точно и грамотно выражать свои мысли. Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. Познавательные: проводить сравнение по заданным критерия		2ч	
80-82	Комбинированные упражнения (ведение, передача,	УИН				Освоить выполнение комбинированных упражнений	Коммуникативные: способствовать формированию командных взаимоотношений Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: анализировать и обобщать полученные данные		3ч	

№	Тема урока	Тип урока	Технологии	Решаемые проблемы	Виды деятельности (элементы содержания, контроль)	Планируемые результаты			Дата		
						Предметные	УУД	Личностные	программа	фактически	
	бросок)										
83-84	Учебная игра	УЗЗ		Практическое освоение игры в баскетбол		Закрепить навыки учебной игры	Коммуникативные: использовать речь для регуляции своих действий. Регулятивные: осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату. Познавательные: анализировать и обобщать полученные данные		2ч		
Общефизическая подготовка (8 ч)											
85	Инст. №8 по т/б. Круговая тренировка	КУ	Здоровьесбережения, дифференцированного обучения, организации самостоятельной деятельности учащихся	Методы и приёмы самостоятельной работы по развитию физических качеств	Фронтальная и индивидуальная работа. Текущий контроль	Повторить основные упражнения круговой тренировки	Коммуникативные: развивать умение точно и грамотно выражать свои мысли Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: выделять существенную информацию из полученного объёма	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	1ч		
86	Развитие координации. Бег 3*10 м	КУ				Дифференцированного обучения, организации самостоятельной деятельности учащихся	Продemonстрировать максимальный результат в челночном беге		Коммуникативные: использовать речь для регуляции своих действий. Регулятивные: осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату. Познавательные: анализировать и обобщать полученные данные	1ч	
87	Развитие быстроты. Поднимание туловища за 30 сек	КУ				Продemonстрировать максимальный результат в поднимании туловища за 30 сек	Коммуникативные: развивать умение точно и грамотно выражать свои мысли. Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. Познавательные: проводить сравнение по заданным критерия		1ч		
88	Развитие скоростно-силовых качеств. Прыжки в длину с/м	КУ				Продemonстрировать максимальный результат в прыжках в длину с места	Коммуникативные: использовать речь для регуляции своих действий. Регулятивные: осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату. Познавательные: анализировать и обобщать полученные данные		1ч		
89	Развитие силы. Подтягивание	КУ				Продemonстрировать максимальный результат в подтягивании на перекладине	Коммуникативные: договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Регулятивные: адекватно воспринимать оценку учителя Познавательные: обобщать полученные данные		1ч		
90	Развитие гибкости. Наклон вперёд	КУ				Продemonстрировать максимальный результат в наклоне вперёд	Коммуникативные: Способствовать формированию научного мировоззрения учащихся Регулятивные: выполнять учебные действия в материализованной форме		1ч		

№	Тема урока	Тип урока	Технологии	Решаемые проблемы	Виды деятельности (элементы содержания, контроль)	Планируемые результаты			Дата	
						Предметные	УУД	Личностные	программа	фактически
							Познавательные: выделять существенную информацию из полученного объёма			
91	Развитие силы. Сгибание и разгибание рук	КУ				Продemonстрировать максимальный результат в сгибании и разгибании рук в упоре лёжа	Коммуникативные: использовать речь для регуляции своих действий. Регулятивные: осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату. Познавательные: анализировать и обобщать полученные данные		1ч	
92	Развитие выносливости. Поднимание туловища за 60 сек	КУ				Продemonстрировать максимальный результат в поднимании туловища за 60 сек	Коммуникативные: развивать умение точно и грамотно выражать свои мысли Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: выделять существенную информацию из полученного объёма		1ч	
Лёгкая атлетика (8 ч)										
93	Инст. №7 по т/б. Скоростные упражнения. Бег 30 м	УЗЗ	Здоровьесбережения, индивидуального и дифференцированного обучения	Профилактика травматизма. Воспитание быстроты	Фронтальная и индивидуальная работа. Индивидуальный контроль	Повторить правила техники безопасности на уроках лёгкой атлетики. Продemonстрировать максимальный результат в беге на 30 м	Коммуникативные: развивать умение точно и грамотно выражать свои мысли Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: выделять существенную информацию из полученного объёма	Проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей	1ч	
94-95	Повторный бег. Метание мяча	КУ	Развивающего, дифференцированного и проблемного обучения, формирования и применения знаний и навыков	Техника выполнения упражнений		Совершенствовать технику метание мяча	Коммуникативные: использовать речь для регуляции своих действий. Регулятивные: осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату. Познавательные: анализировать и обобщать полученные данные		2ч	
96-97	Специальные упражнения. Кроссовый бег	КУ				Совершенствовать технику выполнения специальных упражнений	Коммуникативные: умение работать в паре Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации Познавательные: устанавливать аналогии с ранее изученными упражнениями		2ч	
98	Метание мяча	КУ				Фронтальная и индивидуальная работа. Текущий контроль	Продemonстрировать максимальный результат в метании мяча с разбега	Коммуникативные: Способствовать формированию научного мировоззрения учащихся Регулятивные: выполнять учебные действия в материализованной форме Познавательные: выделять существенную информацию из полученного объёма		1ч
99	Специальные упражнения. Повторный бег	КУ			Фронтальная и индивидуальная работа. Индивидуальный контроль	Совершенствовать технику выполнения специальных упражнений	Коммуникативные: развивать умение точно и грамотно выражать свои мысли. Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. Познавательные: проводить сравнение по заданным критерия		1ч	

№	Тема урока	Тип урока	Технологии	Решаемые проблемы	Виды деятельности (элементы содержания, контроль)	Планируемые результаты			Дата	
						Предметные	УУД	Личностные	программа	фактически
100	Бег 1000 м	КУ		Воспитание выносливости	Фронтальная и индивидуальная работа. Текущий контроль	Продemonстрировать максимальный результат в беге на 1000 м	Коммуникативные: способствовать формированию коллективных взаимоотношений Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: анализировать и обобщать полученные данные		1ч	
Спортивные игры (волейбол) (5 ч)										
101	Инст. №5 по т/б. Учебная игра	УЗЗ	Здоровьесбережения, индивидуального и дифференцированного обучения	Практическое освоение основных элементов игры в волейбол	Фронтальная, групповая и индивидуальная работа. Корректировка техники	Повторить технику безопасности на уроках спортивных игр	Коммуникативные: развивать умение точно и грамотно выражать свои мысли Регулятивные: принимать и сохранять учебную задачу Познавательные: выделять существенную информацию из полученного объёма	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умение не создавать конфликты и находить выход из спорных ситуаций	1ч	
102	Упражнения в передачах	КУ	Развивающего, дифференцированного и проблемного обучения, формирования и применения знаний и навыков			Совершенствовать навыки выполнения передач	Коммуникативные: Способствовать формированию научного мировоззрения учащихся Регулятивные: выполнять учебные действия в материализованной форме Познавательные: выделять существенную информацию из полученного объёма		1ч	
103	Упражнения в подачах	КУ				Совершенствовать навыки выполнения подач	Коммуникативные: развивать умение точно и грамотно выражать свои мысли. Регулятивные: планировать своё действие в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. Познавательные: проводить сравнение по заданным критерия		1ч	
104	Нападающий удар и блокирование	КУ				Совершенствовать навыки выполнения нападающего удара и блокирования	Коммуникативные: договариваться и приходить к общему решению в совместной деятельности Регулятивные: адекватно воспринимать оценку учителя Познавательные: обобщать полученные данные		1ч	
105	Учебная игра	КУ				Практическое освоение навыков игры в волейбол	Совершенствовать навыки в учебной игре в волейбол		Коммуникативные: использовать речь для регуляции своих действий. Регулятивные: осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату. Познавательные: анализировать и обобщать полученные данные	1ч

Основные требования к знаниям, умениям и навыкам обучающихся 5-9-х классов

В результате освоения программного материала учащиеся должны:

Объяснять:

- роль и значение физической культуры в развитии общества и человека, цели и принципы современного олимпийского движения, его роль и значение в современном мире, влияние на развитие массовой физической культуры и спорта высших достижений;

- роль и значение занятий физической культурой в укреплении здоровья человека, профилактике вредных привычек, ведении здорового образа жизни.

Характеризовать:

- индивидуальные особенности физического и психического развития и их связь с регулярными занятиями физическими упражнениями;
- особенности функционирования основных органов и структур организма во время занятий физическими упражнениями, особенности планирования индивидуальных занятий физическими упражнениями различной направленности и контроля их эффективности;
- особенности организации и проведения индивидуальных занятий физическими упражнениями общей профессиональноприкладной и оздоровительно-корректирующей направленности;
- особенности обучения и самообучения двигательным действиям, особенности развития физических способностей на занятиях физической культурой;
- особенности форм урочных и внеурочных занятий физическими упражнениями, основы их структуры, содержания и направленности;
- особенности содержания и направленности различных систем физических упражнений, их оздоровительную и развивающую эффективность.

Соблюдать правила:

- личной гигиены и закаливания организма;
- организации и проведения самостоятельных и самостоятельных форм занятий физическими упражнениями и спортом;
- культуры поведения и взаимодействия во время коллективных занятий и соревнований;
- профилактики травматизма и оказания первой помощи при травмах и ушибах;
- экипировки и использования спортивного инвентаря на занятиях физической культурой.

Проводить:

- самостоятельные и самостоятельные занятия физическими упражнениями с общей профессионально-прикладной и оздоровительно-корректирующей направленностью;
- контроль за индивидуальным физическим развитием и физической подготовленностью, физической работоспособностью, осанкой;
- приемы страховки и самостраховки во время занятий физическими упражнениями, приемы оказания первой помощи при травмах и ушибах;
- приемы массажа и самомассажа;
- занятия физической культурой и спортивные соревнования с учащимися младших классов;
- судейство соревнований по одному из видов спорта.

Составлять:

- индивидуальные комплексы физических упражнений различной направленности;
- планы-конспекты индивидуальных занятий и систем занятий.

Определять:

- уровни индивидуального физического развития и двигательной подготовленности;

- эффективность занятий физическими упражнениями, функциональное состояние организма и физическую работоспособность;
- дозировку физической нагрузки и направленность воздействий физических упражнений.

Литература:

1. «Комплексная программа физического воспитания 1-11 классы», В.И. Лях, А.А. Зданевич; Москва:«Просвещение»,2010
2. «Справочник учителя физической культуры», П.А. Киселев, С.Б. Киселева; - Волгоград: «Учитель»,2008.
3. «Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья 1-5 классы», Н.И. Дереклеева; Москва: «ВАКО»,2007.
4. «Дружить со спортом и игрой», Г.П. Попова; Волгоград: «Учитель»,2008.
5. Диск: образовательные программы и стандарты. Тематическое планирование. Физическая культура.; издательства «Учитель», 2010