Календарно-тематическое планирование по учебному предмету «Физическая культура»
для обучающихся 6 классов.(2 часа)

№ урока	Дата	Тема урока.	Решаемые задачи урока.	Планируемые результаты			
				Понятия	**Предметные результаты**	**Личностные результаты**	**Универсальные учебные действия** **- регулятивные** **- познавательные** **- коммуникативные**
1. Физическая культура как область знаний							
1.1.История и современное развитие физической культуры							
1	02.09	Краткая характеристика видов спорта, входящих в программу Олимпийских игр.	Первичный инструктаж на рабочем месте по технике безопасности.	Соблюдение техники безопасности на уроках легкой атлетики	Раскрывают историю возникновения и формирования физической культуры. Характеризуют Олимпийские игры древности как явление культуры, раскрывают содержание и правила соревнований.	Определяют цель возрождения Олимпийских игр, объясняют смысл символики и ритуалов, роль Пьера де Кубертена в становлении олимпийского движения. Сравнивают физические упражнения, которые были популярны у русского народа в древности и в Средние века, с современными упражнениями.	**Р**.: применять правила подбора одежды для занятий по легкой атлетике. **П**.: давать оценку погодным условиям и подготовке к уроку на свежем воздухе. **К**.: осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь
1.2. Современное представление о физической культуре							

2	24.12	Организация и планирование самостоятельных занятий по развитию физических качеств.			Регулярно контролируя длину своего тела, определяют темпы своего роста.		
1.3. Физическая культура человека							
3	21.12	Закаливание организма. Правила безопасности и гигиенические требования.			Раскрывают понятие здорового образа жизни, выделяют его основные компоненты и определяют их взаимосвязь со здоровьем человека.		
2. Способы двигательной(физкультурной) деятельности							
2.**1Организация и проведение самостоятельных занятий физической культурой**							
4	21.10	Подготовка к занятиям физической культурой. Выбор упражнений и составление индивидуальных комплексов для утренней зарядки, физкультминуток, физкультпауз (подвижных перемен).			Выполняют комплексы упражнений утренней гимнастики. Оборудуют с помощью родителей место для самостоятельных занятий физкультурой в домашних условиях и приобретают спортивный инвентарь.		

2.2 Оценка эффективности занятий физической культурой.							
5	**17.12**	Самонаблюдение и самоконтроль. Оценка эффективности занятий физкультурно-оздоровительной деятельностью. Оценка техники движений, способы выявления и устранения ошибок в технике выполнения (технических ошибок). Измерение резервов организма и состояния здоровья с помощью функциональных проб.			Выполняют тесты на приседания и пробу с задержкой дыхания. Измеряют пульс до, во время и после занятий физическими упражнениями. Заполняют дневник самоконтроля		
3. Физическое совершенствование							
3.1.Физкультурно оздоровительная деятельность							
6	8.09	Оздоровительные формы занятий в режиме учебного дня и учебной недели.					
3.2Спортивно-оздоровительная деятельность							
Легкая атлетика(12 часов)							
7	8.09	Инструктаж по охране труда. История легкой атлетики. Высокий старт от 15 до 30 м	Инструктаж по л/а. Понятие об утомлении и переутомлении. Влияние легкоатлетических упражнений на укрепление здоровья и основные системы организма	Соблюдение техники безопасности на уроках легкой атлетики	Знать правила т.б. по легкой атлетике. Соблюдать подготовку спортивной формы к уроку	Внутренняя позиции школьника на основе положительного отношения к школе.	**Р**.: применять правила подбора одежды для занятий по легкой атлетике. **П**.: давать оценку погодным условиям и подготовке к уроку на свежем воздухе. **К**.: осуществлять взаимный контроль и оказывать в

							сотрудничестве необходимую взаимопомощь.
8	**9.09**	Бег с ускорением от 30 до 50 метров	Бег с ускорением (30 – 50 м) с максимальной скоростью. Старты из различных и.п. Максимально быстрый бег на месте (сериями по 15 – 20 с).	Уметь демонстрировать стартовый разгон в беге на короткие дистанции	Научиться технике стартового разгона	Описывать технику стартового разгона.	**Р**.: включать беговые упражнения в различные формы занятий физической культурой. **П.**: демонстрировать вариативное выполнение прыжковых упражнений. **К.**: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения прыжковых упражнений
9	**15.09**	Скоростной бег до 50 метров	Специальные беговые упражнения. Высокий старт и скоростной бег до 50 метров (2 серии). Встречная эстафета с передачей эстафетной палочки.	Уметь демонстрировать стартовый разгон в беге с высокого старта	Знать технику выполнения высокого старта	Описывать технику бега с высокого старта	**Р**.: включать беговые упражнения в различные формы занятий физической культурой. **П**.: демонстрировать выполнение передачи эстафетной палочки. **К.**: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения бега на выносливость по дистанции.
10	**16.09**	Бег на результат 60 метров	Бег 60 м на результат.	Как правильно выполнить бег 60 м. на результат	Научиться бегу 60 м. на результат.	Описывать технику выполнения беговых упражнений	**Р**.: включать беговые упражнения в различные формы занятий физической культурой. **П**.: демонстрировать вариативное выполнение прыжковых упражнений. **К**.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения беговых упражнений.
11	**22.09**	Бег в равномерном темпе от 12 до 15 минут.	Как развить выносливость.	Выносливость. Бег.	Развитие выносливости. Бег от 12 до 15 мин	Описывать технику выполнения беговых упражнений,	**Р**.: включать беговые упражнения в различные формы занятий физической культурой. **П**.: применять беговые

						осваивать ее самостоятельно, выявлять и устранять характерные ошибки в процессе освоения.	упражнения для развития физических качеств. **К**.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения беговых упражнений.
12	**23.09**	Бег 1200м	Бег 1200 м на результат.	Как правильно пробегать дистанцию 1200 м на результат.	Научится бегу на 1200м.	Уметь объяснить тактику бега на 1000 м.	**Р**.: включать беговые упражнения в различные формы занятий физической культурой. **П.**: демонстрировать вариативное выполнение прыжковых упражнений. **К**.: соблюдать правила безопасности
13	**29.09**	Прыжки в длину с 7-9 шагов разбега.	Прыжок в длину с разбега 7-9 шагов	Как правильно выполнить прыжок в длину с разбега 7-9 шагов	Научиться прыжку в длину с разбега 7-9 шагов	Описывать технику выполнения прыжка в длину с разбега.	**Р**.: включать беговые упражнения в различные формы занятий физической культурой. **П**.: демонстрировать вариативное выполнение прыжковых упражнений. **К**.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения беговых упражнений.
14	**30.09**	Прыжки в высоту с 3-5 шагов разбега.	Прыжок в высоту с разбега 3-5 шагов	Как правильно выполнить прыжок в высоту с разбега 3-5 шагов	Научиться прыжку в высоту с разбега 3-5шагов	Описывать технику выполнения прыжка в высоту с разбега	**Р**.: включать беговые упражнения в различные формы занятий физической культурой. **П**.: демонстрировать вариативное выполнение прыжковых упражнений. **К**.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения беговых упражнений.
15	**6.10**	Метание теннисного	Как совершенствовать технику	Метание.	Научиться	Описывать	**Р**.: включать беговые

		мяча на дальность в коридор 5-6 метров ,в горизонтальную и вертикальную цель 1-1м.Бросок и ловля набивного мяча(2 кг)	метания теннисного мяча.		метанию теннисного мяча.	технику выполнения прыжковых упражнений и технику метания набивного мяча, осваивать самостоятельно.	упражнения в различные формы занятий физической культурой. **П**.: демонстрировать вариативное выполнение прыжковых упражнений и метания набивного мяча. **К**.: соблюдать правила безопасности на уроках легкой атлетики.
16	**7.10**	Длительный бег, бег с препятствиями, эстафеты ,круговая тренировка.	Кроссовый бег до 15 минут.	Как правильно бегать кросс.	Научится бегать кросс.	Описывать технику бега кросса.	**Р**.: включать беговые упражнения в различные формы занятий физической культурой. **П**.: применять беговые упражнения для развития физических качеств. **К**.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения беговых упражнений.
17	**13.10**	Всевозможные прыжки и многоскоки, метания в цель и на дальность .толчки и броски набивных мячей.	ОРУ в движении. СУ. Специальные прыжковые упражнения. Метания и прыжки.	Как правильно выполнять специальные прыжковые упражнения	Находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления.	Уметь объяснить способы развития скоростных способностей	**Р**.: включать прыжковые упражнения в различные формы занятий физической культурой. **П.**: демонстрировать вариативное выполнение прыжковых упражнений. **К**.: соблюдать правила безопасности.
18	**14.10**	Эстафеты и старты из различных положений,бег с ускорением,с максимальной скоростью.	ОРУ в движении. СУ. Специальные беговые упражнения. Бег с ускорением 2 – 3 серии по 20 – 40 метров. Эстафеты, встречная эстафета.	Развитие физических качеств на уроках легкой атлетики	Научиться правильно выполнять специальные беговые упражнения	Уметь объяснить способы развития скоростных способностей	**Р**.: включать беговые упражнения в различные формы занятий физической культурой. **П**.: применять беговые упражнения для развития физических качеств. **К**.: взаимодействовать со сверстниками в процессе

							совместного освоения беговых упражнений.
Гимнастика с основами акробатики (12 часов)							
19	10.11	Основы знаний по гимнастике и акробатике. История гимнастики. Т.Б. при выполнении гимнастических и акробатических упражнений	История возникновения гимнастики. Техника безопасности.	Соблюдать технику безопасности на уроках гимнастики, страховка и самостраховка.	Знать правила т.б. по гимнастике.. Соблюдать подготовку спортивной формы к уроку	Описывать технику упражнений прикладной направленности.	**Р**.: Самостоятельно проводить занятия физической культурой с использованием оздоровительной ходьбы и бега **П**.: Выявлять характерные ошибки в технике выполнения гимнастических и акробатических упражнений. **К**.: соблюдать правила техники безопасности при выполнении акробатических упражнений
20-21	11.11; 17.11	Строевой шаг, размыкание и смыкание на месте. Упражнения общеразвивающей направленности без предметов.(на месте и в движении) .	Строевые упражнения. Сочетание различных положений рук, ног, туловища. Простые связки, общеразвивающие упражнения в парах.	Правильное выполнение строевых упражнений.	Выявлять ошибки и устранять их.	Описывать технику упражнений прикладной направленности.	**Р**.: включать силовые упражнения в различные формы занятий физической культурой. **П**.: демонстрировать вариативное выполнение гимнастических упражнений. **К**.: соблюдать правила техники безопасности при выполнении кувырка.
22	18.11	Упражнения общеразвивающей направленности с предметами. Мальчики с набивным и большим мячом,	Упражнение с утяжелением Упражнения с обручами, большим мячом, скакалками.	Разучить технику работы с мячом, обручем.	Уметь составлять простые связки О.Р.У. в парах.	Описывать упражнения с предметами.	**Р**.: самостоятельно выявлять ошибки и своевременно устранять их **П**.: значение гимнастических упражнений для сохранения правильной осанки

		девочки с обручами, булавами, большим мячом, палками.					**К**.: взаимодействие в парных и групповых упражнениях
23	**24.11**	Совершенствование упражнений в висах и упорах. Мальчики махом одной и толчком другой подьем переворотом в упор, махом назад соскок. Сед ноги врозь, из седа на бедре соскок поворотом.Девочки	Выполнить висы.	Вис на согнутых руках, согнув ноги; на гимнастической стенке вис прогнувшись и согнувшись подтягивание в висе, поднимание ног в висе.	Уметь выполнять висы.	Осваивать универсальные умения при выполнении организующих упражнений.	**Р**.: Составлять индивидуальные комплексы по развитию гибкости. **П**.: Выявлять характерные ошибки при лазанье по канату. **К.:** взаимодействие в парных и групповых упражнениях
24	25.11	Опорный прыжок. Вскок в упор присев, соскок прогнувшись (Козел в ширину, высота 80-100см).	Выполнить опорный прыжок вскок в упор присев , соскок прогнувшись.	Техника выполнения опорного прыжка.	Подготовленность мест занятий, оборудования, инвентаря, их санитарно-гигиеническое состояние	Осваивать технику опорного прыжка.	**Р**.: Классифицировать физические упражнения по их функциональной направленности **П**.: Описывать технику упражнений с предметами. **К** Соблюдать правила техники безопасности при выполнении акробатических упражнений
25-26	1.12	Акробатические упражнения. Кувырок вперед и назад. Стойка на лопатках.	Кувырок вперед и назад. Стойка на лопатках. Строевой шаг. Повороты в движении .	Техника выполнения кувырков вперед и назад	Выявлять характерные ошибки при выполнении упражнений.	Осваивать технику акробатических упражнений	**Р**.: самостоятельно выявлять ошибки и своевременно устранять их **П**.: значение гимнастических упражнений для сохранения правильной осанки **К**.: взаимодействие в парных и групповых упражнениях
27	2.12	Комбинации из ранее освоенных акробатических элементов.	Акробатическое соединение.	Кувырок назад; кувырок вперед; перекатом стойка на лопатках; мост с помощью и самостоятельно.	Уметь составлять небольшие акробатические композиции. Выполнять	Видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в	**Р**.: Уметь подготовить места занятий, оборудование, инвентарь **П**.: оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными

				Комбинации из основных элементов акробатики.	акробатические комбинации на необходимом техничном уровне, характеризовать признаки техничного исполнения.	движениях и передвижениях человека	образцами **К**.: Строить продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогом.
28	7.12	Развитие координационных способностей. ОРУ без предметов и с предметами. Упражнения с гимнастической скамейкой, на гимнастическом бревне.	Выполнить разнообразные упражнения ОРУ с предметами и без. Упражнения на гимнастической скамейке и бревне.	Проявлять качества ловкости и координации при выполнении упражнений на гимнастической скамейке и бревне.	Выявлять характерные ошибки при выполнении упражнений на бревне и скамейке.	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных ситуациях.	**Р**.: Уметь подготовить места занятий, оборудование, инвентарь **П**.: оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами **К**.: Строить продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогом.
29	10.12	Развитие скоростно-силовых способностей. Лазанье по канату Подтягивания, упражнения в висах и упорах. Развитие скоростно- силовых способностей. Опорные прыжки ,прыжки со скакалкой.	Выполнить опорный прыжок .Подтягивания, упражнения в висах и упорах. Лазанье по канату.	Проявлять качества ловкости и координации при выполнении упражнений	Подготовленность мест занятий, оборудования, инвентаря, их санитарно-гигиеническое состояние	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных ситуациях.	**Р**.: Уметь подготовить места занятий, оборудование, инвентарь **П**.: оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами **К**.: Строить продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогом.
30	14.12	Развитие гибкости. ОРУ с повышенной амплитудой движений.	Общеразвивающие упражнения с высокой амплитудой движений.			Видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и	**Р**.: Уметь подготовить места занятий, оборудование, инвентарь **П**.: оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами

						передвижениях человека	**К**.: Строить продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогом
Лыжная подготовка (9 часов).							
32	11.01	История лыжного спорта. Одежда обувь ,инвентарь. Техника безопасности.	Лыжная подготовка. Т.Б при занятиях по лыжной подготовке.	Как правильно вести себя на уроках лыжной подготовки. Температурный режим, одежда, обувь лыжника	Научится вести себя на уроке по лыжной подготовке и соблюдать подготовку формы и инвентаря к уроку.	Внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к учебе.	**Р**.: применять правила подбора одежды для занятий по лыжной подготовке. **П**.: давать оценку погодным условиям и подготовке к уроку на свежем воздухе. **К**.: осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь.
33	14.01	Попеременный двухшажный ход.	Совершенствовать технику попеременного двухшажного хода.	Как правильно выполнять технику попеременного хода.	Научиться попеременному двухшажному ходу.	Описывать технику передвижения на лыжах.	**Р**.: использовать передвижение на лыжах в организации активного отдыха. **П**.: моделировать способы передвижения на лыжах в зависимости от особенностей лыжной трассы. **К**.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техники передвижения на лыжах.
34	18.01	Одновременный бесшажный ход.	Одновременный бесшажный ход. Дистанция 1 км.	Как выполнять технику одновременного бесшажного хода Как совершенствовать технику бесшажного хода. Как преодолеть дистанцию 1 км.	Научиться попеременному двухшажному ходу, и одновременному бесшажному ходу.	Осваивать технику передвижения на лыжах самостоятельно выявляя и устраняя типичные ошибки.	**Р**.: использовать передвижение на лыжах в организации активного отдыха. **П**.: применять передвижения на лыжах для развития физических качеств. **К**.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техники передвижения на лыжах.
35	21.01	Подъем	Техника выполнения подъема	Как выполнить	Научиться	Описывать	**Р**.: использовать

		«полуелочкой»	«полуелочка,елочка»	подъем елочкой на склоне 45˚ Как правильно выполнит технику спусков. Как преодолеть дистанцию 2 км.	выполнять подъем елочкой и технику спуска.	технику выполнения подьемов.	передвижение на лыжах в организации активного отдыха. **П**.: моделировать способы передвижения на лыжах в зависимости от особенностей лыжной трассы. **К**.: Соблюдать правила безопасности.
36-37	25.01; 28.01	Спуски с горки, торможение «плугом»	Спуски в высокой, средней, низкой стойке. Торможение плугом, подъем елочкой. Совершенствовать технику торможения плугом. Дистанция 2,5 км.	Как правильно выполнит технику спусков. Как правильно выполнить торможение «плугом»	Научиться выполнять технику спуска и торможения.	Осваивать технику передвижения на лыжах самостоятельно.	**Р**.: применять правила подбора одежды для занятий по лыжной подготовке. **П**.: контролировать физическую нагрузку по частоте сердечных сокращений. **К**.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техники передвижения на лыжах.
38	1.02	Повороты переступанием.	Поворот «переступанием»	Как правильно выполнит технику поворотов.	Научиться выполнять поворот «переступанием»	Описывать технику поворотов.	**Р**.: использовать передвижение на лыжах в организации активного отдыха. **П**.: моделировать способы передвижения на лыжах в зависимости от особенностей лыжной трассы. **К**.: Соблюдать правила безопасности.
39	4.02	Передвижения на лыжах до 3 км.	Подъем елочкой на склоне 45˚ Торможение плугом при спусках.	Как правильно выполнять торможение плугом.	Научиться выполнять торможение плугом.	Самостоятельно выявлять и устранять типичные ошибки.	**Р**.: использовать передвижение на лыжах в организации активного отдыха. **П**.: применять передвижения на лыжах для развития физических качеств. **К**.: взаимодействовать со сверстниками в процессе

							совместного освоения техники передвижения на лыжах.
40	8.02	Подвижные игры на лыжах	Торможение плугом, подъем елочкой. Совершенствовать технику торможения плугом. Дистанция 2,5 км.	Как выполнить на оценку - технику подъема елочкой . Как совершенствовать технику торможения плугом. Как преодолеть дистанция 2,5 км.	Научиться выполнять торможение плугом, подъем елочкой и применить в передвижение на лыжах.	Осваивать технику передвижения на лыжах самостоятельно.	**Р**.: применять правила подбора одежды для занятий по лыжной подготовке. **П**.: контролировать физическую нагрузку по частоте сердечных сокращений. **К**.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техники передвижения на лыжах.
41	11.02	Встречная эстафета без палок.Значения занятий лыжным спортом.Виды лыжного спорта.	Торможение плугом, подъем елочкой. Совершенствовать технику торможения плугом. Дистанция 2,5 км.	Как выполнить на оценку - технику подъема елочкой . Как совершенствовать технику торможения плугом. Как преодолеть дистанция 2,5 км.	Научиться выполнять торможение плугом, подъем елочкой и применить в передвижение на лыжах.	Осваивать технику передвижения на лыжах самостоятельно выявляя и устраняя типичные ошибки.	**Р**.: использовать передвижение на лыжах в организации активного отдыха. **П**.: применять передвижения на лыжах для развития физических качеств. **К**.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техники передвижения на лыжах.
			Баскетбол(10ч)				
42	15.02	История баскетбола, основные правила игры в баскетбол. Правила техники безопасности.	Инструктаж по ТБ при занятиях баскетболом.	Как правильно вести себя на уроках по баскетболу.	Научится вести себя на уроке по баскетболу и соблюдать подготовку формы и инвентаря к уроку.	Внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к учебе.	**Р**.: применять правила подбора одежды для занятий баскетболом. **П**.: моделировать технику игровых действий и приемов. **К**.: взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий в спортивных играх.

43	18.02	Стойки игрока, перемещения. Остановка двумя шагами и прыжком. Повороты без мяча и с мячом. Комбинации из освоенных элементов техники передвижений.	Специальные беговые упражнения. Стойка игрока; перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед; остановка двумя шагами и прыжком; повороты без мяча и с мячом.	Проявлять качества силы, быстроты и координации при выполнении упражнений с мячом	Научиться стойкам и передвижениям в баскетболе.	Осваивать универсальные умения в процессе учебной и игровой деятельности.	**Р**.: использовать игровые действия баскетбола для развития физических качеств. **П**.: моделировать технику игровых действий. **К**.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технических действий.
44	22.02	Ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча, на месте и в движении, без сопротивления защитника.	Ловля и передача мяча.	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке	Научится ловли и передачи мяча.	Осваивать умения и навыки в самостоятельной организации и проведения спортивных игр.	**Р**.: применять правила подбора одежды для занятий баскетболом. **П**.: моделировать технику игровых действий и приемов. **К**.: взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий в спортивных играх.
45	25.02	Ведение мяча в высокой ,низкой, средней стойках на месте и в движении по прямой ,с изменением направления движения и скорости, ведение без сопротивления защитника ведущей и не ведущей рукой.	Ведение мяча.	Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке	Научится ведению мяча.	Осваивать ведение мяча.	**Р**.: применять правила подбора одежды для занятий баскетболом. **П**.: моделировать технику игровых действий и приемов. **К**.: взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий в спортивных играх.
46	1.03	Броски одной и двумя руками с места и в движении(после ведения, после ловли)без сопротивления защитника.	Броски одной и двумя руками с места и в движении	Как правильно выполнять технику бросков.	Научится выполнять броски.	Осваивать двигательные действия, составляющие содержание спортивных игр	**Р**.: использовать игровые действия баскетбола для развития физических качеств. **П**.: моделировать технику игровых действий. приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий. **К.:** взаимодействовать со

		Максимальное расстояние до корзины 3.60 м.					сверстника
47	4.03	Вырывание и выбивание мяча.	Сочетание приемов: ловля мяча двумя руками на месте – ведение с переводом мяча за спиной на месте – передача; работа в парах: вырывание мяча, выбивание мяча. Учебная игра	Проявлять качества силы, быстроты и координации при выполнении упражнений с мячом	Знать физические качества и принципы их развития	Осваивать двигательные действия, составляющие содержание спортивных игр	**Р**.: управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность. **П**.: правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: организация мест занятий, подбор одежды, обуви и инвентаря. **К**.: взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий из спортивных игр
48	11.03	Комбинация из освоенных элементов: ловля, передача, ведение, бросок.	Ведения мяча. Сочетание приемов: ловля мяча на месте – обводка четырех стоек – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди». Учебная игра.				**Р**.: использовать игровые действия баскетбола для развития физических качеств. **П**.: запоминать технику игровых действий. **К.**: проявлять быстроту и ловкость во время спортивных игр.

49	15.03	Комбинация из освоенных элементов техники перемещений и владений мячом.	Ведения мяча. Сочетание приемов: ловля мяча на месте – обводка четырех стоек – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди». Учебная игра.				**Р**.: использовать игровые действия баскетбола для развития физических качеств. **П**.: запоминать технику игровых действий. **К.**: проявлять быстроту и ловкость во время спортивных игр.
49	18.03	Тактика свободного нападения. Позиционное нападение (5:0) без изменения позиций игроков. Нападение быстрым прорывом (1:0). Взаимодействие двух игроков «Отдай мяч и выйди».	Специальные игры, беговые упражнения. Ведения мяча. Ловля и передача мяча. Сочетание приемов: ловля мяча двумя руками на месте – ведение с переводом мяча за спиной на месте – передача. Учебная игра «Мяч капитану»	Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке	Научиться выполнять прием и передачу мяча разными способами	Принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности.	**Р**.: использовать игровые действия баскетбола для развития физических качеств. **П**.: запоминать технику игровых действий. **К.**: проявлять быстроту и ловкость во время спортивных игр.
50	22.03	Игра по упрощённым правилам ми- ни-баскетбола. Игры и игровые задания 2:1, 3:1, 3:2, 3:3					**Р**.: управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность. **П**.: правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: организация мест занятий, подбор одежды, обуви и инвентаря. **К**.: взаимодействовать в парах и группах при выполнении технических действий из спортивных игр

Волейбол 10 часов							
51	25.03	История волейбола. Основные правила игры в волейбол. Основные приёмы игры в волейбол. Правила техники безопасности	Как правильно вести себя на уроке по разделу волейбол. Как развить двигательные качества по средствам ОРУ. Как правильно выполнять стойку волейболиста.	Спортивные игры. Волейбол. Двигательные качества. ОРУ. Стойка волейболиста.	Научиться правильно вести себя на уроке по разделу волейбол и развивать двигательные качества по средствам ОРУ. Научиться правильно выполнять стойку волейболиста.	Организовывать совместные занятия волейболом со сверстниками.	**Р**.: применять правила подбора одежды для занятий волейболом. **П**.: моделировать технику действий и приемов баскетболиста. **К**.: принимать адекватные решения в условиях игровой деятельности.
52	5.04	Стойки игрока. Перемещения в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперёд. Ходьба, бег и выполнение заданий (сесть на пол, встать, подпрыгнуть и др.). Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (перемещения в стойке, остановки, ускорения)	Как совершенствовать стойку волейболиста. Как выполнить технику набрасывание мяча над собой. Как выполнить технику приема и передачи мяча сверху.	Стойка волейболиста. Прием. Передача.	Научится правильно выполнять стойку волейболиста. Научиться технике набрасывание мяча над собой и технике приема и передачи мяча сверху.	Описывать технику игровых действий и приемов волейбола.	**Р**.: уважительно относиться к партнеру. **П**.: моделировать технику игровых действий и приемов. **К**.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технических действий волейбола.
53	8.04	Передача мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения вперёд. Передачи мяча над собой. То же через сетку	Как совершенствовать технику набрасывание мяча над собой, техника приема и передачи мяча сверху.	Прием. Передача. Набрасывание мяча.	Научиться технике набрасывание мяча над собой и технике приема и передачи мяча сверху.	Организовывать совместные занятия волейболом со сверстниками.	**Р**.: выполнять правила игры. **П**.: моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий. **К**.: соблюдать правила безопасности.
54	12.04	Игра по упрощённым	Как совершенствовать техники набрасывание мяча над собой,	Прием. Передача мяча сверху.	Научиться технике	Осуществлять судейство игры	**Р**.: уважительно относиться к сопернику и управлять

		правилам ми- ни-волейбола. Игры и игровые задания с ограниченным числом игроков (2:2, 3:2, 3:3) и на укороченных площадках.	техника приема и передачи мяча сверху. Как правильно выполнить сгибание разгибание рук в упоре лежа.	Набрасывание мяча. Сгибание разгибание рук в упоре лежа.	набрасывание мяча над собой и технике приема и передачи мяча сверху.	Научиться правильно, выполнять сгибание разгибание рук в упоре лежа.	своими эмоциями. **П**.: моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игрой деятельности. **К**.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технических действий волейбола..
55	15.04	Упражнения по овладению и совершенствованию в технике перемещений и владения мячом типа бег с изменением направления, скорости, челночный бег с ведением и без ведения мяча и др.; метания в цель различными мячами, жонглирование, упражнения на быстроту и точность реакций, прыжки в заданном ритме; всевозможные упражнения с мячом, выполняемые также в сочетании с бегом, прыжками, акробатическими упражнениями и др. Игровые упражнения типа 2:1, 3:1,	Как совершенствовать техники набрасывание мяча над собой, техника приема и передачи мяча сверху. Как правильно выполнить сгибание разгибание рук в упоре лежа.	Прием. Передача мяча сверху. Набрасывание мяча. Сгибание разгибание рук в упоре лежа.	Научиться технике набрасывание мяча над собой и технике приема и передачи мяча сверху.	Осуществлять судейство игры Научиться правильно, выполнять сгибание разгибание рук в упоре лежа.	**Р**.: уважительно относиться к сопернику и управлять своими эмоциями. **П**.: моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игрой деятельности. **К**.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технических действий волейбола..
56	19.04	Эстафеты, круговая тренировка,	Как правильно выполнить на оценку технику набрасывания	Набрасывание мяча. Прием и	Научиться качественно,	Описывать технику	**Р**.: уважительно относиться к партнеру.

		подвижные игры с мячом, двусторонние игры длительностью от 20 с до 12 мин	мяча над собой. Как совершенствовать технику приема и передачи мяча сверху. Как правильно выполнить технику приема и передачи мяча снизу.	передача мяча снизу. Научиться правильно, выполнять технические действия в волейболе.	выполнять технику набрасывания мяча над собой.	игровых действий и приемов волейбола.	**П**.: моделировать технику игровых действий и приемов. **К**.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технический действий волейбола.
57	22.04	Скоростные и скоростно- силовые способности	Как совершенствовать техники приема и передачи мяча. Как правильно выполнить технику прямой нижней подачи.	Прием и передача мяча. Прямая нижняя подача.	Научится технике приема и передачи мяча, и технике прямой нижней подачи.	Организовывать совместные занятия волейболом со сверстниками.	**Р**.: использовать игру волейбол в организации активного отдыха. **П**.: моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий. **К**.: соблюдать правила безопасности.
58	26.04	Нижняя прямая подача мяча с расстояния 3—6 м от сетки.	Как правильно выполнить на оценку технику приема и передачи мяча в парах. Как совершенствовать нижнюю прямую подачу.	Прием и передача мяча. Прямая нижняя подача.	Научиться качественно выполнять – техника приема и передачи мяча в парах. Научиться нижней прямой подаче.	Организовывать совместные занятия волейболом со сверстниками.	**Р**.: выполнять правила игры. **П**.: моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий. **К**.: соблюдать правила безопасности.
59	29.04	Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнёром.	Как совершенствовать прием и передачи мяча в парах с нижней прямой подачи. Как правильно выполнить подъем корпуса из положения лежа.	Прием и передача мяча. Прямая нижняя подача. Подъем корпуса из положения лежа.	Научиться приему и передачи мяча в парах с нижней прямой подачи. Научиться качественному выполнению подъема корпу Комбинации из освоенных элементов: приём, передача, ударса из положения	Осуществлять судейство игры.	**Р**.: уважительно относиться к сопернику и управлять своими эмоциями. **П**.: моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игрой деятельности. **К**.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технический действий волейбола.

					лежа.		
60	3.05	Комбинации из освоенных элементов: приём, передача, удар	Как правильно выполнить на оценку подъем корпуса из положения лежа. Как совершенствовать технические действия волейбола. Как правильно играть в волейбол.	Подъем корпуса из положения лежа. Технические действия волейбола.	Научиться качественному выполнению подъема корпуса из положения лежа. Научиться техническим действиям волейбола и игре в волейбол.	Организовывать совместные занятия волейболом со сверстниками.	**Р**.: использовать игру волейбол в организации активного отдыха. **П**.: моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий. **К**.: соблюдать правила безопасности.
Бадминтон (8 часов)							
61	6.05	Правила поведения на уроках по бадминтону. История и правила игры.		Как правильно вести себя на уроках бадминтона.	Научится вести себя на уроке по бадминтону соблюдать подготовку формы и инвентаря к уроку.	Внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к учебе.	**Р**.: применять правила подбора одежды для занятий по бадминтону. **К**.: осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь.
62	10.05	Хват ракетки.	.	Как правильно держать ракетку.	Научиться правильному хвату ракетки.	Описывать технику хвата ракетки.	**Р**.: использовать хвата ракетки в организации активного отдыха. **П**.: моделировать способы передвижения **К**.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техники хвата ракетки.
63	13.05	Стойка и передвижение бадминтониста.	Передвижения у сетки.	Как выполнять технику передвижений. приставным шагом, спиной вперед, скрестным шагом.	Научиться передвижениям в сойке.	Осваивать технику передвижения. самостоятельно выявляя и устраняя типичные ошибки.	**Р**.: использовать передвижение в организации активного отдыха. **П**.: применять передвижения для развития физических качеств. **К**.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техники передвижения.

64-65	18.05; 20.05	Подачи в бадминтоне.(высоко-далекая и укороченая) .	Подачи на расстояние ,подачи через сетку.	Как правильно выполнить на оценку технику подачи.	Научиться правильно выполнять подачу.	Описывать технику подачи.	**П**.: моделировать способы подачи. Соблюдать правила безопасности.
66-67	25.05; 27.05	Удары в бадминтоне.	Различные удары (плоский. укороченый, высоко-далекий ,смеш)	Как выполнить правильно удар.	Научиться выполнять удары.	Осваивать технику ударов.	**П**.: контролировать физическую нагрузку по частоте сердечных сокращений. **К**.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техники ударов.
68	27.05	Игра по упрощенным правилам.					