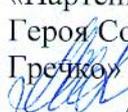


ПРИНЯТО
на заседании Педагогического
совета МОУ «Партенитская школа
им. дважды Героя Советского
Союза А.А. Гречко» города Алушты
Протокол №1

31.08.2022г.

УТВЕРЖДАЮ
Директор МОУ
«Партенитская школа им. дважды
Героя Советского Союза А.А.
Гречко» города Алушты

А.А. Луст

31.08.2022г.

**АДАптированная образовательная программа
основного общего образования для детей с тяжелыми
нарушениями речи
ФГОС 5-9 классы**

**Муниципального общеобразовательного учреждения
«Партенитская школа имени дважды Героя Советского
Союза Андрея Антоновича Гречко» города Алушты**

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа по физической культуре разработана в соответствии с основными положениями Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования второго поколения, Концепцией духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России, планируемыми результатами среднего общего образования, требованиями Примерной основной образовательной программы ОУ и ориентирована на работу по учебно-методическому комплекту:

1. Примерные программы основного общего образования. Физическая культура. – М.: Просвещение, 2010. – (Стандарта второго поколения).
2. Физическая культура. 5 – 7 классы: учеб. для общеобразоват. учреждений/[М.Я. Виленский, И.М. Туровский, Т.Ю. Торочкова и др.]; под ред. М.Я. Виленского – 2-е изд. – М.: Просвещение, 2014. – 239 с.: ил. – ISBN 978-5-09-029648-9.
3. Адаптированная основная общеобразовательная программа основного общего образования для обучающихся с тяжелыми нарушениями речи (АООП ООО для обучающихся с ТНР);
4. Образовательная программа МОУ «Партенитская школа им. дважды Героя Советского Союза А.А. Гречко» города Алушты

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

Предмет «Физическая культура» в соответствии с ФГОС входит в предметную область «Физическая культура» и является основой физического воспитания обучающихся.

Цели и задачи реализации программы.

Цель школьного образования по физической культуре — формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха. В основной школе данная цель конкретизируется: учебный процесс направлен на формирование устойчивых мотивов и потребностей школьников в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни.

Образовательный процесс по физической культуре в основной школе строится так, чтобы были решены следующие **задачи**:

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

- воспитание положительных качеств личности, норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в учебной и соревновательной деятельности.

На уроках физической культуры в **5 классе** решаются основные задачи, стоящие перед школьной системой физического воспитания. Вместе с тем особенностью урочных занятий в этом классе является углубленное обучение базовым двигательным действиям, включая технику основных видов спорта (легкая атлетика, гимнастика, спортивные игры, лыжная подготовка). Углубляются знания о личной гигиене, о влиянии занятий физическими упражнениями на основные системы организма (дыхание, кровообращение, ЦНС, обмен веществ), на развитие волевых и нравственных качеств. На уроках физической культуры обучающиеся 6 классов получают представления о физической культуре личности, её взаимосвязи с основами здорового образа жизни, овладевают знаниями о методике самостоятельной тренировки. Во время изучения конкретных разделов программы пополняются представления об основных видах спорта, соревнованиях, снарядах и инвентаре, правилах техники безопасности и оказания первой помощи при травмах.

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

Большое значение в этом возрасте придается решению воспитательных задач:

- Выработке привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями и избранными видами спорта в свободное время, воспитанию ценностных ориентаций на здоровый образ жизни.

Ориентируясь на решение задач образования школьников в области физической культуры, настоящая программа в своем предметном содержании направлена на:

- **реализацию принципа вариативности**, который лежит в основе планирования учебного материала в соответствии с половозрастными особенностями учащихся, материально-технической оснащенностью учебного процесса (спортивный зал, спортивные пришкольные площадки, стадион), региональными климатическими условиями и видом учебного учреждения;
- **реализацию принципа достаточности и сообразности**, определяющего распределение учебного материала в конструкции основных компонентов двигательной (физкультурной) деятельности, особенностей формирования познавательной и предметной активности учащихся;
- **соблюдение дидактических правил от известного к неизвестному и от простого к сложному**, которые лежат в основе планирования учебного содержания в логике поэтапного его освоения, перевода учебных знаний в практические навыки и умения, в том числе и в самостоятельной деятельности;
- расширение **межпредметных связей**, ориентирующих учителя во время планирования учебного материала на то, чтобы учитывать задачу формирования целостного мировоззрения учащихся, всестороннее раскрытие взаимосвязи и взаимообусловленности изучаемых явлений и процессов;

• **усиление оздоровительного эффекта**, достигаемого в ходе активного использования школьниками освоенных знаний, способов и физических упражнений в физкультурно-оздоровительных мероприятиях, режиме дня, самостоятельных занятиях физическими упражнениями.

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

Общая характеристика предмета.

Для обучающихся 5 класса основными формами организации образовательного процесса по предмету служат:

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

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

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

уроки с образовательно-обучающей направленностью (обучение практическому материалу из всех тематических разделов, освоение новых знаний, которые касаются предмета обучения);

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

Структура и содержание программы.

В соответствии со структурой двигательной (физкультурной) деятельности примерная программа включает в себя три основных учебных раздела: «Знания о физической культуре» (информационный компонент деятельности), «Способы двигательной (физкультурной) деятельности» (операциональный компонент деятельности), «Физическое совершенствование» (процессуально-мотивационный компонент деятельности).

Раздел «Знания о физической культуре» соответствует основным представлениям о развитии познавательной активности человека и включает в себя такие учебные темы, как «История физической культуры и ее развитие в современном обществе», «Базовые понятия физической культуры» и «Физическая культура человека». Эти темы включают

сведения об истории древних и современных Олимпийских игр, основных направлениях развития физической культуры в современном обществе, о формах организации активного отдыха и укрепления здоровья средствами физической культуры. Кроме этого, здесь раскрываются основные понятия физической и спортивной подготовки, особенности организации и проведения самостоятельных занятий физическими упражнениями, даются правила контроля и требования техники безопасности.

Раздел «Способы двигательной (физкультурной) деятельности» содержит задания, которые ориентированы на активное включение учащихся в самостоятельные формы занятий физической культурой. Этот раздел соотносится с разделом «Знания о физической культуре» и включает в себя темы «Организация и проведение самостоятельных занятий физической культурой» и «Оценка эффективности занятий физической культурой». Основным содержанием этих тем является перечень необходимых и достаточных для самостоятельной деятельности практических навыков и умений.

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

Тема «Физкультурно-оздоровительная деятельность» ориентирована на решение задач по укреплению здоровья учащихся. Здесь даются комплексы упражнений из современных оздоровительных систем физического воспитания, помогающие коррекции осанки и телосложения, оптимальному развитию систем дыхания и кровообращения, а также упражнения адаптивной физической культуры, которые адресуются в первую очередь школьникам, имеющим отклонения в физическом развитии и в состоянии здоровья.

Тема «Спортивно-оздоровительная деятельность с общеразвивающей направленностью» ориентирована на физическое совершенствование учащихся и включает в себя средства общей физической и технической подготовки.

Овладение упражнениями и действиями базовых видов спорта раскрывается в программе с учетом их использования в организации активного отдыха, массовых спортивных соревнований.

Тема «Прикладно-ориентированные упражнения» поможет подготовить школьников к предстоящей жизни, качественному освоению различных профессий. Решение этой задачи предлагается осуществить посредством обучения детей жизненно важным навыкам и умениям различными способами, в вариативно изменяющихся внешних условиях. Данная тема представляется весьма важной для школьников, которые готовятся продолжать свое образование в системе средних профессиональных учебных заведений.

Тема «Упражнения общеразвивающей направленности» предназначена для организации целенаправленной физической подготовки учащихся и включает в себя физические упражнения на развитие основных физических качеств. Эта тема, в отличие от других учебных тем, носит лишь относительно самостоятельный характер, поскольку ее содержание должно входить в содержание других тем раздела «Физическое совершенствование». В связи с этим предлагаемые упражнения распределены по разделам базовых видов спорта и сгруппированы по признаку направленности на развитие соответствующего физического качества (силы, быстроты, выносливости и т.д.). Такое изложение материала позволяет учителю отбирать физические упражнения и объединять

их в различные комплексы, планировать динамику нагрузок и обеспечивать преемственность в развитии физических качеств, исходя из половозрастных особенностей учащихся, степени освоенности ими упражнений, условий проведения уроков, наличия спортивного инвентаря и оборудования.

Место предмета в учебном плане

Предмет «Физическая культура» в соответствии с требованиями ФГОС входит в предметную область «Физическая культура» и является основой физического воспитания обучающихся. Учебная программа по предмету «Физическая культура» обеспечивает достижение планируемых результатов основной образовательной программы по предметной области «Физическая культура». При разработке учебной программы учитываются регионально-национальные и этнокультурные особенности учебного заведения, а также потребности современного российского общества в физически крепком и дееспособном подрастающем поколении, способном активно включаться в разнообразные формы здорового образа жизни, использовать ценности физической культуры для самовоспитания, саморазвития, самореализации.

В соответствии с федеральным планом курс «Физическая культура» изучается в 5 классе по 3 часа в неделю, общий объем учебного времени составляет 105 часов. Третий час урока предмета «Физическая культура» был введен приказом Минобрнауки от 30.08.2010г. № 889 и был направлен на увеличение двигательной активности и развитие физических качеств обучающихся, внедрение современных систем физического воспитания.

Ценностные ориентиры содержания учебного предмета.

Базовым результатом образования в области физической культуры в основной школе является освоение учащимися основ физкультурной деятельности. Предмет «Физическая культура» способствует развитию личностных качеств учащихся и является средством формирования у обучающихся универсальных способностей (компетенций). Эти способности (компетенции) выражаются в метапредметных результатах образовательного процесса и активно проявляются в разнообразных видах деятельности (культуры), выходящих за рамки предмета «Физическая культура».

Содержание учебного предмета «Физическая культура» направлено на воспитание творческих, компетентных и успешных граждан России, способных к активной самореализации в личной, общественной и профессиональной деятельности. В процессе освоения курса у обучающихся основной школы укрепляется здоровье, формируются общие и специфические учебные умения, способы познавательной и предметной деятельности.

Планируемые результаты предмета «Физическая культура»

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного предмета.

Результаты освоения содержания предмета «Физическая культура» определяют те итоговые результаты, которые должны демонстрировать школьники по завершении обучения в основной школе. Требования к результатам изучения учебного предмета выполняют двоякую функцию. Они, с одной стороны, предназначены для оценки успешности овладения программным содержанием, а с другой стороны, устанавливают минимальное содержание образования, которое в обязательном порядке должно быть освоено каждым ребенком, оканчивающим основную школу.

Результаты освоения программного материала по предмету «Физическая культура» в основной школе оцениваются по трем базовым уровням, исходя из принципа «общее —

частное — конкретное», и представлены соответственно метапредметными, предметными и личностными результатами.

Личностные результаты освоения предмета физической культуры.

Личностные результаты отражаются в индивидуальных качественных свойствах учащихся, которые приобретаются в процессе освоения учебного предмета «Физическая культура». Эти качественные свойства проявляются, прежде всего, в положительном отношении учащихся к занятиям двигательной (физкультурной) деятельностью, накоплении необходимых знаний, а также в умении использовать ценности физической культуры для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей, достижения личностно значимых результатов в физическом совершенстве.

Личностные результаты могут проявляться в разных областях культуры.

В области познавательной культуры:

- владение знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности, о соответствии их возрастным и половым нормативам;
- владение знаниями и тренировочной направленности, составлению содержания занятий в соответствии с собственными задачами, индивидуальными особенностями физического развития и физической подготовленности.

В области нравственной культуры:

- способность управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой, игровой и соревновательной деятельности;
- способность активно включаться в совместные физкультурно- оздоровительные и спортивные мероприятия, принимать участие в их организации и проведении;
- владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время совместных занятий физической культурой и спортом, разрешать спорные проблемы на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим.

В области трудовой культуры:

- умение планировать режим дня, обеспечивать оптимальное сочетание нагрузки и отдыха;
- умение проводить туристские пешие походы, готовить снаряжение, организовывать и благоустраивать места стоянок, соблюдать правила безопасности;
- умение содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование, спортивную одежду, осуществлять их подготовку к занятиям и спортивным соревнованиям.

В области эстетической культуры:

- красивая (правильная) осанка, умение ее длительно сохранять при разнообразных формах движения и пере движений;
- хорошее телосложение, желание поддерживать его в рамках принятых норм и представлений посредством занятий физической культурой;
- культура движения, умение передвигаться красиво, легко и непринужденно.

В области коммуникативной культуры:

- владение умением осуществлять поиск информации по вопросам развития современных оздоровительных систем, обобщать, анализировать и творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой;
- владение умением достаточно полно и точно формулировать цель и задачи совместных с другими детьми занятий физкультурно- оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельностью, излагать их содержание;
- владение умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, находить адекватные способы поведения и взаимодействия с партнерами во время учебной и игровой деятельности.

В области физической культуры:

- владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений (ходьба, бег, прыжки, лазанья и др.) различными способами, в различных изменяющихся внешних условиях;
- владение навыками выполнения разнообразных физических упражнений различной функциональной направленности, технических действий базовых видов спорта, а также применения их в игровой и соревновательной деятельности;
- умение максимально проявлять физические способности (качества) при выполнении тестовых упражнений по физической культуре.

Метапредметные результаты освоения физической культуры.

Метапредметные результаты характеризуют уровень сформированности качественных универсальных способностей учащихся, проявляющихся в активном применении знаний и умений в познавательной и предметно- практической деятельности. Приобретенные на базе освоения содержания предмета «Физическая культура», в единстве с освоением программного материала других образовательных дисциплин, универсальные способности потребуются как в рамках образовательного процесса (умение учиться), так и в реальной повседневной жизни учащихся.

Метапредметные результаты проявляются в различных областях культуры.

В области познавательной культуры:

- понимание физической культуры как явления культуры, способствующего развитию целостной личности человека, сознания и мышления, физических, психических и нравственных качеств;
- понимание здоровья как важнейшего условия саморазвития и самореализации человека, расширяющего свободу выбора профессиональной деятельности и обеспечивающего долгую сохранность творческой активности; понимание физической культуры как средства организации здорового образа жизни, профилактики вредных привычек и девиантного (отклоняющегося) поведения.

В области нравственной культуры:

- бережное отношение к собственному здоровью и здоровью окружающих, проявление доброжелательности и отзывчивости к людям, имеющим ограниченные возможности и нарушения в состоянии здоровья;
- уважительное отношение к окружающим, проявление культуры взаимодействия, терпимости и толерантности в достижении общих целей при совместной деятельности;

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

В области трудовой культуры:

- добросовестное выполнение учебных заданий, осознанное стремление к освоению новых знаний и умений, качественно повышающих результативность выполнения заданий;
- рациональное планирование учебной деятельности, умение организовывать места занятий и обеспечивать их безопасность;
- поддержание оптимального уровня работоспособности в процессе учебной деятельности, активное использование занятий физической культурой для профилактики психического и физического утомления.

В области эстетической культуры:

- восприятие красоты телосложения и осанки человека в соответствии с культурными образцами и эстетическими канонами, формирование физической красоты с позиций укрепления и сохранения здоровья;
- понимание культуры движений человека, постижение жизненно важных двигательных умений в соответствии с их целесообразностью и эстетической привлекательностью;
- восприятие спортивного соревнования как культурно-массового зрелищного мероприятия, проявление адекватных норм поведения, неантагонистических способов общения и взаимодействия.

В области коммуникативной культуры:

- владение культурой речи, ведение диалога в доброжелательной и открытой форме, проявление к собеседнику внимания, интереса и уважения;
- владение умением вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности, находить компромиссы при принятии общих решений;
- владение умением логически грамотно излагать, аргументировать и обосновывать собственную точку зрения, доводить ее до собеседника.

В области физической культуры:

- владение способами организации и проведения разнообразных форм занятий физической культурой, их планирования и содержательного наполнения;
- владение широким арсеналом двигательных действий и физических упражнений из базовых видов спорта и оздоровительной физической культуры, активное их использование в самостоятельно организуемой спортивно-оздоровительной и физкультурно-оздоровительной деятельности;
- владение способами наблюдения за показателями индивидуального здоровья, физического развития и физической подготовленности, использование этих показателей в организации и проведении самостоятельных форм занятий физической культурой.

Предметные результаты освоения физической культуры.

Предметные результаты характеризуют опыт учащихся в творческой двигательной деятельности, который приобретается и закрепляется в процессе освоения учебного предмета «Физическая культура». Приобретаемый опыт проявляется в знаниях и способах двигательной деятельности:

- способность организовывать самостоятельные занятия физической культурой разной направленности, обеспечивать безопасность мест занятий, спортивного инвентаря и оборудования, спортивной одежды;
- способность самостоятельно организовывать и проводить занятия профессионально-прикладной физической подготовкой, подбирать физические упражнения в зависимости от индивидуальной ориентации на будущую профессиональную деятельность.

В области эстетической культуры:

- способность организовывать самостоятельные занятия физической культурой по формированию телосложения и правильной осанки, подбирать комплексы физических упражнений и режимы физической нагрузки в зависимости от индивидуальных особенностей физического развития;
- способность организовывать самостоятельные занятия по формированию культуры движений, подбирать упражнения координационной, ритмической и пластической направленности, режимы физической нагрузки в зависимости от индивидуальных особенностей физической подготовленности;
- способность вести наблюдения за динамикой показателей физического развития и осанки, объективно оценивать их, соотнося с общепринятыми нормами и представлениями.

В области коммуникативной культуры:

- способность интересно и доступно излагать знания о физической культуре, грамотно пользоваться понятийным аппаратом;
- способность формулировать цели и задачи занятий физическими упражнениями, аргументировано вести диалог по основам их организации и проведения;
- способность осуществлять судейство соревнований по одному из видов спорта, владеть информационными жестами судьи.

В области физической культуры:

- способность отбирать физические упражнения по их функциональной направленности, составлять из них индивидуальные комплексы для оздоровительной гимнастики и физической подготовки;
- способность составлять планы занятий физической культурой с различной педагогической направленностью, регулировать величину физической нагрузки в зависимости от задач занятия и индивидуальных особенностей организма;
- способность проводить самостоятельные занятия по освоению новых двигательных действий и развитию основных физических качеств, контролировать и анализировать эффективность этих занятий.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ АООП ООС ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ТНР

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного курса

В соответствии с требованиями к результатам освоения основной образовательной программы основного общего образования Федерального государственного образовательного стандарта данная рабочая программа для 5 классов направлена на

достижение учащимися личностных, метапредметных и предметных результатов по физической культуре.

Личностные результаты

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

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

Усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей, многонационального российского общества; воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;

Формирование отечественного отношения к учению, готовности и способности обучающихся саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учетом устойчивых познавательных интересов;

Формирование целостного мировоззрения, соответствующему современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;

Формирование осознанного, уважительного доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции, истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира;

Готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания; освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества; участие в школьном самоуправлении и общественной жизни, в пределах возрастных компетенций с учетом региональных, этнокультурных, социальных и экономических особенностей;

Развитие морального сознания и компетентности решений моральных проблем на основе личностного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и отечественного отношения к собственным поступкам; формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов;

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

Осознание значимости семьи в жизни человека общества, принятие ценностей семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи.

Личностные результаты отражаются в готовности обучающихся к саморазвитию и индивидуальным свойствам личности, которые приобретаются в процессе усвоения учебного предмета «Физическая культура». Они включают в себя основы гражданской идентичности, сформированную мотивацию к обучению и познанию в сфере физической культуры, умение использовать ценности физической культуры для удовлетворения

индивидуальных интересов и потребностей, достижения личностно значимых результатов в физическом совершенстве.

Личностные результаты в области физической культуры:

- Владение умениями: циклических и ациклических локомоциях: с максимальной скоростью пробега 60м из положения низкого старта; равномерном темпе бегать до 20 минут (мальчики) и до 15 минут (девочки); после быстрого разбега с 9 – 12 шагов совершать прыжок в длину; выполнять 9-13 шагов разбега прыжок в высоту (перешагивание); проплыть 50м;
- Метание на дальность и меткость: метать малый мяч ми мяч 150гр с места и с разбега (10-12м), использование 4-шажного варианта бросковых шагов с соблюдением ритма; метать малый мяч 150гр с места и с трех шагов разбега в горизонтальную и вертикальную цели с 10-15 метров, метать малый мяч помедленно и быстро движущейся цели с 10-12м;
- В гимнастических и акробатических упражнениях: выполнять комбинацию из четырех элементов на перекладине (мальчики) и на разновысоких брусьях (девочки); опорные прыжки через козла в длину (мальчики) в ширину (девочки); комбинацию движений с одним из предметов (мяч, палка, скакалка, обруч), состоящих из 6-ти элементов: выполнять акробатическую комбинацию, включающую кувырки вперед, назад, стойку на голове и руках. Длинный кувырок (мальчики), полушпагат, мост и поворот в упор стоя на одном колене (девочки);
- В единоборствах: осуществлять подводящие упражнения по овладению приемами техники и борьбы в партере и в стойке (юноши);
- В спортивных играх: играть в одну из спортивных игр (по упрощенным правилам);
- Демонстрировать результаты не ниже, чем средний уровень физических способностей;
- Владеть способами физкультурно-оздоровительной деятельности: самостоятельно выполнять упражнения на развитие быстроты, координации, выносливости, силы, гибкости; соблюдать правила самоконтроля во время выполнения упражнения;
- Владеть способами спортивной деятельности: участвовать в соревнованиях по легкоатлетическому многоборью: 60м, прыжок в длину или высоту с разбега, метание, бег на выносливость; участвовать в соревнованиях по одному из видов спорта;
- Владеть правилами поведения на занятиях физическими упражнениями: соблюдать нормы поведения в коллективе, правила безопасности, гигиены занятий и личной гигиены; помогать друг другу и учителю; удерживать товарищей, имеющих физическую подготовку; принять активность, самостоятельность, выдержку и самообладание.

Метапредметные результаты:

- Умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- Умение самостоятельно планировать пути достижения цели, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения познавательных задач;

- Умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией; умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности её решения;
- Владение основами самоконтроля, в самооценке, принятий решений и осуществление осознанного выбора учебной и познавательной деятельности;
- Умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и со сверстниками;
- Умение работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе позиций и учета интересов;
- Умение формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение;
- Умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникаций, для выражения своих чувств, мыслей и потребностей, планировании и регуляции своей деятельности.

Метапредметные результаты в области физической культуры:

- Владение способами организации проведения разнообразных форм физическими упражнениями, их планирование и наполнение содержанием;
- Владение умениями выполнения двигательных действий и физических упражнений базовых видов спорта и оздоровительной физической культуры, активно их использовать и самостоятельно организуемой спортивно-оздоровительной и физкультурно-оздоровительной деятельности;
- Владение способами наблюдения за показателями индивидуального здоровья, физического развития и физической подготовленности, величиной физических нагрузок, использование этих показателей и организации и проведении самостоятельных форм занятий.

Предметные результаты:

- Понимание роли и значения физической культуры в формировании личностных качеств человека, активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;
- Овладение системой знаний о физическом совершенствовании человека, основе умений отбирать физические упражнения и регулировать физические нагрузки для самостоятельных систематических занятий.
- Приобретение опыта организаций самостоятельных систематических занятий физической культурой с соблюдением правил техники безопасности профилактики травматизма; основе умения оказывать первую медицинскую помощь при легких травмах.
- Расширение опыта организаций и мониторинга физического развития и физической подготовленности.
- Формирование умений выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корригирующих упражнений, учитывающих индивидуальные способности и особенности, состояния здоровья и режим учебной деятельности; овладение основами технических действий, приемами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умение использовать их в разнообразных формах игровой и

соревновательной деятельности, повышение функциональных возможностей основных систем организма.

Предметные результаты в области физической культуры:

- Способность отбирать физическое упражнение, естественные силы природы, гигиенические факторы в соответствии с их функциональной направленностью, составлять из них индивидуальные комплексы для осуществления оздоровительной гимнастики, использование закаляющих процедур, профилактики нарушений осанки, улучшение физической подготовленности;
- Способность составлять планы занятий с использованием физических упражнений разной педагогической направленности, регулировать величину физической нагрузки в зависимости от задач занятий и индивидуальных особенностей организма;
- Умение проводить самостоятельных занятия по освоению и закреплению осваиваемых на уроке новых двигательных действий и развитию основных физических качеств, координационных и координационных способностей; контролировать и анализировать эффективность этих занятий, ведя дневник самонаблюдения.

Планируемые результаты изучения предмета «Физическая культура»,

5 класс ФГОС

Контрольные упражнения	Девочки			Мальчики		
	«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
Бег 30 м (сек)	5,4	5,5 – 6,2	6,3	5,3	5,4 – 6,1	6,2
Челночный бег 3 по 10 м (сек)	8,6	8,7 – 9,0	9,1	8,2	8,3 – 8,5	8,6
Бег 60 м (сек)	10,4	10,5 – 11,6	11,7	10,0	10,1 – 11,1	11,2
Бег 300 м (мин., сек)	1,07	1,08 – 1,21	1,22	1,00	1,01 – 1,17	1,18
Бег 1000 м (мин., сек)	5,20	5,21 – 7,20	7,21	4,45	4,46 – 6,45	6,46
Бег 1 500 м (мин., сек)	9,00	9,01 – 10,29	10,30	8,50	8,51 – 9,59	10,0
Прыжок в длину с места (см)	300	299 - 221	220	340	339 - 261	260
Прыжки через скакалку за 1 мин. (кол. раз)	110	109 - 91	90	90	89 - 71	70
Подъем спины из положения лежа, ноги согнуты в коленях за 30 сек	32	27	19	33	29	22

Наклон туловища вперед из положения сед (см)	25	19	9	20	14	5
--	----	----	---	----	----	---

Оценка эффективности занятий физической культурой

Самонаблюдение и самоконтроль. Оценка эффективности занятий физкультурно-оздоровительной деятельностью. Оценка техники движений, способы выявления и устранения ошибок в технике выполнения упражнений (технических ошибок). Измерение резервов организма и состояния здоровья с помощью функциональных проб.

Медико-педагогический контроль

Для определения интенсивности физической нагрузки и правильности построения занятия проводят измерение частоты сердечных сокращений (ЧСС) 15-секундными отрезками до занятия, после общеразвивающих упражнений вводной части, техники двигательных действий основной части, подвижных и спортивных игр заключительной части урока. На уроках физической культуры рекомендуемый прирост ЧСС после вводной части составляет 25-30%, после основной 80-100% (в основной и подготовительных группах). 60-80% (в специальной медицинской группе) при его возвращении к исходным величинам к концу урока.

Физкультурная группа	11-12 лет		
	Физическая нагрузка (ЧСС)		
Часть урока	Вводная	Основная	Заключительная
Основная группа	60-70	140-160	90-70
Подготовительная	60-70	130-155	80-60
Специальная (медицинская)	60-70	120-135	70-60

По нормативам ГТО проводятся внутренний контроль и внешняя экспертиза физических данных.

При оценивании успеваемости учитываются индивидуальные возможности, уровень физического развития и двигательные возможности, последствия заболеваний учащихся.

Классификация ошибок и недочетов, влияющих на снижение оценки.

Мелкими ошибками считаются такие, которые не влияют на качество и результат выполнения. К мелким ошибкам в основном относятся неточность отталкивания, нарушение ритма, неправильное исходное положение, «заступ» при приземлении.

Значительные ошибки – это такие, которые не вызывают особого искажения структуры движений, но влияют на качество выполнения, хотя количественный показатель ниже предполагаемого ненамного. К значительным ошибкам относятся:

старт не из требуемого положения;

отталкивание далеко от планки при выполнении прыжков в длину, высоту;
бросок мяча в кольцо, метание в цель с наличием дополнительных движений;
несинхронность выполнения упражнения.

Грубые ошибки – это такие, которые искажают технику движения, влияют на качество и результат выполнения упражнения.

Характеристика цифровой оценки (отметки)

Оценка «5» выставляется за качественное выполнение упражнений, допускается наличие мелких ошибок.

Оценка «4» выставляется, если допущено не более одной значительной ошибки и несколько мелких.

Оценка «3» выставляется, если допущены две значительные ошибки и несколько грубых. Но ученик при повторных выполнениях может улучшить результат.

Оценка «2» выставляется, если упражнение просто не выполнено. Причиной невыполнения является наличие грубых ошибок.

В 6 классе оценка за технику ставится лишь при выполнении упражнений в равновесии, лазанье, с элементами акробатики, при построениях, перестроениях, ходьбе. В остальных видах (бег, прыжки, метание, броски, ходьба) необходимо учитывать результат: секунды, количество, длину, высоту.

КОРРЕКЦИОННАЯ СОСТАВЛЯЮЩАЯ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ и МОТОРНО-ДВИГАТЕЛЬНАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ОБУЧАЮЩИХСЯ С ТНР

Адаптированная основная общеобразовательная программа начального общего образования обучающихся с ТНР предназначается обучающимся с ТНР, для преодоления речевых расстройств которых требуются особые педагогические условия, специальное систематическое целенаправленное коррекционное воздействие.

Это обучающиеся, находящиеся на II и III уровнях речевого развития (по Р.Е. Левиной), при алалии, афазии, дизартрии, ринолалии, заикании, имеющие нарушения чтения и письма и обучающиеся, не имеющие общего недоразвития речи при тяжёлой степени выраженности заикания.

Общее недоразвитие речи может наблюдаться при различных сложных формах детской речевой патологии, выделяемых в клинико-педагогической классификации речевых расстройств (алалия, афазия, дизартрия, ринолалия, заикание, дислексия, дисграфия). Нарушения в формировании речевой деятельности обучающихся негативно влияют на все психические процессы, протекающие в сенсорной, интеллектуальной, аффективно-волевой и регуляторной сферах. Отмечается недостаточная устойчивость внимания, ограниченные возможности его распределения. При относительно сохранной смысловой, логической памяти у обучающихся снижена вербальная память, страдает продуктивность запоминания. Они забывают сложные инструкции, элементы и последовательность заданий. У части обучающихся с ТНР низкая активность припоминания может сочетаться с дефицитностью познавательной деятельности. Связь между речевыми нарушениями и другими сторонами психического развития обуславливает специфические особенности мышления. Обладая в целом полноценными предпосылками для овладения мыслительными операциями, доступными их возрасту, обучающиеся отстают в развитии

словесно-логического мышления, без специального обучения с трудом овладевают анализом и синтезом, сравнением и обобщением. Звуковая сторона речи характеризуется фонетической неопределенностью, диффузностью произношения звуков вследствие неустойчивой артикуляции и низких возможностей их слухового распознавания. Произношение обучающихся характеризуется недифференцированным произнесением звуков (особенно сложных по артикуляции, позднего онтогенеза). Наблюдаются множественные ошибки при передаче звуконаполняемости слов; неточное употребление многих лексических значений слов, значений даже простых предлогов; грамматических форм слова, вследствие чего нарушается синтаксическая связь слов в предложениях; неумение пользоваться способами словообразования. Нарушения устной речи обучающихся с ТНР приводят к возникновению нарушений письменной речи (дисграфии и дислексии), т.к. письмо и чтение осуществляются только на основе достаточно высокого развития устной речи, и нарушения устной и письменной речи являются результатом воздействия единого этиопатогенетического фактора, являющегося их причиной и составляющего патологический механизм.

Двигательные особенности развития обучающихся с ТНР

Обучающимся с ТНР присуще и некоторое отставание в развитии двигательной сферы, проявляющееся плохой координацией движений, неуверенностью в выполнении дозированных движений, снижением скорости и ловкости движений, трудностью реализации сложных двигательных программ, требующих пространственно-временной организации движений (общих, мелких (кистей и пальцев рук), артикуляторных). Дети, обучающиеся в МОУ «Партенитская школа им. дважды Героя Советского Союза А.А. Гречко» города Алушты имеют следующие нарушения в физическом и двигательном развитии.

Нарушения физического развития: отставание в массе тела; ожирение; отставание в росте; нарушение осанки; нарушение стопы; нарушение в развитие грудной клетки; сниженная жизненная емкость легких; сниженная окружность грудной клетки; аномалии лицевого скелета (расщелина лица, носа, губы, неба), наличие хронических заболеваний: хр. гастродуоденит, ДЖВП- дискинезия желчевыводящих путей; вегето-сосудистая дистония по гипертоническому типу; РЦОН-психоорганический синдром; ДЖВП, аномалия осанки; аритмия сердца; Ds: порок сердца; Ds: хр. аномалия осанки.

Нарушения в развитии основных движений: неточность движений в пространстве и во времени; неумение выполнять ритмичные движения (сбиваются в шаге при ведении мяча), низкий уровень дифференцирования мышечных усилий, низкий уровень развития функции равновесия (теряют равновесие при выполнении упражнения в движении и закрытыми глазами), дискоординация движений.

Нарушения при ходьбе: сутулость, дискоординация движений рук и ног; шарканье ногами; неритмичность движений; постоянные отклонения от пути по прямой; неодинаковая длина шагов; неодинаковые амплитуды при взмахах руками; носки ног обращены вовнутрь; носки ног обращены наружу; постоянные отклонения туловища от вертикальной оси; ходьба на прямых или полусогнутых ногах, вразвалку; голова при ходьбе опущена вниз или наклонена набок.

Нарушения движений при беге: чрезмерный наклон туловища вперед, чрезмерное напряжение рук; мелкие шаги; неритмичность; малая амплитуда в движениях рук; прижимание рук к туловищу; излишний разворот стоп наружу; обращение стоп носками друг другу; дискоординация движений рук и ног; вялость движений.

Нарушения в прыжках: в прыжках с места толчком двумя ногами отталкивание производится одной ногой; дискоординация движений рук и ног при отталкивании и в

полете; слабое финальное усилие; неумение приземляться; слабый взмах руками; упражнение выполняется из низкого приседа; толчок выполняется почти прямыми ногами.

Нарушения при метании: напряженность, скованность туловища; торопливость; неправильный замах; несвоевременный выпуск метаемого предмета из рук; вялость; слабость финального усилия; дискоординация движений рук, ног и туловища при броске. Метание производят на прямых ногах и прямыми руками.

Нарушения в развитии основных двигательных способностей: отставание от нормы в показателях силы основных мышечных групп туловища (рук, ног, живота, спины); быстроты движений; выносливости динамического характера; скоростной – силовых качеств; гибкости и подвижности в суставах.

Представленная классификация нарушений физического развития и двигательных способностей учащихся с ТНР является системным изложением основных недостатков их двигательной сферы.

КОРРЕКЦИОННАЯ НАПРАВЛЕННОСТЬ АООП ООС с ТНР

Адаптированная основная образовательная программа для обучающихся с ТНР на ступени начального общего образования включает в себя направления коррекционной деятельности, отражающие ее основное содержание:

-диагностическая работа обеспечивает своевременное выявление у обучающихся с ТНР особых потребностей в адаптации к освоению адаптированной основной общеобразовательной программы начального общего образования, проведение комплексного обследования и подготовку рекомендаций по оказанию психолого-медико-педагогической помощи в условиях образовательной организации;

-коррекционно-развивающая работа обеспечивает оказание своевременной адресной специализированной помощи в освоении содержания образования и коррекцию недостатков в физическом и (или) психическом, речевом развитии обучающихся с ТНР;

-консультативная работа обеспечивает непрерывность специального сопровождения обучающихся с ТНР в освоении адаптированной основной общеобразовательной программы начального образования, специалистов, работающих с детьми, их семей по вопросам реализации дифференцированных психолого-педагогических условий образования, воспитания, коррекции, развития и социализации обучающихся с ТНР;

-информационно-просветительская работа направлена на разъяснительную деятельность по вопросам, связанным с особенностями образовательного процесса для обучающихся с ТНР, со всеми его участниками - сверстниками, родителями (законными представителями).

Коррекционно-развивающая работа включает:

-системное и разностороннее развитие речи и коррекцию речевых расстройств;

-совершенствование коммуникативной деятельности;

-формирование и коррекцию общефункциональных и специфических механизмов речевой деятельности (по Е.Ф. Соболевич);

-развитие и коррекцию дефицитарных функций (сенсорных, моторных, психических) у обучающихся с ТНР;

-развитие познавательной деятельности, высших психических функций (что возможно только лишь в процессе развития речи);

- формирование или коррекцию нарушений развития личности, эмоционально-волевой сферы с целью максимальной социальной адаптации обучающегося с ТНР;
- достижение уровня речевого развития, оптимального для обучающегося, и обеспечивающего возможность использовать освоенные умения и навыки в разных видах учебной и вне учебной деятельности, различных коммуникативных ситуациях.

Механизмы реализации программы коррекционной работы

Основными механизмами реализации программы коррекционной работы являются оптимально выстроенное взаимодействие специалистов образовательной организации, обеспечивающее комплексное, системное сопровождение образовательного процесса, и социальное партнерство, предполагающее профессиональное взаимодействие образовательной организации с внешними ресурсами (организациями различных ведомств, другими институтами общества).

Взаимодействие специалистов образовательной организации предусматривает:

- многоаспектный анализ личностного, познавательного, речевого развития обучающегося с ТНР;
- комплексный подход к диагностике, определению и решению проблем обучающегося с ТНР, к предоставлению ему квалифицированной помощи с учетом уровня речевого развития, механизма речевой патологии, структуры речевого дефекта;
- разработку индивидуальных, образовательных маршрутов обучающихся с ТНР.

Социальное партнерство предусматривает:

- сотрудничество с образовательными организациями и другими ведомствами по вопросам преемственности обучения, развития, социализации, здоровьесбережения обучающихся с ТНР;
- сотрудничество со средствами массовой информации;
- сотрудничество с родительской общественностью.

МАТЕРИАЛЬНО – ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Информационно-образовательная среда образовательного учреждения должна обеспечивать мониторинг здоровья обучающихся. Для этого необходимо иметь в кабинете физкультуры компьютер, на котором можно было бы работать с программами, позволяющими следить за антропометрическими и другими показателями, состояния обучающихся, в том числе составлять графики и работать с диаграммами.

Кроме того, учитель физкультуры должен участвовать в постоянном дистанционном взаимодействии образовательного учреждения с другими организациями социальной сферы, в первую очередь, с учреждениями здравоохранения и спорта.

Учителю физической культуры должна быть обеспечена информационная поддержка на основе современных информационных технологий в области библиотечных услуг «создание и ведение электронных каталогов и полнотекстовых баз данных, поиск документов по любому критерию, доступ к электронным учебным материалам и образовательным ресурсам интернета».

Интерактивный электронный конспект учителя физической культуры должен включать содержание предметной области «Физическая культура и основы безопасности жизнедеятельности», предоставление текстовыми, аудио и видео файлами, графической «картинки, фото, чертежи, элементы интерфейса».

Прим: Д – демонстрационный экземпляр

К – комплект (из расчета на каждого ученика)

Г – комплект для группы

№ п/п	Наименование объектов и средств материально- технического оснащения	Необходимое количество	Примечание
		Основная школа	
1	Библиотечный фонд		
	Стандарт основного общего образования по физической культуре	Д	Стандарт по физической культуре
	Примерные программы по учебным предметам. Физическая культура. 5-9 классы	Д	
	Рабочие программы по физической культуре	Д	
	Учебники пособия, которые входят в предметную линию учебников М.Я.Виленского, В.И.Ляха Физическая культура 5-7 классы/под редакцией М.Я. Виленского. Учебник для общеобразовательных учреждений. В.И.Лях, А.А.Зданевич. Физическая культура. 8-9 классы/ под общ. Ред. В.И.Ляха. Учебник для общеобразовательных учреждений. М.Я.Виленский, В.Т.Чичикин. Физическая культур. 5-7 классы. Пособие для учителя/ на сайте из-ва по адресу: http://www.prosv.ru/ebooks/Vilenskii_Fiz-ra_5-7kl/index.html В.И.Лях, А.А.Зданевич. Физическая культура. Методическое пособие. 10-11 классы. Базовый уровень/на сайте из-ва «Просвещение» по адресу: http://www.prosv.ru/ebooks/Lah_Fiz-ra_10-11/index.html В.И.Лях. физическая культура. Тестовый контроль. 5-9 классы (серия «Текущий контроль») Г.Ф.Колодницкий, В.С.Кузнецов, М.В.Маслов. Внеурочная деятельность учащихся. Легкая атлетика (серия	К	Учебники, рекомендованные Министерством образования и науки ВФ. Методические пособия и тестовый контроль к учебникам

	«Работаем по новым стандартам») Г.Ф.Колодницкий, В.С.Кузнецов, М.В.Маслов Внеурочная деятельность учащихся. Футбол (серия «Работаем по новым стандартам») Г.Ф.Колодницкий, В.С.Кузнецов, М.В.Маслов Внеурочная деятельность учащихся. Волейбол (серия «Работаем по новым стандартам»)		
	Учебная, научная и научно-популярная литература по физической культуре, спорту, олимпийскому движению	Д	
	Методические издания по физической культуре для учителей	Д	Журнал Физическая культура в школе», «Спорт в школе»
	Федеральный закон «О физической культуре и спорте»		
2	Демонстрационные учебные пособия		
	Таблицы по стандартам физического развития и физической подготовленности	Д	
	Плакаты методические	Д	
	Портреты выдающихся спортсменов, деятели физической культуры и спорта, олимпийского движения	Д	
3	Экранно-звуковые пособия		
	Аудиовизуальные пособия по основным разделам и темам учебного предмета «Физическая культура» (на цифровых носителя)	Д	
	Аудиозаписи	Д	Для проведения гимнастических комплексов, обучения танцам, проведения спортивных праздников, соревнований
4	Технические средства обучения		
	Телевизор с универсальной приставкой	Д	Не менее 72 см по диагонали
	DVD-плеер	Д	С возможностью использования дисков

			CD-R? CD-RW? MP3
	Радиомикрофон	Д	
	Мегафон	Д	
	Мультимедийный компьютер	Д	
	Аудиоцентр с системой озвучивания спортивных залов и площадок	Д	
	Сканер	Д	
	Принтер лазерный	Д	
	Копировальный аппарат	Д	
	Цифровая видеокамера	Д	
	Цифровой фотоаппарат	Д	
	Мультимедиапроектор	Д	
	Экран	Д	
5	Учебно-практическое и учебно-лабораторное оборудование		
	Стенка гимнастическая	Г	
	Бревно гимнастическое напольное		
	Бревно гимнастическое высокое	Г	
	Козел гимнастический	Г	
	Конь гимнастический	Г	
	Перекладина гимнастическая	Г	
	Канат гимнастический для лазания	Г	
	Мост гимнастический подкидной	Г	
	Скамейка гимнастическая жесткая	Г	
	Комплект навесного оборудования	Г	
	Скамья атлетическая наклонная	Г	
	Гантели наборные	Г	
	Коврик гимнастический	К	
	Акробатическая дорожка	Г	
	Маты гимнастические	Г	
	Мяч набивной (1кг, 2кг)	Г	
	Мяч малый (теннисный)	К	
	Скакала гимнастическая	К	

	Палка гимнастическая	К	
	Обруч гимнастический	К	
	Коврики массажные	Г	
	Секундомер настенный	Д	
	Сетка для переноса мячей	Д	
6	Легкая атлетика		
	Планка для прыжков в высоту	Д	
	Стойка для прыжков в высоту	Д	
	Флажки разметочные на опоре	Г	
	Лента финишная	Д	
	Дорожка разметочная для прыжков в длину с места	Г	
	Рулетка измерительная	Д	
	Номера нагрудные	Г	
7	Подвижные и спортивные игры		
	Комплект щитов баскетбольных с кольцами и сеткой	Д	
	Щиты баскетбольные с кольцами и сеткой	Г	
	Мячи баскетбольные для мини-игры	Г	
	Сетка для переноса и хранения мячей	Д	
	Жилетки игровые с номерами	Г	
	Стойки волейбольные	Д	
	Сетка волейбольная	Д	
	Мячи волейбольные	Г	
	Табло перекидное	Д	
	Ворота для мини-футбола	Д	
	Сетка для ворот мини-футбола	Д	
	Мячи футбольные	Г	
	Номера нагрудные	Г	
	Ворота для ручного мяча	Д	
	Мячи для ручного мяча	Г	

	Компрессор для накачивания мячей	Д	
8	Туризм		
	Палатки туристические	Г	
	Рюкзаки туристические	Г	
	Комплект туристический бивуачный	Д	
9	Измерительные приборы		
	Пульсометр	Г	
	Шагомер электронный	Г	
	Комплект динамометров ручных	Д	
	Динамометр становой	Д	
	Степ-тест	Г	
	Тонометр автоматический	Д	
	Весы медицинские с ростомером	Д	
10	Средства первой помощи		
	Аптечка медицинская	Д	
11	Дополнительный инвентарь		
	Доска аудиторная с магнитами	Д	доска передвижная
	Спортивные залы		
	Спортивный зал игровой		С раздевалками для мальчиков и девочек
	Спортивный зал гимнастический		
	Зоны рекреации		
	Кабинет учителя		Стол, стул, сейф, книжный шкаф, шкаф для одежды
	Подсобное помещение для инвентаря		Стеллажи, контейнеры
12	Пришкольный стадион		
	Легкоатлетическая дорожка	Д	
	Сектор для прыжков в длину	Д	
	Сектор для прыжков в высоту	Д	
	Игровое поле для футбола	Д	

	Площадка игровая волейбольная	Д	
	Площадка игровая баскетбольная	Д	
	Гимнастический городок	Д	
	Полоса препятствий	Д	
	Лыжная трасса	Д	

Учебно – тематический план

№ п/п	Наименование раздела	Количество часов	Контрольные точки
1	Знания о физической культуре	3	-
2	Способы физ. деятельности (самостоятельная деятельность)	3	-
3	Спортивно-оздоровительная деятельность с общеразвивающей направленностью:		
3.1	• Гимнастика с элементами акробатики	12	1
3.2	• Легкая атлетика	29	5
3.3	• Лыжная подготовка	18	2
	Спортивные игры:		
3.4	• Волейбол	8	1
3.5	• Футбол	10	1
3.6	• Баскетбол	9	1
3.7	• Пинг-понг	9	1
3.8	• Плавание	4	-
	Итого:	105	

Учебно – тематическое планирование программы «Физическая культура», 5 класс ФГОС – 2017

№ п/п	Раздел программы	часы	5 Класс/ Четверть			
			I	II	III	IV
			Номера уроков			

			1-15	16-27	28-40	41-48	49-66	67-81	82-90	91-105
	Базовая часть									
1	Знания о физической культуре	4		2				2		
2	Способы физ. деятельности (самостоятельная деятельность)	2			1					1
3	Физическое совершенствование	99								
	3.1 Физкультурно-оздоровительная деятельность									
	3.2 Спортивно-оздоровительная деятельность с общеразвивающей направленностью:									
	• Гимнастика с элементами акробатики	12			12					
	• Легкая атлетика	29	15							14
	• Лыжная подготовка	18					18			
	Спортивные игры:									
	• Волейбол	8				8				
	• Футбол	10		10						
	• Баскетбол	9							9	
	• Пинг-понг	9						9		

	• Плавание	4					4	
	Итого:	105	27	21	33	24		

**Календарно – тематический план по предмету «Физическая культура», 5 класс
ФГОС – 2017**

№ п/п	Раздел, Тема	Кол- во часов	Дата	Содержание	Планируемые результаты					Учебные материалы
				Виды деятельности обучающихся	Форма организации	Предметные	Методические	Личностные		
5 КЛАСС – I четверть										
Легкая атлетика – 15 ч.										
1	Т.Б. на уроках л/а. Теория: «ИСТОРИЯ ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКИ»	1	1-н	- проведи инструктаж ТБ; - рассказать о «королеве спорта», Л/а; - организовать п/и на технику старта в парах	Урок открытия нового знания	Соблюдают правила безопасности поведения на занятиях ФК, использовать знания и умения в практической деятельности.	Умеют самостоятельно определять цели и свое обучение, ставить и выполнять формулировать задачи в учеб	Воспитание российской гражданской идеологии: патриотизм, любовь и уважение к Отечеству,	Физическая культура. 5 – 7 классы: учеб. для общеобразовательных учреждений/[М.Я. Виленский, И.М. Туровский, Т.Ю. Торочкова и др.]; под ред. М.Я. Виленского – 2-е изд. – М.: Просвещение, 2014. – 239 с.: ил. – ISBN 978-5-09-029648-9.	

						«Салки с мячом»	е и познавательной	гордости за свою	
2	Техника спринтерского бега. Техника высоког о старта от 10 до 15 м.	1		-учить технике старта; -учить технике постановки стопы в беге на ускорение; - совершенствоваться технику разгона	Урок общеметодологической направленности	Демонстрируют технику высоко го старта; - демонстрируют бег на спринтерскую дистанцию в парах;	деятельности, развивают мотивы и интересы своей познавательной деятельности;	Родину, прошлое и настоящее ее многонационального народа России; Формирование	
3	Техника старт и старт. разгона, финиширование. Бег с ускорением от 30 – 40 м.	1		- рассказывать и показывать технику старта; -учить технике старта, разгону, финишированию; - совершенствоваться бег на коротк ие дистанции с ускорен	Урок общеметодологической направленности	Демонстрируют технику старта, разгона, финиширования в беге на коротк ие дистанции	Умение самостоятельно достигать цели, в том числе альтерна	целостного мировоззрения, соответствующему современному уровню развития науки и обществ	

				ием			тивн ые, осоз нан но выб ират ь наи боле е эфф екти вны е спос обы реш ения позн ават ельн ых зада ч; Уме ют соот нос ить свои дейс твия с пла нир уем ыми резу льта там и, осу щес твля ть конт роль свое й	енн ой прак тик и, учит ыва юще го соц иаль ное, куль турн ое, язы ково е, дух овн ое мно гооб рази е совр еме нног о мир а; Гот овн ости и спос обн ости вест и диал ог с друг ими люд ьми и дост игат ь в	
4	Скорост ной бег до 40 м. Правила бега по дистанц ии. Тесты общей физичес кой подгото вки (ОФП): бег 30 м.	1	2-н	- повтори ть технику старта; - соверше нствова ть технику спецбег овых упражн ений; - рассказа ть о правила х бега по дистанц ии; - техника стартов ого разгона с отягоще нием; - определ ить уровень физичес ких показат елей в беге на 30 м;	Урок развива ющего контро ля	Демон стриру ют техник у старта; - самост оятель но провод ят и указыв ают ошибк и выпол нения беговы х упраж нений; - приме няют правил а бега по дистан ции; - исполь зуют прием ы силово й подгот овки в наращ ивании скорос ти в беге; -знают свой уровен			

						ь физиче ской подгот овки	деят ельн ости в про цесс е	нем взаи моп они ман ия; осво ение	
5	Техника низкого старта в челночн ом беге 3 по 10 м Тесты ОФП: подъем спины из положе ния лежа за 30 сек.	1		-учить технике низкого старта; - соверше нствова ть технику беговых упражн ений; - соверше нствова ть технику с изменен ием направл ения движен ия; - определ ить уровень спортив ной подгото вки по двигате льным качеств ам; - органи зовать п/игру: «Весёл	Урок развива ющего контро ля	Выпол няют техник у низког о старта; - провод ят самост оятель но беговы е упраж нения на гибкос ть, прыгуч есть, быстро ту, силу, ловкос ть; - демонс триру ют бег с измене нием направ ления движе ния с задани ями («в парах»),	дост иже ния резу льта та, опре деля ть спос обы дейс твий в рам ках пред лож енн ых усло вий и треб ован ий, корр екти рова ть свои дейс твия в соот ветс твии с изм еня юще йся ситу ации	соц иаль ных нор м, прав ил пове ден ия, роле й и фор м соц иаль ной жиз ни в груп пах и сооб щес твах , вкл юча я взро слы е и соц иаль ные сооб щес тва; Фор мир ован ие	

				ый мяч»		с предметами, с грузом); -знают свой уровень спортивной подготовки и адекватно воспринимают оценку учителя	й; умение оценить правильность действий; - знают свой уровень спортивной подготовки и адекватно воспринимают оценку учителя	ценностей здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного поведения чрезвычайных ситуаций, угрожающих жизни и здоровью людей, прав
6	Техника среднего и низкого старта на 30 и 60 м Тесты ОФП: прыжок в длину с места	1		- продолжить учить технику разгона после старта в парах; - развивать гибкость, силу мышц рук и ног; - развивать внимание, быстроту и ловкость в игровых	Урок развивающего контроля	Демонстрируют технику у разгона после старта; - выполняют самостоятельную работу упражнения на укрепление мышц рук и ног; - демонстрируют технику	и её решения; Владают основными самонаблюдениями, в самооценке, приятии решений и осуществление	ценностей здорового и безопасного поведения чрезвычайных ситуаций, угрожающих жизни и здоровью людей, прав

				<p>упражнениях;</p> <p>- определить уровень физической подготовки;</p>		<p>у бега на 30 и 60 м;</p> <p>- включают внимание, быстроту и ловкость в игровых упражнениях;</p> <p>- знают нормы ГТО по возрасту;</p> <p>- адекватно воспринимают оценку учителя</p>	<p>осознанного выбора учебной и познавательной деятельности;</p> <p>Умеют работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе позиций и учета интересов</p>	<p>или поведения на транспорте и на дорогах;</p> <p>умение содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование, спортивную одежду, осуществлять их подготовку к занятиям и спортивным соревнованиям</p>
7	<p>Техника метания малого мяча способом «из – за плеча» с места в цель.</p> <p>Тесты ОФП: бег 60м.</p>	1	3-н	<p>-учить технике стойки и метанию способом «из – за плеча» в цель;</p> <p>- укреплять мышцы рук,</p>	Урок общедолгостроительной направленности	<p>Демонстрируют технику метания малого мяча способом «из – за плеча» с места в цель;</p> <p>-</p>	<p>разрешать конфликты на основе позиций и учета интересов</p>	<p>осуществлять их подготовку к занятиям и спортивным соревнованиям</p>

				<p>спины, груди;</p> <p>- развивать скоростно-силовые качества;</p> <p>- определить уровень физической подготовки в беге на 60 м.;</p> <p>- организовать п/и «Сбить цель»</p>		<p>проводить комплекс упражнений на группы мышц спины, рук, плеч;</p> <p>- включить скорость-силовые качества в метании, в игре;</p> <p>- знают свой уровень физической подготовки в беге на 60м;</p> <p>- проводит п/и среди сверстников, соблюдая правила игры</p>	<p>в;</p> <p>Умение формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение;</p> <p>Умение осознавать свои речевые средства в соответствии с задачей коммуникации, для выражения своих чувств</p>	<p>аниям;</p> <p>красивая (правильная) осанка, умение ее длительно сохранять при разнообразных формах движения и передвижений;</p> <p>хорошее телосложение, желание поддерживать его в рамках при</p>	
8	Техника метания малого	1		-учить технике стойки	Урок общепетодол	Демонстрируют	своих чувств	рамках при	

	<p>мяча способом «из – за плеча» с трёх шагов на дальность.</p>			<p>и метанию способом «из – за плеча» с места и с трёх шагов на дальность;</p> <p>- укреплять мышцы рук, спины, груди;</p> <p>- развивать скоростно-силовые качества;</p> <p>- организовать п/и «Сбить цель»</p>	<p>огической направленности</p>	<p>технику метания малого мяча способом «из – за плеча» с места и с трёх шагов на дальность;</p> <p>- проводить комплекс упражнений на группы мышц спины, рук, плеч;</p> <p>- включать скоростно-силовые качества в метании, в игре;</p> <p>- проводить п/и среди сверстников, соблюдая</p>	<p>тв, мыслей и потребностей, планирование и регулирование своей деятельности.</p> <p>Умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения</p>	<p>нормативов представлений посредством занятий физической культурой;</p> <p>культура движения, умение передвигаться красиво, легко и непринужденно;</p> <p>владение умениям осуществлять поиск</p>	
--	---	--	--	--	---------------------------------	---	---	---	--

						правил а игры	цесс е дост иже ния резу льта та, опре деля ть спос обы дейс твий в рам ках пред лож енн ых усло вий и треб ован ий, корр екти рова ть свои дейс твия в соот ветс твии с изм еня юще йся ситу аacie й; уме ние оце	инф орм аци и по воп роса м разв ития совр еме нны х оздо ров ител ьны х сист ем, обо бща ть, анал изир оват ь и твор ческ и при мен ять пол учен ные знан ия в сам осто ятел ьны х заня тиях физ ичес кой куль туро	
9	Кросс до 15 минут. Тесты ОФП: челночн ый бег 3 по 10м.	1		- соверше нствова ть технику дыхани я в упражн ениях разминк и и в движен ии; - укрепля ть мышцы ног, живота, спины; - определ ить уровень физичес кой подгото вки в беге с изменен ием направл ения движен ия;	Урок развива ющего контро ля	Выпол няют компле кс упраж нений на восста новлен ие дыхан ия; - выпол нять общеу крепля ющие упраж нения на мышц ы ног, живота , спины; - выпол нять длитель ный и равном ерный бег без перехо да на шаг; -знают свой уровен ь физиче ской подгот овки в беге 3			

						по 10м; - выполнять ускорение и набегание на финишной прямой ;	нивать правильно выполнять учебной задачи, собственн	й; владение умениям достаточно полно и точно формулировать цели и задачи совместных с другими детьми занятий физической культуры оздоровительно и спортивно оздоровительно й деятельности	
10	Техника прыжков в длину с 7 – 9 шагов разбега: разбег, толчок, приземление.	1	4-н	-учить технике прыжка в шаге; - совершенствовать технику отталкивания и приземления; - развивать скорость и силу в перемещении; - укреплять мышцы спины, ног; - совершенствовать технику спецбеговых	Урок обобщения и закрепления знаний по теме «Прыжки в длину с разбега»	Выполняют технику прыжка в шаге; - выполнять технику отталкивания и приземления; - демонстрировать технику прыжка в длину с 7 – 9 шагов разбега ; - выполнять скорость и	Владение умениями самостоятельно выполнять упражнения по теме «Прыжки в длину с разбега»	Владение умениями самостоятельно выполнять упражнения по теме «Прыжки в длину с разбега»	

				упражнений		силу в перемещении; - проводить комплексы упражнений на группы мышц спины, ног; - демонстрировать технику у спецбеговых упражнений;	ораторской и познавательной деятельностью; Умение организовать выдать учебное содружество и местную деятельность с учетом и совершить кампания; Умение работать индивидуально и в группах	остью, излагать их содержание; владение умениями оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, находить адекватные способы поведения и взаимодействия с партнерами во время учебной
11	Техника прыжков в длину с 7 – 9 шагов разбега. Многоскоки.	1		-учить технике прыжка в шаге; - совершенствовать технику отталкивания и приземления; - развивать скорость и силу в перемещении; -	Урок общедоголевой направленности	Выполняют технику прыжка в шаге; - выполняют технику отталкивания и приземления; - демонстрировать технику у	ную деятельность с учетом и совершить кампания; Умение работать индивидуально и в группах	, находить адекватные способы поведения и взаимодействия с партнерами во время учебной

				укреплять мышцы спины, ног; - совершенствовать технику спецбеговых упражнений		прыжка в длину с 7 – 9 шагов разбега; - выполнять скорость и силу в перемещении; - проводить комплексы упражнений на группы мышц спины, ног; - демонстрировать технику спецбеговых упражнений;	пе: находить ее решение и разрешать конфликты на основе позиций и учета интересов; Умение формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение; Умение осознавать и использовать	ной и игровой деятельности; ; владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений (ходьба, бег, прыжки, лазанья и др.) различных способами, в различных изменяющихся	
12	Техника встречной эстафеты на 30 м. Тесты ОФП: прыжки через	1		- повторить технику старта и старт. разгона; - развивать скорость	Урок развивающего контроля	Демонстрируют технику старта и старт. разгона; -	ть свое мнение; Умение осознавать и использовать	оба, в различных изменяющихся	

	скакалку за 1 мин.			<p>и силу в спец. беговых упражнениях;</p> <p>- обучить технике передач и эстафетной палочки при встречном перемещении;</p> <p>- совершенствовать технику эстафетного бега;</p> <p>- определить уровень физической подготовки в прыжках через скакалку за 1 мин.;</p>		<p>используют физические качества скорости и силу в спец. беговых упражнениях;</p> <p>- демонстрируют технику передачи эстафетной палочки и при встречном перемещении;</p> <p>- демонстрируют технику эстафетного бега;</p> <p>- знают свой уровень физической подготовки в прыжках</p>	<p>оват</p> <p>ь речевые средства в соответствии с задачей коммуникаций, для выражения своих чувств, мыслей и потребностей, планирования и регуляции своей деятельности;</p> <p>Владение способами</p>	<p>внешних условий.</p> <p>умение содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование, спортивную одежду, осуществлять их подготовку к занятиям и соревнованиям;</p> <p>красивая (правиль</p>	
--	--------------------	--	--	---	--	---	--	---	--

						через скакалку за 1 мин;	организации проведение	ная) осанка, умение ее длительно сохранять при различных формах движения и передвижений; хорошее телосложение, желание поддерживать его в рамках принятых норм и пред	
13	Техника круговой эстафеты на 300 м. Тесты ОФП: подтягивание на перекладине	1	5-н	- укреплять мышцы кистей рук; - упражнения с предметами (скакалка) на координацию и ловкость; - развивать скорость и силу в беговых упражнениях; - совершенствовать технику старта, разгона, передачи эстафеты;	Урок развивающего контроля	Проводят комплекс упражнений на мышцы кистей рук; - проводить упражнения с предметами; - демонстрировать физические качества в беге в парах; - демонстрировать технику передачи эстафеты в круговой эстафете; -	ния различных форм физического и упражнениями, их планировании и наплене содержаниями умениями выпонения двигательных действий и физических	ее длительно сохранять при различных формах движения и передвижений; хорошее телосложение, желание поддерживать его в рамках принятых норм и пред	

						организовать соревнования в парах	ких упражнений базовых видов спорта и оздоровительных физических культурой;	лений посредством занятий физической культурой;	
14	Тестирование общей физической подготовки в беге 500 и 1000 м	1		<ul style="list-style-type: none"> - совершенствовать технику дыхания в равномерном темпе в беге по дистанции; - совершенствовать технику работы рук и ног в беге по дистанции; - провести комплекс упражнений на восстановление дыхания 	Урок развивающего контроля	<p>Выполняют технику дыхания в равномерном темпе в беге по дистанции;</p> <p>- выполняют технику работы рук и ног в беге по дистанции;</p> <p>- проводят комплекс упражнений на восстановление дыхания после физической нагрузки</p>	<p>видов спорта и оздоровительных физических культурой;</p> <p>активно их исползовать и самостоятельно организовать эмоциональный спортивный оздоровительный и физкультурно-оздоровительный поиск информации по</p>	<p>культурой;</p> <p>культура движения, умение передвигаться красиво, легко и непринужденно;</p> <p>владение умениям осуществлять поиск информации по</p>	

15	Развитье скоростино-силовых качеств в эстафетном беге. Игра «Снайпер».	1		повторить технику старта и старт. разгона; - развивать скорость и силу в спец. беговых упражнениях; - организация и проведение п/игры	Урок рефлексии	Демонстрируют технику старта и старт. разгона; - используют физические качества скорости и силу в спец. беговых упражнениях; - демонстрируют технику эстафетного бега	ровительно деятельностии;	вопросам развития современных здоровьесберегающих систем, обобщать, анализировать и творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой;	
----	---	---	--	---	----------------	---	---------------------------	--	--

<u>5 класс - I четверть</u>																			
Знания о физической культуре – 2 ч., Спортивные игры - футбол – 10 ч.																			
16	Т.Б. на уроках спортивных игр - футбол. Краткая характеристика вида спорта - футбол. Техника перемещений игрока.	1	6-н	- проведи и беседу о ТБ на уроках спортивных играх; - рассказать о виде спорта – футбол; - разучить способы перемещения и ударов по мячу в игре футбол	Урок открытия нового знания	Знают правила ТБ и соблюдают их на уроках ФК; -знают игру футбол; - выполняют способы перемещения по площадке; - демонстрируют технику удара и остановки мяча	Понимают физические культуры как явления культуры, способны обустраивать развитие физической культуры и лично и коллективно	Владение знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности, соответстви их возрастным и половым нормативам	Физическая культура. 5 – 7 классы: учеб. для общеобразовательных учреждений/[М.Я. Виленский, И.М. Туровский, Т.Ю. Торочкова и др.]; под ред. М.Я. Виленского – 2-е изд. – М.: Просвещение, 2014. – 239 с.: ил. – ISBN 978-5-09-029648-9.										
17	Овладение техникой владения мячом.	1		- повторить технику способа перемещения	Урок обобщения и систематизации знаний	Выполняют способы перемещения на игровом	и мысленно, физических, психических												

				<p>игрока;</p> <p>- обучить технике удара и остановки мяча;</p> <p>- развивать физические качества ловкости, точности движений, быстроты;</p> <p>- укреплять мышцы рук и ног</p>	ти	<p>й</p> <p>площа</p> <p>дке;</p> <p>- демонстрируют технику удара и остановки мяча;</p> <p>- применяют физические качества в игровых упражнениях с мячом;</p> <p>- проводят комплекс упражнений на руки и ноги</p>	<p>хиче</p> <p>ских</p> <p>и</p> <p>нрав</p> <p>стве</p> <p>нны</p> <p>х</p> <p>каче</p> <p>ств;</p> <p>пон</p> <p>има</p> <p>ние</p> <p>физ</p> <p>ичес</p> <p>кой</p> <p>куль</p> <p>тур</p> <p>ы</p> <p>как</p> <p>сред</p> <p>ства</p> <p>орга</p> <p>низа</p> <p>ции</p> <p>здор</p> <p>овог</p> <p>о</p> <p>обра</p> <p>за</p> <p>жиз</p> <p>ни,</p> <p>про</p> <p>фил</p> <p>акти</p> <p>ки</p> <p>вред</p> <p>ных</p> <p>при</p> <p>выч</p> <p>ек и</p> <p>деви</p> <p>антн</p> <p>ого</p> <p>(отк</p> <p>лоня</p> <p>юще</p> <p>гося</p> <p>)</p> <p>пове</p> <p>ден</p>	<p>ива</p> <p>м;</p> <p>влад</p> <p>ение</p> <p>знан</p> <p>иям</p> <p>и и</p> <p>трен</p> <p>иро</p> <p>воч</p> <p>ной</p> <p>нап</p> <p>равл</p> <p>енн</p> <p>ости</p> <p>;</p> <p>сост</p> <p>авле</p> <p>ние</p> <p>соде</p> <p>ржа</p> <p>ния</p> <p>заня</p> <p>тий</p> <p>в</p> <p>соот</p> <p>ветс</p> <p>твии</p> <p>с</p> <p>собс</p> <p>твен</p> <p>ным</p> <p>и</p> <p>зада</p> <p>чам</p> <p>и,</p> <p>инд</p> <p>иви</p> <p>дуал</p> <p>ьны</p> <p>ми</p> <p>особ</p> <p>енн</p> <p>остя</p> <p>ми</p> <p>физ</p> <p>ичес</p> <p>кого</p> <p>разв</p> <p>ития</p>
18	Перемещения. Освоение ударов по мячу и остановок мяча.	1		<p>- совершенствовать технику способов перемещения игрока;</p> <p>- развива</p>	Урок общепедогогической направленности	<p>Демонстрируют технику способов перемещения игрока;</p> <p>- применять в</p>		

				<p>ть двигательные качества быстроты и точности движений;</p> <p>- обучить технике удара по мячу с места и остановка мяча;</p> <p>- укреплять мышцы голеностопа и рук;</p>		<p>игровых упражнениях быстро ту бега и точность движений в игре;</p> <p>- демонстрируют технику удара по мячу с места и остановка мяча;</p> <p>- проводят комплексы упражнений на мышцы голени стопы и рук</p>	<p>ия. бережно относятся к собственности.</p> <p>в здоровую и здоровую окружающую среду, проявление добродетельности и отзывчивости в процессе занятий физической культурой, игровой и соревновательной</p>	
19	<p>Знания о ФК:</p> <p>«ИСТОРИЯ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ.</p> <p>ЗАРОЖДЕНИЕ</p>	1	7-н	<p>- рассказать и показать о истории о/ игр;</p> <p>- просмотреть</p>	Урок открытия нового знания	<p>Знают историю предмета Физическая культура;</p> <p>-знают</p>	<p>ограниченные возможности и нарушения в</p>	<p>ической культурой, игровой и соревновательной</p>

	ОЛИМПИЙСКИХ ИГР ДРЕВНОСТИ».			видеофильм о традициях олимпийского спорта		традиции о/игр (ритуал о/игр);	состоят из здоровья; уважительное отношение к окружающим, проявление культуры взаимодействия, терпимости и толерантности в достижении общих целей; Умение соотносить свои действия	ьной деятельности; способность активно включаться в совместные физические культурно-оздоровительные и спортивные мероприятия, принимать участие в их организации и проведении; владение	
20	Техника игры: передача, остановка мяча ногой, набивание мяча до 15 р. Игра в футбол	1		<ul style="list-style-type: none"> - обучить технике остановки и передачи мяча в парах; - отработать технику отбивания мяча партнеру после набрасывания «щечкой», подъемом стопы; - укреплять мышцы голени и стопы и мышцы рук; - организовать игру в футбол 	Урок обобщающего характера по теме «История олимпийского движения»	<ul style="list-style-type: none"> Владеют техникой передачи мяча в игре футбол; - демонстрируют технику передачи мяча в игре футбол; - выполняют технику отбивания мяча партнеру после набрасывания «щечкой», подъемом стопы; - проводят 	<ul style="list-style-type: none"> Уважительное отношение к окружающим, проявление культуры взаимодействия, терпимости и толерантности в достижении общих целей; Умение соотносить свои действия 	<ul style="list-style-type: none"> Способность активно включаться в совместные физические культурно-оздоровительные и спортивные мероприятия, принимать участие в их организации и проведении; владение 	

						ят комплекс упражнений на мышцы голени стопы и мышцы верхней плечевой поясы	твия с планированием результатов, осуществление контроля своей деятельности в процессе достижения результатов, определение способов действий в рамках предельных условий и требований,	умение предупредить конфликтные ситуации и вовремя справиться с местными физическими культурами и спортом. умение содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование, спортивную оде
21	Техника ведения мяча, передачи, остановки и удары по воротам. Набивание мяча подъемом стопы.	1		<ul style="list-style-type: none"> - обучить технике ведения мяча; - совершенствовать технику остановки мяча; - обучить технике 11-метрового удара по воротам; - совершенствовать технику набивания мяча подъемом стопы и коленом 	Урок общетеоретической направленности	<ul style="list-style-type: none"> Демонстрируют технику ведения мяча; - выполняют технику остановки мяча; - демонстрируют технику у 11-метрового удара по воротам; - выполняют технику у 	<ul style="list-style-type: none"> Идеальности в процессе достижения результатов, определение способов действий в рамках предельных условий и требований, 	

				после набрасывания в парах		набивания мяча подъемом стопы и колени после набрасывания в парах	корректировать свои действия в соответствии с изменения	жду, осуществлять влять их подготовку к занятиям и спортивным	
22	Техника владения мячом и взаимодействие с игроком в передачах. Правила штрафного удара.	1	8-н	- совершенствовать технику владения мячом (ведение, передачи); -учить технике игры в паре в нападении; - рассказать о правилах назначения штрафного удара; - отрабатывать технику штрафного удара	Урок рефлексии	Демонстрируют технику игры в мяч; - выполняют упражнения в парах; - выполняют технику удара по воротам после передачи; -знают правила назначения штрафного удара; - выполняют	ющейся ситуации; умение оценить правильность выполнения упражнений; Владение основными	ым соревнованиям; красивая (правильная) осанка, умение ее длительно сохранять при различных формах движения и передвижений; хор	

						техник у штраф ного удара	и сам око нтро ля, в сам	оше е тело сло жен ие, жел ание	
23	Знания о ФК: «РОЛЬ ПЬЕРА ДЕ КУБЕР ТЕНА В СТАНО ВЛЕНИ И И РАЗВИ ТИИ ОЛИМ ПИЙСК ИХ ИГР СОВРЕ МЕНН ОСТИ».	1		- доклад ученико в по теме; - дать оценку выступл ению; - просмот р видеоф ильма и о истории о/и совреме нности	Урок открыт ия нового знания	Знают, кто такой Пьер де Куберт ен и его вклад в развит ие и станов лении о/и соврем енност и; - адекват но воспри нимаю т получе нную оценку ; -знают символ ику о/и	ооце нке, при няти й реш ени й и осу щес твле ние осоз нан ного выб ора учеб ной и позн ават ельн ой деят ельн ости ; Уме ние орга низ	жел ание под дер жив ать его в рам ках при нят ых нор м и пред став лен ий поср едст вом заня тий физ ичес кой куль туро й; куль тура	
24	Техника игры коленом и стопой.	1		- соверше нствова ть технику игры коленом и стопой по воротам ;	Урок общем етодол огичес кой направ леннос ти	Выпол няют техник у игры колено м и стопой по ворота м; - демонс	выв ать учеб ное сотр удн ичес тво и сов мест ную	дви жен ия, уме ние пере двиг аться я крас иво, легк	

				<p>- развивать скоростные и силовые качества в беговых упражнениях;</p> <p>- укреплять мышцы спины, живота и кистей рук;</p> <p>- дать оценку владения игрой коленом и стопой воротам</p>		<p>трируют перемещения в игре футбол;</p> <p>- проводят комплексы упражнений на мышцы спины, живота и кистей рук;</p> <p>- адекватно воспринимают оценку владения игрой коленом и стопой воротам</p>	<p>деятельность с учетом элементов и соревнований; Умение работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе позиций и учета интересов; Умение</p>	<p>о и непринужденно; владение умениям осуществлять работу поиск информации и вопросы развития современных оздоровительных систем, общаться, анализировать и творчески применять</p>	
25	Техника игры головой и грудью, остановка мяча. Игра в футбол	1	9-н	<p>- обучить технике игры головой в парах друг другу;</p> <p>- обучить</p>	Урок общестрологической направленности	Демонстрируют технику игры головой в парах друг другу;	Позиций и учета интересов; Умение	анализировать и творчески применять	

				<p>технике приема мяча на грудь в остановке;</p> <p>- совершенствовать технику остановки мяча прижатием стопы к полю и отведением стопы назад;</p> <p>- организовать игру в футбол</p>		<p>- выполняют игру - прием мяча на грудь в остановке;</p> <p>- демонстрируют технику остановки мяча прижатием стопы к полю и отведением стопы назад;</p> <p>- владеют диалогом в организации игры в футбол</p>	<p>формировать, аргументировать и отстаивать свое мнение; Умение осознавать и исполнять свои обязанности, соответствующие задаче команды;</p>	<p>полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой;</p> <p>владение умениями достаточно полно и точно оформлять цели и задачи совместных с другими детьми занятий физической культурой</p>
26	<p>Техника удара по высокому мячу в цель.</p> <p>Правила назначения углового</p>	1		<p>-учить технике удара по высокому мячу в парах по воротам ;</p>	Урок обобщающего характера по направлению	<p>Выполняют технику удара по высокому мячу в парах по</p>	<p>для выражения своих чувств, мыслей</p>	<p>ных с другими детьми занятий физической культурой</p>

	о удара.			<ul style="list-style-type: none"> - рассказа ть о правила х назначе ния угловог о удара; - отработ ывать технику угловог о удара; - соверше нствова ть технику приемо в игры в футбол 		<p>ворота м; -знают правил а назнач ения углово го удара; - выпол няют техник у углово го удара по мячу;</p>	<p>и потр ебно стей , пла нир ован ии и регу ляц ии свое й деят ельн ости ; Вла ден ие спос оба ми орга низа ции про веде ния разн ооб разн ых фор м физ ичес ким и упра жне ния ми, их пла нир ован ие и нап олне</p>	<p>турн о- оздо ров ител ьно й и спор тивн о- оздо ров ител ьно й деят ельн ость ю, изла гать их соде ржа ние; влад ение уме ние м оце нива ть ситу аци ю и опер атив но при ним ать реш ения , нахо дить адек ватн ые спос</p>
27	Техника приёмов игры в футбол: ногой, коленом, головой, набивание мяча. П/и: «Боулинг ногой!»	1		<ul style="list-style-type: none"> - соверше нствова ть технику приемо в игры: отбор мяча в парах; передач и мяча коленом друг другу; передач а высоког о мяча головой ; - отработ ать жонгли 	Урок рефлексии	<p>Владе ют приема ми игры в футбол : отбор мяча, переда чи мяча колено м, переда ча высоко го мяча голого й; - выпол няют набива ние</p>	<p>Владе ют приема ми игры в футбол : отбор мяча, переда чи мяча колено м, переда ча высоко го мяча голого й; - выпол няют набива ние</p>	<p>влад ение уме ние м оце нива ть ситу аци ю и опер атив но при ним ать реш ения , нахо дить адек ватн ые спос</p>

			<p>рование мяча в парах стопой и коленом ;</p> <p>- развивать скоростно-силовые качества в перемещении;</p> <p>- отработать технику точного удара в цель в игре: «Боулингом ногой!»</p>		<p>мяча голеном стопом ;</p> <p>- демонстрируют скоростно-силовые качества в атаке;</p> <p>- демонстрируют технику у точного удара в цель в игре: «Боулингом ногой!»</p>	<p>ние содержание; Владелец умения выполнения двигательных действий и физических упражнений базовых видов спорта и оздоровительных физических культурных мероприятий, акцивно их использовать и</p>	<p>обы поведения и взаимодействия с партнером во время учебной и игровой деятельности ;</p> <p>владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений (ходьба, бег, прыжки, лазанья и</p>	
--	--	--	---	--	--	---	---	--

							сам осто ятел ьно орга низу емо й спор тивн о- оздо ров ител ьно й и физ куль турн о- оздо ров ител ьно й деят ельн ости ;	др.) разл ичн ыми спос оба ми, в разл ичн ых изм еня ющ ихся вне шни х усло виях .	
--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

№ п/п	Разд ел, Тема	Кол- во часов	Дата	Содержа ние	Планируемые результаты				Учеб ные мате риал ы
				Виды деятельн ости обучающ ихся	Форма органи зации	Предметн ые	Ме тап ред мет ные	Личнос тные	
5 КЛАСС – II четверть									
Способы ФД – 1 ч., Гимнастика с основами акробатики – 12 ч.									

28	Т.Б. на уроке гимнастики. Строевые упражнения и передвижения в строю.	1		-разучить правила ТБ на уроках гимнастики; - рассказать о виде спорта – гимнастика; -обучить технике строевых упражнений; - развивать гибкость	Урок открытия нового знания	Применяют правила ТБ на уроках гимнастики; -знают вид спорта – гимнастика; - демонстрируют повороты на внимание и способы перестроения в 2 и в 3 шеренги; -проводят комплекс упражнений на гибкость	Умение самостоятельность но определить цель и своего обучения, ставить и формулировать новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей	Владение знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности, о соответствии их возрастным и половым нормативам; владение знаниями и тренировочной направленности, составлению содержания занятий в соответствии с собственными задачами, индивидуальными	Физическая культура. 5 – 7 классы: учеб. для общеобразоват. учреждений/[М.Я. Виленский, И.М. Туровский, Т.Ю. Торочкова и др.]; под ред. М.Я. Виленского – 2-е изд. – М.: Просвещение, 2014. – 239 с.: ил. – ISBN 978-5-09-029648-9.
29	Перестроения дроблением и сведением от 2х до 8-ми колонн.	1	10-н	-обучить способам перестроения из 1 колонны в 2-е; 4-е до 8-ми; -разучить комплекс упражнений с обручем на гибкость; - развивать коммуникативность в п/игре:	Урок общетодологической направленности	Демонстрируют технику перестроения из одной колонны в 4-е и 8-мь; -проводят комплекс упражнений с обручем на гибкость; -ведут диалог в проведении п/игры	Умение познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей	Владение знаниями и тренировочной направленности, составлению содержания занятий в соответствии с собственными задачами, индивидуальными	

				«Переправа в обручах»			познавательной деятельности; Умение самостоятельно планировать пути и достижения цели, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы	особенностями физического развития и физической подготовленности; способность управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой, игровой и соревновательной деятельности; способность активно включаться в совместные физкультурно-оздоров
30	Техника способов лазания по канату, гимнастической лестнице. П/игра: «Наперегонки с мячом»	1		- укреплять мышцы верхнего плечевого пояса и мышцы живота; -учить технике лазания по канату и гимнастической лестнице; - развивать координацию движений; - организовать п/и: «Наперегонки с мячом»	Урок общетодологического направления направленности	Демонстрируют технику лазания по канату, на гимнастической лестнице; -проводят комплекс упражнений на укреплении мышц рук; -проводят упражнения на координацию движений; - используют диалог в организации и проведении п/игры		
31	Способы ФД: <i>Подготовка к занятиям физической</i>	1		- соблюдение требований безопасности и гигиенические правила при подготов	Урок рефлексии	Подготовить места занятий в условиях помещения и на открытом воздухе, подбирать одежду и обувь в соответст		

	культуры			ке мест занятий, выборе инвентаря и одежды для проведения самостоятельных занятий оздоровительной ФК-рой;		вии с погодным и условиям и; -выявлять факторы нарушения техники безопасности при занятиях ФК-рой и своевременно их устранять; -отбирать состав упражнений для физкультуры-оздоровительных занятий, определять последовательность их выполнения и дозировку ;	ы решени я поз нав ател ьны х зада ч; Уме ние соо тно сит ь сво и дей ств ия с пла нир уем ым и рез ульт ата ми, осу щес твл ять кон троль сво ей дея тель нос ти в про цес се дос тиж ени	ительны е и спортив ные меропр иятия, приним ать участие в их организ ации и проведе нии; влдени е умение м предуп рждать конфли ктные ситуаци и во время совмест ных занятий физичес кой культур ой и спортом , разреша ть спорны е пробле мы на основе уважите льного и доброж елатель ного отноше ния к окружа	
32	Техника кувырка вперед: перекаты в группировке, равновесия с	1	11-н	-обучить технике группировке и перекаты в группировке; -обучить технике кувырка вперед из положения стоя,	Урок общетодологический направленности	Выполняют технику группировке и перекаты в группировке; -демонстрируют технику кувырка	контроль своей деятельности в процессе достижения		

	выходом в упор присев.			ноги врозь, упор присев; -разучить комплекс упражнений на гибкость с обручем		вперед из положения стоя, ноги врозь, упор присев; -проводят комплекс упражнений на гибкость с обручем	я результата, определяют способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректируют технику выполнения действий в соответствии с изменяющимися ситуациями	ющим; умение планировать режим дня, обеспечивать оптимальное сочетание нагрузки и отдыха; умение проводить туристские пешие походы, готовить снаряжение, организовывать и благоустраивать места стоянок, соблюдать правила безопасности; умение содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудо
33	Техника акробатических упраж- ж-й: ст. на лопатках, «мост» из положения стоя, кувырок вперед и назад .	1		- укреплять мышцы спины и ног; - развивать гибкость спины и ног; -обучить технике; стойки на лопатках - совершенствовать технику кувырка вперед; -обучить технике кувырка назад с выходом на прямые ноги назад и с выходом в упор присев;	Урок общетодологический направленности	Проводят комплекс упражнений на укрепление мышц спины и ног; -проводят упражнения на гибкость спины и ног; - выполняют технику стойки на лопатках; - демонстрируют технику кувырка вперед и назад с выходом в упор присев;	рамках предложенных условий и требований, корректируют технику выполнения действий в соответствии с изменяющимися ситуациями	отдыха; умение проводить туристские пешие походы, готовить снаряжение, организовывать и благоустраивать места стоянок, соблюдать правила безопасности; умение содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудо

34	Техника вис согнувшись и прогнувшись, поднимание прямых ног в висе (юноши). Техника смешанных висов ; подтягивание из виса лежа (девочки)	1		<p>-обучить технике вис согнувшись и прогнувшись;</p> <p>- укреплять мышцы живота и плечевого пояса;</p> <p>-обучить подводящим упражнениям подтягивания</p>	Урок общетодологический направленности	<p>Выполняют технику вис согнувшись и прогнувшись;</p>  <p><i>Рис. 147</i></p>  <p><i>Рис. 147</i></p>	ией; умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности	вание, спортивную одежду, осуществлять их подготовку к занятиям и спортивным соревнованиям; красивая (правильная) осанка, умение ее длительно сохранять при разнообразных формах движения и передвижений;	
35	Комплекс упражнений с набивным мячом (до 3 кг). Подъем с переворотом на перекладине с	1	12-н	<p>-разучить комплекс упражнений с набивным мячом (до 3 кг);</p> <p>-обучить технике выполнения подъем с переворотом на низкой перекладине;</p>	Урок развивающего контроля	<p>Выполняют комплекс упражнений с набивным мячом;</p> <p>- демонстрируют технику подъем с переворотом на низкой перекладине;</p>	ден ие основами самоконтроля, в самооценке, принятых решений	хорошее телосложение, желание поддерживать его в рамках принятых норм и представлений	посредс

	оттала киванием от земли.			<p>- развивать двигательные качества быстроты движения и координации;</p> <p>- оценить технику выполнения двигательного действия</p>		<p>- выполняю упражнения на развитие быстроты и координации движений ;</p> <p>- знают параметры оценки и адекватно воспринимают оценку учителя</p>	<p>и осуществлени е осознанно го выбора учебной и познавательной деятельности;</p>	<p>твом занятий физической культурой;</p> <p>культура движения, умение передвигаться красиво, легко и непринужденно;</p> <p>владение умением</p>	
36	Подъем с переворотом на перекладине с оттала киванием от земли.	1		<p>- обучить технике выполнения подъем с переворотом на низкой перекладине;</p> <p>- развивать двигательные качества быстроты движения и координации;</p> <p>- оценить технику выполнения двигательного</p>	Урок общетодологический направленности	<p>Демонстрируют технику подъем с переворотом на низкой перекладине;</p> <p>- выполняю упражнения на развитие быстроты и координации движений ;</p> <p>- знают параметры оценки и адекватно</p>	<p>Умение организовать работу учебноесотрудничеств о и совместно деять нос ть с учите лем и</p>	<p>осуществлять поиск информации по вопросам развития современных оздоровительных систем, обобщать, анализировать и творчески применять полученные знания</p>	

				действия		воспринимают оценку учителя	соверстниками	в самостоятельных занятиях	
37	Техника опорного прыжка через «козла» способом «согнув ноги»: отталкивание и приземление в равновесии	1		<p>-разучить комплекс упражнений на гибкость спины, верхнего плечевого пояса, ног;</p> <p>-учить технике разгона и отталкивания;</p> <p>-учить технике приземления на снаряд «согнув ноги»;</p> <p>-учить технике соскок прогнувшись;</p> <p>-оценить технику выполнения обучающихся</p>	Урок общетодологический направленности	<p>Выполняют комплекс упражнений на мышцы групп спины, рук, ног;</p> <p>- демонстрируют технику разгона и отталкивания;</p> <p>- демонстрируют технику приземления на снаряд «согнув ноги»;</p> <p>- демонстрируют технику соскок прогнувшись;</p> <p>- адекватно воспринимают оценку и знают параметры оценивания</p>	<p>;</p> <p>Умение работать индивидуально и в группе: находить общие решения и разрешать конфликты на основе позиций и учета интересов;</p> <p>Умение формулировать</p>	<p>х физической культурой;</p> <p>владение умением достаточно полно и точно формулировать цель и задачи совместных с другими детьми занятий физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельностью, излагать их содержание;</p> <p>владение умением оценивать</p>	

38	Техника опорного прыжка через «козла» способом «согнув ноги»: разбег, набегание на мост, приземление на снаряд, соскок прогнувшись.	1	13-н	<p>-разучить комплекс упражнений на гибкость спины, верхнего плечевого пояса, ног;</p> <p>-учить технике разгона и отталкивания;</p> <p>-учить технике приземления на снаряд «согнув ноги»;</p> <p>-учить технике соскок прогнувшись;</p> <p>-оценить технику выполнения обучающихся</p>	Урок общетодологический направленный	<p>Выполняют комплекс упражнений на мышцы групп спины, рук, ног;</p> <p>- демонстрируют технику разгона и отталкивания;</p> <p>- демонстрируют технику приземления на снаряд «согнув ноги»;</p> <p>- демонстрируют технику соскок прогнувшись;</p> <p>- адекватно воспринимают оценку и знают параметры оценивания</p>	, аргументировать и отстаивать свое мнение; Умение осознавать роль речевой среды в соответствии с задачей коммуникций, для выражения своих чувств, мыслей	<p>ситуацию и оперативно принимать решения, находить адекватные способы поведения и взаимодействия с партнерами во время учебной и игровой деятельности;</p> <p>владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений (ходьба, бег, прыжки, лазанья и др.) различными способами, в различн</p>	
39	Техника опорного прыжка	1		- укреплять мышцы груди и	Урок развивающего контроля	Выполняют комплекс упражнений			

	прыжка «ног и врозь»: имитация движений		живота; - развивать гибкость мышц ног; -учить технике постановке рук и ноги врозь над снарядом ; - совершенствовать технику приземления; -дать оценку выполнения техники опорного прыжка «ноги врозь»	ля	ий на мышцы груди и живота; - выполняю т упражнения на растяжку мышц ног; - демонстрируют технику отталкивания и приземления в прыжке «ноги врозь» -знают параметры оценок и адекватно воспринимают оценку	и пот реб нос тей, планирование и регуляция своей деятельности; Владение способ ами организации проведения различных	ых изменяющихся внешних условий.
40	Техника опорного прыжка «ног и врозь»	1	- укреплять мышцы груди и живота; - развивать гибкость мышц ног; -учить технике постановке рук и ноги	Урок рефлексии	Выполняют комплекс упражнений на мышцы груди и живота; - выполняю т упражнения на растяжку мышц	бра зных форм физического упражнениями , их планир	

				<p>врозь над снарядом ;</p> <p>- совершен ствовать технику приземле ния;</p> <p>-дать оценку выполнен ия техники опорного прыжка «ноги врозь»</p>		<p>ног;</p> <p>- демонстр ируют технику отталкива ния и приземле ния в прыжке «ноги врозь»</p> <p>-знают параметр ы оценок и адекватно восприни мают оценку</p>	<p>ова ние и нап олн ени е сод ерж ани ем;</p> <p>Вла ден ие уме ния ми вып олн ени я дви гате льн ых дей ств ий и физ иче ски х упр ажн ени й баз овы х вид ов спо рта и озд оро вит ель ной физ</p>	
--	--	--	--	---	--	---	---	--

						<p>иче ско й кул ьту ры, акт ивн о их исп оль зова ть и сам ост оят ель но орг ани зуе мой спо рти вно - озд оро вит ель ной и физ кул ьту рно - озд оро вит ель ной дея тель нос ти; Вла ден ие спо соб</p>		
--	--	--	--	--	--	--	--	--

							ами наб люд ени я за пок азат еля ми инд иви дуа льн ого здо ров ья, физ иче ско го разв ити я и физ иче ско й под гот овл енн ост и, вел ичи ной физ иче ски х наг руз ок, исп оль зова ние эти х пок		
--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

						<p>азат эле й и орг ани зац ии и про вед ени и сам ост оят ель ных фор м заня тий.</p> <p>вла ден ие кул ьту рой реч и, вед ени е диа лог а в доб рож елат ель ной и отк рыт ой фор ме, про явл</p>		
--	--	--	--	--	--	---	--	--

						<p>ени е к соб есе дни ку вни ман ия, инт ерес а и ува жен ия; вла ден ие уме ние м вест и дис кус сию , обс ужд ать сод ерж ани е и рез уль тат ы сов мес тно й дея тель нос ти, нах оди ть ком про</p>		
--	--	--	--	--	--	---	--	--

						<p>мис сы при при нят ии общ их реш ени й;</p> <p>вла ден ие уме ние м лог иче ски гра мот но изл агат ь, арг уме нти ров ать и обо сно выв ать соб стве нну ю точ ку зре ния, дов оди ть ее до соб есе</p>		
--	--	--	--	--	--	---	--	--

						дни ка; доб рос ове стн ое вып олн ени е уче бны х зада ний , осо зна нно е стре мле ние к осв оен ию нов ых зна ний и уме ний , кач еств енн о пов ыш аю щих рез уль тат ивн ость вып олн		
--	--	--	--	--	--	--	--	--

							ени я за да ний		
5 класс - II четверть									
Спортивные игры - волейбол – 8 ч.									
41	Инструктаж ТБ по волейболу. Стойки и передвижения в стойке волейболиста. Эстафеты, игровые упражнения.	1	14-н	Инструктаж Т/Б по волейболу. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Стойки игрока: перемещения в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед; ходьба, бег и выполнение заданий (сесть на пол, встать, подпрыгнуть, сделать перекат на спине и др.) Эстафеты, игровые упражнения.	Урок открытия нового знания	Знают и соблюдают инструктаж ТБ по спортивным играм в спортивном зале; -знают и соблюдают правила игры; - выполняют упражнения на развитие мелкой моторики мышц рук и верхнего плечевого пояса.	Владение культурой речи, ведение диалога в доброжелательной и открытой форме, проявление к уважен	Владение умения осуществлять поиск информации по вопросам развития современных информационных систем, обобщать, анализировать и творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой;	Физическая культура. 5 – 7 классы: учеб. для общеобразовательных учреждений/[М.Я. Виленский, И.М. Туровский, Т.Ю. Торочкова и др.]; под ред. М.Я. Виленского – 2-е изд. – М.: Просвещение, 2014. – 239 с.: ил. – ISBN 978-5-09-029648-9.
42	Приём и	1		Стойка игрока.	Урок обобщения	Выполняют			

	<p>перед ача сверху двумя руками на месте и после перемещения вперед в парах .</p>			<p>Передвижения в стойке Передача мяча двумя руками сверху на месте и после перемещения вперед. Передача мяча в стену: в движении, перемещаясь вправо, влево приставным шагом; П/и «Пасовка волейболистов».</p>	<p>тодологический направленности</p>	<p>технику приёма и передачи мяча с инструкцией; -знают правила игры</p>	<p>ия; владение умениями вести дискусию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности, излагать их содержание владением умениями оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, находить адекват</p>	
43	<p>Приём и передача мяча двумя руками сверху над собой и вперед. Встречные эстафеты. П/и</p>	1		<p>Стойка игрока. Передвижения в стойке. Передача мяча двумя руками сверху над собой и вперед. Встречные эстафеты . П/и «Летучий мяч»</p>	<p>Урок общетодологический направленности</p>	<p>Выполняют технику приёма и передачи мяча в парах; -знают правила игры и эстафет.</p>	<p>нос ти, находить комприсы припринятии общ их решени й; владен</p>	

	«Легучий мяч»;						ие умения многологически грамотно излагают, аргументировать и обосновывать собственные точки зрения, довести ее до себя ежедневно; владеют различными изменяющимися внешними условиями; владеют навыками
44	Приём мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. П/и: «Бомбардир»	1	15-н	Стойка игрока. Передвижения в стойке Передача мяча двумя руками сверху в парах. передача мяча в парах через сетку; Приём мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. П/и: «Бомбардир» П/и с элементами волейбола.	Урок общетодологический направленности	Выполняют технику приёма и передачи мяча снизу с инструкцией.	ные способности и взаимодействия с партнерами во время учебной и игровой деятельности; владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений (ходьба, бег, прыжки, лазанья и др.) различными способами, в различных изменяющихся внешних условиях; владение навыками
45	Правила и организация игры. Нижняя прямая подача. Игра	1		ОРУ. Специальные беговые упражнения. Передвижения в стойке Передача мяча двумя руками сверху в	Урок общетодологический направленности	Выполняют технику подачи с инструкцией. Знают правила игры в волейбол. Умеют организовывать	е едни ка; владение способамии организац и

	«Мяч над сеткой». Игра в мини-волейбол.			парах. Приём мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. Нижняя прямая подача с 3-6 м: подача мяча в стену; подача мяча в парах - через ширину площадк и с последующим приемом мяча; через сетку с расстояния 3 – 6 м. Подвижная игра «Подай и попади». Игра «Мяч над сеткой». Игра в мини-волейбол. Расстановка игроков.		свои действия во время игры.	проведения разнообразных физических упражнений различной функциональной направленности, технических действий базовых видов спорта.	
46	Терминология игры.	1		ОРУ. Нижняя прямая подача.	Урок общепедагогическо	Демонстрируют технику имитации	льных действий	

	<p>Прямой нападающий удар.</p> <p>П/и «По наземной мишенi».</p>			<p>Разбег, прыжок и отталкивание (шаги по разметке, длина разбега 2-4 м (3 шага); имитация замаха и удара кистью по мячу; бросок теннисного мяча через сетку в прыжке с разбега; прямой н/у после подбрасывания мяча партнером.</p> <p>Подвижные игры : «По наземной мишенi».</p> <p>Игра по упрощенным правилам .</p>	<p>й направленности</p>	<p>движений игры слева, справа;</p> <p>- выполняют технику нападающего удара в стойке игрока;</p> <p>демонстрировать технику подачи в игре</p>	<p>ий и физические упражнения из базовых видов спорта и оздоровительной физической культуры, активное их использование в самостоятельном организующем спортивно</p>	
47	<p>Техника прямого нападающего удара .</p> <p>Игра по</p>	1	16-н	<p>ОРУ. Специальные беговые упражнения. Передвижения в стойке Передача мяча</p>	<p>Урок общетехнический направленный</p>	<p>Выполняют правильно технические действия;</p> <p>знают правила игры в волейбол и игровые</p>	<p>остоятся организующем спортивно</p>	

	упрощённым правилам.		<p>двумя руками сверху в парах. Приём мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. Нижняя прямая подача с 3-6 м: подача мяча в стену; подача мяча в парах - через ширину площадки и с последующим приемом мяча; через сетку с расстояния 3 – 6 м. Подвижная игра «Подай и попади». Игра «Мяч над сеткой». Игра в мини-волейбол.</p> <p>Расстановка игроков на площадке</p>		комбинации.	<p>- оздоровительной и физкультурно - оздоровительной деятельности; владея способностями наблюдения за поведением индивидуального здоровья, физической скогоразвития и</p>		
--	----------------------	--	---	--	-------------	--	--	--

				.			физическо		
48	Тактика свободного нападения. Игровые упражнения с мячом	1		ОРУ на локальное развитие мышц туловища . Прием и передача. Нижняя подача мяча. Тактика свободного нападения. Броски набивного мяча из-за головы в парах. Игровые упражнения по совершенствованию технических приемов (ловля, передача, прием). Игра в мини-волейбол	Урок рефлексии	Выполняют технику двигательных действий; - выполняют технику свободного нападения и игровых действий.	ской подготовки, использования этих показателей в организации и проведении самостоятельных форм занятий физической культурой.		

№ п/п	Раздел, Тема	Кол- во часов	Дата	Содержа ние	Планируемые результаты				Учебные материалы
				Виды деятельн ости обучающ ихся	Фор ма органи зации	Предм етные	Мета предм етные	Личн остн ые	
5 КЛАСС – III четверть									
Лыжная подготовка – 18 ч.									
49	ТБ на уроках лыжной подготовки. Правила переноски и надевания лыж. Скользящий шаг.	1		ТБ на уроках лыжной подготовки. Температурный режим, одежда и обувь лыжника, подгонка лыжных креплений. Переноска и надевание лыж. ОРУ. Комплекс ФУ разминки на снегу. Выполнение стойки и передвижения на	Урок открытия нового знания	Научатся: -знают и соблюдают ТБ на уроках лыжной подготовки; - выполняют переноску и надевание лыж по правилам; - выполняют скользящий шаг в	Умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотив	Владение знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности, о соответствии их возрастным и половым	Физическая культура. 5 – 7 классы: учеб. для общеобразоват. учреждений/[М.Я. Виленский, И.М. Туровский, Т.Ю. Торочкова и др.]; под ред. М.Я. Виленского – 2-е изд. – М.: Просвещение, 2014. – 239 с.: ил. – ISBN 978-5-09-029648-9.

				лыжах скользящ им шагом		передв ижени и на лыжах	ы и интер есы своей позна ватель ной деятел ьност и; Умени е самос тоятел ьно плани ровать пути дости жения цели, в том числе альтер натив ные, осозна нно выбир ать наибо лее эффек тивны е способ ы решен ия позна ватель ных задач; Умени е соотн осить свои действ ия с	ым норм атива м; владе ние знани ями и трени ровоч ной напра вленн ости, соста влени ю содер жани я занят ий в соотв етств ии с собст венн ыми задач ами, индив идуал ьным и особе нност ями физи ческо го разви тия и физи ческо й подго товле нност и; способ
50	Скол льзящ ий шаг. Пово рот перес тупа нием.	1	17-н	Группова я работа по выполнен ию упражнен ий на лыжах; Изучение техники выполнен ия скользящ его шага; - выполнен ие техники поворото в переступ анием на месте	Урок обще метод ологи ческо й напра вленн ости	Науча тся: -знают правил а выпол нения ФУ размин ки и выпол няют самост оятель ную размин ку; - выпол няют техник у передв ижени й на лыжах	позна ватель ной деятел ьност и; Умени е самос тоятел ьно плани ровать пути дости жения цели, в том числе альтер натив ные, осозна нно выбир ать наибо лее эффек тивны е способ ы решен ия позна ватель ных задач; Умени е соотн осить свои действ ия с	ым норм атива м; владе ние знани ями и трени ровоч ной напра вленн ости, соста влени ю содер жани я занят ий в соотв етств ии с собст венн ыми задач ами, индив идуал ьным и особе нност ями физи ческо го разви тия и физи ческо й подго товле нност и; способ
51	Попе реме нный двух шажн ый ход. Разви тие выно слив ости	1		Группова я работа по выполнен ию специаль ных упражнен ий на лыжах; изучение техники выполнен ия попере нного двухшаж ного	Урок обще метод ологи ческо й напра вленн ости	Науча ться: -знают поняти е попере менног о двухш ажного хода; - выпол няют компле кс упраж	позна ватель ных задач; Умени е соотн осить свои действ ия с	ым норм атива м; владе ние знани ями и трени ровоч ной напра вленн ости, соста влени ю содер жани я занят ий в соотв етств ии с собст венн ыми задач ами, индив идуал ьным и особе нност ями физи ческо го разви тия и физи ческо й подго товле нност и; способ

				<p>хода;</p> <p>выполнение техники поворота в переступанием;</p> <p>корректировка техники выполнения изучаемых упражнений;</p> <p>проведение п/и на лыжах: «Вернись в круг»</p>		<p>нений на силовую выносливость в равномерном темпе;</p> <p>- выполняют техники у передвигания на лыжах;</p>	<p>планируемые результаты, осуществляют контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определяют способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;</p>	<p>способность управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой, игровой и соревновательной деятельности; способность активно включаться в совместные физкультурно-оздоровительные</p>	
52	<p>Попеременный двухшажный ход.</p> <p>Развитие выносливости.</p>	1		<p>Групповая работа по выполнению специальных упражнений на лыжах;</p> <p>Изучение техники выполнения попеременного двухшажного хода;</p> <p>техники выполнения поворота переступанием;</p> <p>Корректи</p>	<p>Урок общепедогогический направленности</p>	<p>Научатся:</p> <p>- выполняют комплекс специальных упражнений разминки на лыжах;</p> <p>- выполняют техники у попеременно двухшажного хода;</p> <p>-</p>	<p>бы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;</p>	<p>культуры, игровой и соревновательной деятельности; способность активно включаться в совместные физкультурно-оздоровительные</p>	

				<p>ровка выполнения изучаемых упражнений;</p> <p>Коллективное проведение п/игры на лыжах: «По следам»</p>		<p>выполняют специальные упражнения на выносливость: прохождение дистанции до 1000 м</p>	<p>е оценить правильно выполнение учебной задачи, собственные возможности её решения;</p> <p>Владение основами самоконтроля, самооценке, принятых решений и осуществление осознанного выбора учебной и познавательной деятельности;</p> <p>Умение органи</p>	<p>льные и спортивные мероприятия, принимать участие в их организации и проведении;</p> <p>владение умениями предотвращать конфликтные ситуации во время совместных занятий физической культурой и спортом, разрешать спорные</p>	
53	<p>Попеременный двухшажный ход.</p> <p>Прохождение дистанции до 1500 м</p>	1	18-н	<p>Групповая работа по выполнению специальных упражнений на лыжах;</p> <p>Изучение техники выполнения попеременного двухшажного хода; техники выполнения поворота переступанием;</p> <p>Корректировка выполнения изучаемых упражнений;</p>	<p>Урок развивающего контроля</p>	<p>Наука</p> <p>твья:</p> <p>- выполняют комплекс специальных упражнений разминки на лыжах;</p> <p>- выполняют технику попеременного двухшажного хода;</p> <p>- выполняют специальные упражнения на</p>	<p>решения;</p> <p>Владение основами самоконтроля, в самооценке, принятых решений и осуществление осознанного выбора учебной и познавательной деятельности;</p> <p>Умение органи</p>	<p>проведении;</p> <p>владение умениями предотвращать конфликтные ситуации во время совместных занятий физической культурой и спортом, разрешать спорные</p>	

				Коллективное проведение п/игры на лыжах: «Поднять предмет»		выносимость: прохождение дистанции до 1500 м	изовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками;	проблемы на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим;	
54	Одно временный бесшажный ход. Развитие выносливости.	1		Самостоятельная работа по выполнению комплекса специальной разминки на лыжах и специальных упражнений; - изучение техники одновременного бесшажного хода; - проведение в парах встречной эстафеты без палок	Урок общепедогогической направленности	Научаться: - организуют проведение комплекса специальной разминки на лыжах и специальных упражнений; - выполняют технику одновременно бесшажного хода; - организуют эстафету на лыжах	Умение работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе позиций и учета интересов; Умение формулировать,	умение планировать режим дня, обеспечивать оптимальное сочетание нагрузки и отдыха; умение проводить туристские пешие походы, готов	
55	Правила	1		Самостоятельное	Урок общепедогогической направленности	Организируют	лируют,		

	<p>безопасности на лыжах.</p> <p>Одновременный бесшажный ход.</p>			<p>выполнение комплекса упражнений разминки на лыжах, специальных упражнений;</p> <p>- повторение техники выполнения одновременного бесшажного хода;</p> <p>- проведение в парах встречной эстафеты без палок.</p>	<p>методологический направленный</p>	<p>самостоятельное выполнение комплекса специальной разминки на лыжах;</p> <p>-знают, как выполнять технику одновременно бесшажного хода;</p> <p>- организуют встречную эстафету способом без палок;</p> <p>-умеют выполнять технику падения на лыжах</p>	<p>аргументировать отстаивать свое мнение;</p> <p>Умение осознавать исполнять речевые средства в соответствии с задачей коммуникативной, для выражения своих чувств, мыслей и потребности, планирования и регуляции своей деятельности;</p> <p>Владеть</p>	<p>ить снаряжение, организовать и благоустроить место стоянок, соблюдать правила безопасности; умение содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование, спортивную одежду, осуществлять их подготовку</p>	
56	Одновременный бесшажный	1	19-н	Индивидуальная и парная работа с дидактическим	Урок рефлексии	Умеют работать с дидактическим	своей деятельностью; <p>Владе</p>		

	й ход. Разви тие выно слив ости			материал ам по выполнен ию комплекс а упражнений разминки на лыжах, специаль ных упражнений с лыжным и палками; -работа над ошибкам и выполнен ия техники одновремен ного бесшажн ого хода на лыжах; - прохождение дистанци и до 1000м.		матери алам парами по выпол нению компле кса упраж нений размин ки на лыжах, специа льных упраж нений с лыжны ми палкам и; - коррек тируют техник у выпол нения двигат ельног о действ ия друг друга	ние способ ами органи зации и прове дения разно образ ных форм физич еским и упраж нения ми, их плани рован ие и напол нение содер жание м; Владе ние умени ями выпол нения двигат ельны х действ ий и физич еских упраж нений базов ых видов спорта и оздор овите льной физич	занят иям и спорт ивным сорев нован иям; краси вая (прав ильна я) осанк а, умен ие ее длите льно сохра нять при разно образ ных форм ах движ ения и пере движ ений; хоро шее телос ложе ние, жела ние подде ржив ать его в рамка х приня тых норм и	
57	Одно времен ный двух шажн ый ход. Круг овая	1		Изучение комплекс а общеразв ивающих упражнений с лыжным и палками,	Урок разви вающ его контр оля	Знают правил а провед ения заняти й по лыжно й подгот	нений базов ых видов спорта и оздор овите льной физич	подде ржив ать его в рамка х приня тых норм и	

	эстафета.			специальных упражнений; - изучение техники выполнения одновременного двухшажного хода; - прохождение круговой эстафеты с этапом до 150 м.		овке, технику выполнения одновременно двухшажного хода; - знают правила и организуют соревнования по круговой эстафете с этапами до 150 м	еской культуры, активно их исполняют и используют самостоятельно организованные физкультурно-оздоровительные и физкультурно-оздоровительные деятельности;	представлений посредством занятий физической культурой; культура движения, умение передвигаться красиво, легко и непринужденно; владение умениями осуществлять поиск информации по вопросам развития современных оздоровительных
58	Одновременный двухшажный ход. Развитие выносливости. Зимние виды спорта.	1		Комплексное повторение общеразвивающих упражнений на лыжах; - самостоятельное проведение специальных упражнений на лыжах; - изучение техники	Урок общеметодической направленности	Знают зимние виды спорта на лыжах; - проводят общеразвивающие упражнения разминки на лыжах; - выполняют технику	и; Владение способами наблюдения за показателями индивидуального здоровья, физического развития и физической	нужно; владение умениями осуществлять поиск информации по вопросам развития современных оздоровительных

				выполнения одновременного		одновременного двухшажного хода;	подготовленности, величиной физических нагрузок, использование этих показателей и организации и проведении самостоятельных занятий физической культурой;	льных систем, обобщать, анализировать и творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой;	
59	Одновременный двухшажный ход. Развитие выносливости.	1	20-н	Индивидуальная и парная работа по выполнению специальных упражнений на лыжах; - прохождение дистанции и одновременным двухшажным ходом до 500 м;	Урок рефлексии	Выполняют парную работу специальных упражнений на лыжах; - выполняют технику одновременного двухшажного хода на дистанции 500 м	эских нагрузок, использование этих показателей и организации и проведении самостоятельных занятий физической культурой. владение культурой речи, ведение диалога в доброжелательной и открытой форме, проявление	льных систем, обобщать, анализировать и творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой; владение умением достаточно полно и точно формулировать цели и задачи и совместных с другими детьми	
60	Одновременный двухшажный ход. Лыжные гонки на 1000 м	1		Индивидуальная и парная работа по выполнению специальных упражнений на лыжах; - прохождение дистанции	Урок развивающего контроля	Выполняют парную работу специальных упражнений на лыжах; - выполняют технику	эских нагрузок, использование этих показателей и организации и проведении самостоятельных занятий физической культурой. владение культурой речи, ведение диалога в доброжелательной и открытой форме, проявление	льных систем, обобщать, анализировать и творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой; владение умением достаточно полно и точно формулировать цели и задачи и совместных с другими детьми	

				одновременным двухшажным ходом до 1000 м;		одновременного двухшажного хода на дистанции 1000 м	собеседнику внимания, интереса и уважения; владение умением вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности, находить компромиссы при принятии общих решений; владение умением логически грамотно излагать, аргументировать	и занятий физкультурно- оздоровительной и спортивно- оздоровительной деятельностью, излагать их содержание; владение умением оценить ситуацию и оперативно принимать решения, находить адекватные способы поведения и взаимодействия	
61	Одновременный двухшажный ход. Развитие выносливости и техники дыхания по дистанции.	1		индивидуальная и парная работа по выполнению специальных упражнений на лыжах; - выполнение контрольных заданий по алгоритму; - выполнение специальных упражнений с палками; -лыжные гонки до 1000 м	Урок рефлексии	Знают технику у одновременного двухшажного хода; -знают, какие ФУ развивают выносливость и силу; - выполняют технику на оценку ; - адекватно воспринимают оценку учителя	умением вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности, находить компромиссы при принятии общих решений; владение умением логически грамотно излагать, аргументировать	и занятий физкультурно- оздоровительной деятельностью, излагать их содержание; владение умением оценить ситуацию и оперативно принимать решения, находить адекватные способы поведения и взаимодействия	
62	Стойка лыжн	1	21-н	- изучение комплекса	Урок общего метода	Выполняют комплекс	умением вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности, находить компромиссы при принятии общих решений; владение умением логически грамотно излагать, аргументировать	и занятий физкультурно- оздоровительной деятельностью, излагать их содержание; владение умением оценить ситуацию и оперативно принимать решения, находить адекватные способы поведения и взаимодействия	

	ика на разн ых спуск ах. Подъ ем «лесе нкой ». Разви тие выно слив ости.			а упражнен ий с лыжным и палками; - отработк а техники стоек при передвиж ении на лыжах; - отработк а техники лыжных ходов; - отработк а техники спусков и подъемов ;	ологи ческо й напра вленн ости	кс упраж нений с лыжны ми палкам и; - выпол няют техник у стоек при передв ижени и на лыжах; - выпол няют техник у спуско в и подъем ов;	и обосн овыва ть собств енную точку зрени я, довод ить ее до собесе дника; добро совест ное выпол нение учебн ых задани й, осозна нное стрем ление к освое нию новых знани й и умени й, качест венно повы шающ их результ ативн ость выпол нения задани й; рацио нальн ое	с партн ерами во время учебн ой и игров ой деят ельнос ти; влде ние навы ками выпо лнени я жизн енно важн ых двига тельн ых умен ий (ходь ба, бег, прыж ки, лазан ья и др.) разли чным и спосо бами, в разли чных измен яющи хся внеш них услов
63	Виды стоек . Подъ ем ступа ющи м шаго м. Спус ки.	1	- изучение комплекс а упражнен ий с лыжным и палками; - отработк а техники стоек при передвиж ении на лыжах; - отработк а техники лыжных	Урок рефле ксии	Выпол няют компле кс упраж нений с лыжны ми палкам и; - выпол няют техник у стоек при передв ижени и на лыжах;	освое нию новых знани й и умени й, качест венно повы шающ их результ ативн ость выпол нения задани й; рацио нальн ое	освое нию новых знани й и умени й, качест венно повы шающ их результ ативн ость выпол нения задани й; рацио нальн ое	

				<p>ходов;</p> <ul style="list-style-type: none"> - отработка техники подъема ступающим шагом; 		<ul style="list-style-type: none"> - выполняют технику у лыжных ходов; - выполняют технику у подъема ступающим шагом; 	<p>планирование учебной деятельности.</p>	<p>иях; владение навыками выполнения разнообразных физических упражнений различной функциональной направленности.</p>
64	<p>Торможение упором, «плугом», падением в группировке.</p> <p>Развитие скоростных качеств на лыжах.</p>	1		<ul style="list-style-type: none"> - изучение специальных упражнений на лыжах в разминке; -учить технике торможения «плугом»; -учить технике торможения упором после скорости; - совершенствовать технику группировки и падения на бок 	Урок общепедагогической направленности	<p>Организуют специальные упражнения разминки на лыжах;</p> <ul style="list-style-type: none"> - выполняют технику у торможения «плугом» на спуске; - выполняют технику у торможения упором на дистанции 		

				после с места и после скорости.		300 м; - выполняют технику у падения в группировке на бок на месте и в движении			
65	Преодоление бугров и впадин. Развитие выносливости.	1	22-н	- изучение специальных упражнений на лыжах в разминке; -учить технике торможения «плугом»; -учить технике торможения упором после скорости; - совершенствовать технику группировки и падения на бок	Урок общей методологии направленнойности	Организуют специальные упражнения разминки на лыжах; - выполняют технику у торможения «плугом» на спуске; - выполняют технику у ступающего и скользящего шага по дистанции			

				после с места и после скорости.		ции 500 м;													
66	Непрерывное передвижение на лыжах до 1500-2000 м. Развитие выносливости.	1		Комплексное повторение общеразвивающих упражнений на лыжах; - самостоятельное проведение специальных упражнений на лыжах; - совершенствование техники скольжения по дистанции.	Урок развития его контроля	Знают, как выполняется техника передвижения на лыжах; - демонстрируют технику скольжения, поворотов и торможения по дистанции.													
5 класс - III четверть																			
Знания о физической культуре – 2 ч., Спортивные игры - Пинг-понг – 9 ч.																			
67	Т.Б. на уроках спортивных игр – наст. теннис.	1		- рассказать и прочесть инструктаж ТБ по спортивным и подвижным играм	Урок открытия нового знания	Знают и соблюдают инструктаж ТБ по спортивным и подвижным	Владение культурой речи, ведение диалога в доброжелат	Способность управлять своими эмоциями, проявлять											Физическая культура. 5 – 7 классы: учеб. для общеобразоват. учреждений/[М.Я. Виленский, И.М. Туровский, Т.Ю. Торочкова и др.]; под ред. М.Я. Виленского – 2-е изд. – М.:

	Правила игры. Техника подачи			<p>в спортивном зале;</p> <p>- рассказать о игре Пинг-Понг и правилах игры;</p> <p>- обучить технике подачи в игре;</p> <p>- развивать мелкую моторику мышц рук и верхнего плечевого пояса;</p>		<p>играм в спортивном зале;</p> <p>- знают и соблюдают правила игры;</p> <p>- выполняют технику подачи с инструкцией;</p> <p>- выполняют упражнения на развитие мелкой моторики мышц рук и верхнего плечевого пояса.</p>	<p>ельно и открытой форме , проявление к собеседнику внимания, интереса и уважения;</p> <p>владение умениями логически грамотно излагать, аргументировать и обосновывать собственную точку зрения, доводить ее до собеседника;</p> <p>добро</p> <p>совестное</p> <p>выполнение</p> <p>учебных</p>	<p>культуры общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой, игровой и соревновательной деятельности; способность активно включаться в совместные физкультурно-оздоровительные и спортивные мероприятия, принимают</p>	<p>Просвещение, 2014. – 239 с.: ил. – ISBN 978-5-09-029648-9.</p>
68	Техника игры подрезкой . Техника	1	23-н	<p>- совершенствовать технику стойки и перемещения в игре;</p>	Урок	Демонстрируют технику стойки и перемещения			

	подачи.			<p>-обучить технике игры подрезкой слева;</p> <p>- совершенствовать технику подачи;</p> <p>-учить технике нападающего удара в стойке игрока</p>	ости	<p>щения в игре;</p> <p>- выполняют техник у игры подрезкой слева;</p> <p>- выполняют техник у подачи ;</p> <p>- выполняют техник у нападающего удара в стойке игрока</p>	<p>заданий, осознанное стремление к освоению новых знаний и умений, качественно повышающих результативность выполнения задания;</p> <p>рациональное планирование учебного деятельности, умение организовать занятия и обеспечить их безопасность</p>	<p>ь участие в их организации и проведении;</p> <p>владение умениями предупреждать конфликты ситуации во время совместных занятий физической культуры и спортом, разрешать спорные проблемы на основе уважительного</p>
69	Техника подачи и нападающего удара	1		<p>- совершенствовать технику стойки и перемещения в игре;</p> <p>-обучить технике игры подрезкой слева;</p> <p>- совершенствовать технику подачи;</p> <p>-учить технике</p>	Урок общепедagogического направления	<p>Демонстрируют технику стойки и перемещения в игре;</p> <p>- выполняют техник у игры подрезкой слева;</p> <p>- выполняют</p>	<p>планирование учебного деятельности, умение организовать занятия и обеспечить их безопасность</p>	<p>занятий физической культуры и спортом, разрешать спорные проблемы на основе уважительного</p>

				нападающего удара в стойке игрока		<p>няют технику подачи ;</p> <p>- выполняют технику нападающего удара в стойке игрока</p>	;	и	
70	<p>Знания о ФК:</p> <p><i>Режим дня и его основное содержание и правила планирования..</i></p>	1		<p>Доклад о режиме дня. Утренняя зарядка и её влияние на работоспособность человека.</p> <p>Физкультминутки и их значение для профилактики утомления в условиях учебной деятельности.</p>	Урок открытия нового знания	<p>Научатся определять назначение физкультурно-оздоровительных занятий, их роль и значение в режиме дня;</p> <p>- использовать правила подбора и составления комплексов ФУ для физкультурно</p>	<p>Умение работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе позиций и учета интересов;</p> <p>Умение формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение;</p> <p>Умение осознанно испол</p>	<p>доброжелательные отношения как окружающим;</p> <p>умение планировать режим дня, обеспечивать оптимальное сочетание нагрузки и отдыха;</p> <p>соблюдать правила безопасности; умение содержать в порядке спортивный инв</p>	

						- оздоровительных занятий	ь речевые средства в соответствии с задачей коммуникативной, для выражения своих чувств, мыслей и потребностей, планирования и регуляции своей деятельности; Владение способами организации и проведения разнообразных форм физического и упраж	нтарь и оборудование, спортивную одежду, осуществлять их подготовку к занятиям и спортивным соревнованиям; красивая (правильная) осанка, умение ее длительно сохранять при различных формах движения и пере движ	
71	Техника игры подрезкой. Техника подачи накатом и способы приемов в игре.	1	24-н	- продолжить обучение технике игры подрезкой; -обучить технике подачи накатом в стойке; - отработать технику приема т/шарика после подачи; -оценить деятельность обучающихся в игре подрезкой	Урок развивающего контроля	Выполняют технику подрезкой в стойке игрока; - выполняют технику подачи накатом в стойке; - демонстрируют способности перемещения и технику приема т/шарика после подачи; -знают параметры оценки и адекватно воспри	с задачей коммуникативной, для выражения своих чувств, мыслей и потребностей, планирования и регуляции своей деятельности; Владение способами организации и проведения разнообразных форм физического и упраж	нтарь и оборудование, спортивную одежду, осуществлять их подготовку к занятиям и спортивным соревнованиям; красивая (правильная) осанка, умение ее длительно сохранять при различных формах движения и пере движ	

						нимаю т оценоч ную деятел ьность учител я	нения ми, их плани рован ие и напол нение содер жание	ений; хоро шее телос ложе ние, жела ние подд ержи вать его в рамк ах прин ятых норм и предс тавле ний посре дство м занят ий физи ческо й культ урой; культ ура движ ения, умен ие перед вигат ься краси во, легко и непр инуж денн о; владе
72	Техн ика игры подр езкой . Техн ика пода чи накат ом.	1		- продолж ить обучение технике игры подрезко й; -обучить технике подачи накатом в стойке; - отработа ть технику приема т/шарика после подачи; -оценить деятельн ость обучающ ихся в игре подрезко й	Урок обще метод ологи ческо й напра вленн ости	Выпол няют техник у игры подрез кой в стойке игрока; - выпол няют техник у подачи накато м в стойке; - демонс триру ют способ ы переме щения и техник у приема т/шари ка после подачи ; -знают параме тры оценки и адеква	м; Владе ние умени ями выпол нения двигат ельны х действ ий и физич еских упраж нений базов ых видов спорта и оздор овите льной физич еской культ уры, актив но их испол ьзovat ь и самос тоятел ьно organ изуем ой спорт ивно-	

						тно воспри нимаю т оценоч ную деятел ьность учител я	оздор овите льной и физку льтур но- оздор овите льной деятел ьност и;	ние умен ием осуш ествл ять поис к инфо рмац ии по вопр осам разви тия совре менн ых оздор овите льны х систе м, обоб щать, анал изир овать и творч ески прим енять полу ченн ые знани я в само стоят ельн ых занят иях физи ческо й культ урой;
73	Техн ика пода чи подр езкой справ а, слева . Прие м в игре.	1		- продолж ить обучение технике игры подрезко й; -обучить технике подачи накатом в стойке; - отработа ть технику приема т/шарика после подачи; -оценить деятельн ость обучающ ихся в игре подрезко й	Урок разви вающ его контр оля	Выпол няют техник у игры подрез кой в стойке игрока; - выпол няют техник у подачи накато м в стойке; - демонс триру ют способ ы переме щения и техник у приема т/шари ка после подачи ; -знают параме тры	Владе ние спосо бами наблю дения за показа телям и индив идуал ьного здоро вья, физич еского развит ия и физич еской подго товле нности и, велич иной физич еских нагруз ок, испол ьзован ие этих показа телей	

						оценки и адекватно воспринимают оценочную деятельность учителя	и организаци и проведении самостоятельных форм занятий. Умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенн	владение умениями достаточно полно и точно формулировать цели и задачи и совместно с другими детьми занятий физической культуры оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельностью, излагать их содержание; владе
74	Знания о ФК: <i>Физическое развитие человека</i>	1	25-н	Понятие о физическом развитии, характеристика его основных показателей. Осанка как показатель физического развития человека, основные его характеристики и параметры. Характеристика основных средств формирования и профилактики нарушений	Урок открытия нового знания	Научатся руководствоваться правилами профилактики и нарушений осанки, подберают и выполняют упражнения по профилактике её нарушения и коррекции	Умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенн	владение умениями достаточно полно и точно формулировать цели и задачи и совместно с другими детьми занятий физической культуры оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельностью, излагать их содержание; владе

				осанки. Правила составления комплексов упражнений.			ых условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией; умения оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, находить адекватные способы поведения и взаимодействия с партнерами во время учебной и игровой деятельности;
75	Техника подачи накатом. Нападающий удар в игре на счет	1		-обучить технике подачи накатом в стойке; -отработать технику приема т/шарика после подачи; -обучить технике нападающего удара в игре на счет;	Урок общепедогогический направленности	Выполняют технику подачи накатом в стойке; Выполняют технику приема т/шарика после подачи ; Выполняют технику нападающего удара на счет	Выполняют действия в соответствии с изменяющейся ситуацией; умеют оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности её решения;
76	Техника нападающего удара в игре наст. теннис. Подача «веер	1		- повторить имитацию движений игры слева, справа; -обучить технике нападающего	Урок общепедогогический направленности	Демонстрируют технику имитации движений игры слева, справа; -	

	» справ а в игре			удара в стойке игрока; - совершен ствовать технику подачи в игре		выпол нять техник у напада ющего удара в стойке игрока; - демонс триров ать техник у подачи в игре			
77	Техн ика игры двум я т/шар икам и. Игра на счет.	1	26-н	- совершен ствовать технику стойки игрока; - совершен ствовать технику подачи накатом в игре; -обучить технике игры двумя шарикам и; - развивать координа цию и зрительн ый контроль двух шариков; -	Урок рефле ксии	Демон стриру ют техник у стойки игрока; - выпол няют техник у подачи накато м в игре; - выпол няют техник у игры двумя шарик ами; - демонс триру ют способ			

				развивать синхронность и ритmicность движений		ности игрока: координацию и зрительный контроль двух шариков; - демонстрируют способности игрока: синхронность и ритmicность движений			
--	--	--	--	---	--	--	--	--	--

Плавание – 4 ч.

78	Правила техники безопасности при выполнении физических	1		Гигиенические правила занятий физическими упражнениями в бассейне.	Урок открытия нового знания	Знают правила поведения в бассейне и гигиенические меропр	Понимание физической культуры как явления культуры, спосо	Красивая (правильная) осанка, умение ее длительно сохра	
----	--	---	--	--	-----------------------------	---	---	---	--

	чески х упра жнений в плава тельн ом бассе йне					иятия.	бству ющег о развит ию целост ной лично сти челове ка,	нять при разно образ ных форм ах движ ения и пере движ ений;	
79	Упра жнения на вспл ывани е. Спос обы сколь жени я на воде.	1		Просмот р интернет передачи	Урок обще метод ологи ческо й напра вленн ости	Знают упраж нения на всплыв ание; -знают способ ы скольж ения на воде	сознан ия и мышл ения, физич еских, психи чески х и нравст венны х качест в;	хоро шее телос ложе ние, жела ние подде ржив ать его в рамка х	
80	Стил и плава ния. П/игр ы на воде с мячо м	1	27-н	Просмот р интернет передачи	Урок обще метод ологи ческо й напра вленн ости	Знают стили плаван ия: кроль на груди, спине, баттер фляй, брасс, дельфи н	ание здоро вья как важне йшего услов ия самор азвити я и самор еализа ции челове ка,	приня тых норм и предс тавле ний посре дство м занят ий физи ческо й культ урой;	
81	Техн ика ныря ния с тумб ы. Олим	1		Просмот р интернет передачи	Урок обще метод ологи ческо й напра вленн ости	Выпол няют подгот овител ьные упраж нения на суше;	расши ряющ его свобо ду выбор а профе ссион	культ ура движ ения, умен ие перед вигат	

	<p>пийские рекорды России</p>					<p>-знают технику ныряния с тумбы; -знают рекорды олимпийских спортсменов России</p>	<p>ально й деятельности и обеспечивающего долгую сохранность творческой активности; понимание физической культуры как средства организации здорового образа жизни , профилактики вредных привычек и девиантного (отклоняющегося) поведения.</p>	<p>вся красиво, легко и непри нужденно.</p>	
--	-------------------------------	--	--	--	--	--	---	---	--

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

№ п/п	Разд ел, Тема	Ко л- во ча со в	Дат а	Содержание	Планируемые результаты					У ч е б н ы е м а т е р и а л ь
					Виды деятельности обучающихся	Форма органи зации	Предметны е	Метап редмет ные	Личности ые	
<u>5 КЛАСС – IV четверть</u>										
Спортивные игры - Баскетбол – 9 ч.										
82	ТБ на уроках спор тивных игр – баске	1		-изучение инструкции по ТБ на занятиях спортивных игр – баскетбол; -знакомство с терминологией игры баскетбол;	Урок открыт ия нового знания	Знают и соблюдают инструктаж ТБ на уроках спортивных игр – б/ол; -знают	Умеют соотно сить свои действ ия с планир уемым и	Владение умением осуществл ять поиск информаци и по вопросам развития современн	Ф и з и ч е с к а	

	тбол. Стойки и передвижения игрока.			-проведение комплекса ФУ с б/мячом; -проведение специальных беговых упражнений; -повторение техники передвижений в защитной стойке;		терминологию игры баскетбол; -проводят комплекс упражнений с б/мячом; -выполняют спецбеговые упражнения в перемещении; -выполняют технику перемещений в защитной стойке;	результатами, осуществляют контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией; умение оценивать правильность выполнения	ых оздоровительных систем, обобщать, анализировать и творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой; владение умением достаточно полно и точно формулировать цель и задачи совместных с другими детьми занятий физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельностью, излагать их содержание; владение умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения,	я к у л ь т у р а. 5 — 7 к л а с с ы : у ч е б. д л я о б щ е о б р а з о в а т. У ч р е ж д е н и й /М
83	Стойки и передвижения игрока, повороты и остановки. Развитие координационных способностей.	1	28-н	-проведение комплекса ФУ с б/мячом; -проведение специальных беговых упражнений, бег с изменением направления движения и остановка по сигналу; -отработка техники стойки и передвижения игрока; -отработка техники остановки двумя ногами после ведения мяча, повороты в игре;	Урок общепедагогической направленности	Проводят комплекс упражнений с б/мячом; -выполняют спецбеговые упражнения в перемещении; -выполняют технику перемещений в защитной стойке; -выполняют технику остановки двумя ногами после ведения мяча, повороты в игре; -выполняют технику	действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией; умение оценивать правильность выполнения	ых оздоровительных систем, обобщать, анализировать и творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой; владение умением достаточно полно и точно формулировать цель и задачи совместных с другими детьми занятий физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельностью, излагать их содержание; владение умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения,	я к у л ь т у р а. 5 — 7 к л а с с ы : у ч е б. д л я о б щ е о б р а з о в а т. У ч р е ж д е н и й /М

						ведения мяча;	учебной задачи, собственные возможности её решения; Владеют основами самоконтроля, в самооценке, принятых решений и осуществления осознанного выбора учебной и познавательной деятельности;	находить адекватные способы поведения и взаимодействия с партнерами во время учебной и игровой деятельности; владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений (ходьба, бег, прыжки, лазанья и др.) различными способами, в различных изменяющихся внешних условиях; владение навыками выполнения разнообразных физических упражнений различной функциональности, технически	. . Я В и л е н с к и й, И . М . Т у р о в с к и й, Т . Ю . Т о р о ч к о в а и д р.]; п о д р е д. М . Я	
84	Правила игры в баскетбол. Стойки и передвижения игрока. Развитие быстроты и внимания в игре.	1		-проведение комплекса ФУ с б/мячом; -проведение специальных беговых упражнений, бег с изменением направления движения и остановка по сигналу; -отработка техники стойки и передвижения игрока; -отработка остановки «двумя шагами» после ловли мяча в движении	Урок рефлексии	Проводят комплекс упражнений с б/мячом; -выполняют спецбеговые упражнения в перемещении; -выполняют технику перемещений в защитной стойке; -выполняют технику остановки «двумя шагами» после ловли мяча в движении	Проводят комплекс упражнений с б/мячом; -выполняют спецбеговые упражнения в перемещении; -выполняют технику перемещений в защитной стойке; -выполняют технику	Учебной задачи, собственные возможности её решения; Владеют основами самоконтроля, в самооценке, принятых решений и осуществления осознанного выбора учебной и познавательной деятельности;	находить адекватные способы поведения и взаимодействия с партнерами во время учебной и игровой деятельности; владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений (ходьба, бег, прыжки, лазанья и др.) различными способами, в различных изменяющихся внешних условиях; владение навыками выполнения разнообразных физических упражнений различной функциональности, технически	. . Я В и л е н с к и й, И . М . Т у р о в с к и й, Т . Ю . Т о р о ч к о в а и д р.]; п о д р е д. М . Я
85	Ловля и передача мяча. Развитие координационных способностей.	1		-проведение комплекса ФУ с б/мячом; -проведение специальных беговых упражнений, бег с изменением направления движения и остановка по сигналу; -отработка техники стойки и передвижения игрока; -изучение техники ловли и	Урок общепедагогической направленности	Проводят комплекс упражнений с б/мячом; -выполняют спецбеговые упражнения в перемещении; -выполняют технику перемещений в защитной стойке; -выполняют технику	Проводят комплекс упражнений с б/мячом; -выполняют спецбеговые упражнения в перемещении; -выполняют технику перемещений в защитной стойке; -выполняют технику	Учебной задачи, собственные возможности её решения; Владеют основами самоконтроля, в самооценке, принятых решений и осуществления осознанного выбора учебной и познавательной деятельности;	находить адекватные способы поведения и взаимодействия с партнерами во время учебной и игровой деятельности; владение навыками выполнения разнообразных физических упражнений различной функциональности, технически	. . Я В и л е н с к и й, И . М . Т у р о в с к и й, Т . Ю . Т о р о ч к о в а и д р.]; п о д р е д. М . Я

				<p>передачи мяча различными способами;</p> <p>-отработка техники ловли и передачи мяча на месте и с шагом вперед (двумя руками от груди, с отскоком от пола, одной рукой от плеча) в парах</p>		<p>ловли и передачи мяча различными способами;</p> <p>-выполняют технику ловли и передачи мяча на месте и с шагом вперед (двумя руками от груди, с отскоком от пола, одной рукой от плеча) в парах;</p>	<p>разрешать конфликты на основе позиции и учета интересов;</p> <p>Умение формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение ;</p> <p>Умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации, для выражения своих чувств, мыслей и потреб</p>	<p>х действий базовых видов спорта, а также применения их в игровой и соревновательной деятельности.</p> <p>Владение знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности, о соответствии их возрастным и половым нормативам;</p> <p>владение знаниями и тренировочной направленности, составлению содержания занятий в соответствии с собственными задачами, индивиду</p>	<p>. В и л е н с к о г о – 2 -е и з д. – М.: П р о с в е щ е н и е, 2 0 1 4. – 2 3 9 с. : и л. – I S B N 9 7</p>
86	<p>Ведение мяча в игре баскетбол.</p> <p>Развитие скоростно-силовой подготовки на плечевой пояс.</p>	1	29-н	<p>-групповое выполнение комплекса ОРУ на осанку;</p> <p>- совершенствование и корректировка техники ловли и передачи мяча (ведение мяча в низкой, средней, высокой стойке:</p> <p>- с изменением направления движения и скорости;</p> <p>-ведение ведущей и не ведущей рукой);</p> <p>-учебная игра в б/ол;</p>	Урок общетехнологической направленности	<p>Проводят комплекс упражнений с б/мячом;</p> <p>-выполняют спецбеговые упражнения в перемещении;</p> <p>-выполняют технику перемещения в защитной стойке;</p> <p>-выполняют технику ведения ведущей и не ведущей рукой);</p>	<p>Умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации, для выражения своих чувств, мыслей и потреб</p>	<p>подготовленности, о соответствии их возрастным и половым нормативам;</p> <p>владение знаниями и тренировочной направленности, составлению содержания занятий в соответствии с собственными задачами, индивиду</p>	

87	Ведение мяча и перемещение игрока по площадке. Остановка в два шага.	1	<ul style="list-style-type: none"> -проведение комплекса ФУ с б/мячом; -проведение специальных беговых упражнений, бег с изменением направления движения и остановка по сигналу; -отработка техники стойки и передвижения игрока; -выполнение контрольных заданий по алгоритму; -учебная игра в б/ол; 	Урок развивающего контроля	<p>Проводят комплекс упражнений с б/мячом;</p> <ul style="list-style-type: none"> -выполняют спецбеговые упражнения в перемещении; -выполняют технику перемещений в защитной стойке; -знают нормативные показатели тестирования техники двигательных действий в игре баскетбол; -адекватно воспринимают оценку учителя; 	<p>ностей, планировании и регуляции своей деятельности.</p> <p>Владение основами самоконтроля, в самооценке, принятии решений и осуществлении осознанного выбора учебной и познавательной деятельности;</p>	<p>льными особенностями физического развития и физической подготовленности;</p> <p>способность управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой, игровой и соревновательной деятельности;</p> <p>способность активно включаться в совместные физкультурно-оздоровительные и спортивные мероприятия, принимать участие в их организации и проведении</p>	8 - 5 - 0 9 - 0 2 9 6 4 8 - 9.
88	Бросок мяча по кольцу.	1	<ul style="list-style-type: none"> -проведение комплекса ФУ с б/мячом; -проведение специальных беговых упражнений, бег с изменением направления движения и остановка по сигналу; -отработка техники стойки и передвижения игрока; -рассказать 	Урок общетехнологической направленности	<p>Проводят комплекс упражнений с б/мячом;</p> <ul style="list-style-type: none"> -выполняют спецбеговые упражнения в перемещении; -выполняют технику перемещений в защитной стойке; -знают 	<p>Умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность</p>	<p>Умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность</p>	

				<p>правила назначения штрафного броска по кольцу;</p> <p>-отработки техники броска по кольцу со штрафной линии</p>		<p>правила назначения штрафного броска;</p> <p>-выполняют технику броска мяча со штрафной линии;</p>	<p>с учителем и со сверстниками ;</p> <p>Владение культурой речи, ведение диалога в доброжелательной и открытой форме, проявление к собеседнику внимания, интереса и уважения;</p> <p>владение умением</p>	<p>и;</p> <p>владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время совместных занятий физической культурой и спортом, разрешать спорные проблемы на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим;</p>
89	Бросок мяча после атаки под кольцом.	1	30-н	<p>-проведение комплекса ФУ с б/мячом;</p> <p>-проведение специальных беговых упражнений, бег с изменением направления движения и остановка по сигналу;</p> <p>-отработка техники стойки и передвижения игрока;</p> <p>-отработка техники атаки и защиты в игре под кольцом 1:1</p>	Урок рефлексии	<p>Проводят комплекс упражнений с б/мячом;</p> <p>-выполняют спецбеговые упражнения в перемещении;</p> <p>-выполняют технику перемещений в защитной стойке;</p> <p>-выполняют технику игры в нападении и защиты под кольцом 1:1</p>	<p>логически грамотно излагать, аргументировать и обосновывать собственную точку</p>	
90	Бросок мяча в кольцо. Ведение мяча в перемещении.	1		<p>-проведение комплекса ФУ с б/мячом;</p> <p>-проведение специальных беговых упражнений, бег с изменением направления движения и остановка по сигналу;</p> <p>-отработка</p>	Урок развития навыков контроля	<p>Проводят комплекс упражнений с б/мячом;</p> <p>-выполняют спецбеговые упражнения в перемещении;</p> <p>-выполняют технику перемещени</p>	<p>логически грамотно излагать, аргументировать и обосновывать собственную точку</p>	

			<p>техники стойки и передвижения игрока;</p> <p>-выполняют технику контрольных упражнений двигательных действий в игре баскетбол:</p> <p>Бросок мяча в кольцо после ведения мяча по площадке в сочетании с остановкой двумя ногами.</p>		<p>й в защитной стойке;</p> <p>-знают нормативные показатели тестирования техники двигательных действий в игре баскетбол;</p> <p>-адекватно воспринимают оценку учителя;</p>	<p>зрения, доводить ее до собеседника;</p> <p>добросовестное выполнение учебных заданий, осознанное стремление к освоению новых знаний и умений, качественно повышающих результативность выполнения заданий;</p> <p>рациональное планирование учебной деятельности, умение организовывать места</p>	
--	--	--	---	--	--	---	--

						<p>заняти й и обеспе чивать их безопа сность;</p> <p>Умени е работа ть индиви дуальн о и в группе : находи ть общее решен ие и разреш ать конфл икты на основе позици й и учета интере сов;</p> <p>Умени е форму лирова ть, аргуме нтиров ать и отстаи вать свое мнение ;</p> <p>Умени е осозна</p>		
--	--	--	--	--	--	---	--	--

							но исполь зовать речевы е средст ва в соотве тствии с задаче й комму никаци й, для выраж ения своих чувств, мысле й и потреб ностей, планир овании и регуля ции своей деятел ьности ;		
--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

5 класс - IV четверть

Способы ФД – 1 ч., Легкая атлетика – 14 ч.

91	Т.Б. на урок е л/атл етик и. Техн ика уско рени я на 10 и 15 м.	1		-повторить ТБ на уроках л/а; - совершенст вова ть технику старта и стартового разгона; -развивать физические качества силы и быстроты; -	Урок открыт ия нового знания	Соблюдают технику безопасност и на уроках л/а; - демонстриро вать технику старта и стартового разгона; - демонстриро	Умеют самост оятель но опреде лять цели своего обучен ия, ставит ь и форму лирова	Воспитани е российской гражданск ой идентично сти: патриотиз ма, любви и уважения к Отечеству, чувства гордости за	Ф и з и ч е с к а я к у л ь
----	--	---	--	---	--	--	--	---	--

	ОПФ			совершенствовать технику финиширования		вать физические качества силы и быстроты в беговых упражнениях; -выполнять технику финиширования	ть новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности; Умеют самостоятельно планировать пути достижения цели, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения познавательных проблем;	свою Родину, прошлое и настоящее многонационального народа России; Формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира; Готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания; освоение социальных норм, правил поведения, ролей и	т у р а. 5 – 7 к л а с с ы : у ч е б. д л я о б щ е о б р а з о в а т. у ч р е ж д е н и й / М . Я . В и л
92	Бег с ускорением на 50 м. Правила финиширования. Игра в футбол.	1	31-н	- совершенствовать технику старта; -обучить технике спринтерского бега на 50 м; - совершенствовать технику финиширования в беге по парам; -развивать скорость и силу; - совершенствовать двигательные качества в игре	Урок рефлексии	Демонстрируют технику старта; -выполнять технику спринтерского бега на 50 м; - демонстрировать технику финиширования в беге; - демонстрировать физические качества силы и быстроты в беге и в игре;	Умеют самостоятельно планировать пути достижения цели, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения познавательных проблем;	Готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания; освоение социальных норм, правил поведения, ролей и	
93	Техника бега на 30 и 60 м. Развитие скоростных	1		провести обучающимся комплекс ФУ на гибкость; - совершенствовать технику старта, разгона, финиширования в беговых	Урок развития самоконтроля	Самостоятельно проводят комплекс ФУ на гибкость; - демонстрируют технику старта,	Умеют самостоятельно планировать пути достижения цели, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения познавательных проблем;	Готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания; освоение социальных норм, правил поведения, ролей и	

	о-сил ых кач ств.			упражнениях; -развивать коммуникативность в игре футбол;		разгона, финиширования; -ведут диалог в организации и проведении игры в футбол;	ательных задач; Умеют соотносить свои действия с планируемым и результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии	формально жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества; Формирование ценностей здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах; Владение знаниями об индивидуальных особенностях физического	е н с к и й, И . М . Т у р о в с к и й, Т . Ю . Т о р о ч к о в а и д р.]; п о д р е д. М . Я . В и л е н
94	Способы ФД: <i>Самонаблюдение и самоконтроль</i>	1		- самонаблюдение за индивидуальным физическим развитием по его основным показателям; - самостоятельное тестирование физических качеств; - самоконтроль за ЧСС во время занятий ФУ, определение режима физической нагрузки;	Урок открытия нового знания	Выявляют особенности в приросте показателей физического развития в течение учеб. года; - характеризовать величину нагрузки по показателю ЧСС; регистрировать (измерять) её разными способами	и результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии	Формирование ценностей здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах; Владение знаниями об индивидуальных особенностях физического	
95	Тестирование двигательных качеств в беге на 30 и 60 м. Игра в футбол	1	32-н	-определить уровень физической подготовки скоростных качеств у обучающихся на дистанции 30 и 60 м;	Урок развивающего контроля	Самостоятельно проводят комплекс ФУ на гибкость; - демонстрируют технику старта, разгона, финиширования; -ведут диалог в	и результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии	и на дорогах; Владение знаниями об индивидуальных особенностях физического	

	ол					организации и проведении игры в футбол; - знают параметры оценки и адекватно воспринимают оценочную деятельность учителя	с изменяющейся ситуацией; умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности её решения; Владеть основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора учебной и познавательной деятельности	о развития и физической подготовленности, о соответствии их возрастным и половым нормативам; владение знаниями и тренировочной направленности, составлению содержания занятий в соответствии с собственными задачами, индивидуальными особенностями физического развития и физической подготовленности; способность управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения и взаимодействия в	с к о г о — 2 -е и з д. — М : П р о с в е щ е н и е, 2 0 1 4. — 2 3 9 с. : и л. — I S B N 9 7 8 - 5 - 0 9
96	Овладение техникой прыжка с места.	1		-организовать проведение обучающимися проведения беговых упражнений разминки; - совершенствовать технику прыжка в длину с места; -определить скоростные и координационные способности в прыжке в длину с места	Урок общего дидактического направленности	Самостоятельно проводят разминку; - демонстрируют технику прыжка в длину с места; -выполняют скоростные и координационные способности в прыжке в длину с места; - знают параметры оценки и адекватно воспринимают оценочную деятельность учителя			

97	Техника челночного бега 3×10 м. Игра в футбол	1		<ul style="list-style-type: none"> - совершенствовать технику старта и стартового разгона; - совершенствовать технику бега с изменением направления движения; -развивать ловкость, быстроту, точность движений в беге; -развивать мелкую моторику с предметами; -определить скоростные и координационные способности в челночном беге 	Урок развивающего контроля	<ul style="list-style-type: none"> Демонстрируют технику старта и стартового разгона; - демонстрировать технику бега с изменением направления движения; - демонстрировать физические качества ловкости, быстроты и точности движений в беге; -выполнять упражнения с предметами на мышцы кистей рук; - знают параметры оценки и адекватно воспринимают оценочную деятельность учителя 	<ul style="list-style-type: none"> ; Умеют работать индивидуально и в группе ; находить общее решение и разрешать конфликты на основе позиций и учета интересов; Умение формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение ; Умение осознавать роль культуры и спорта, разрешать спорные проблемы на основе уважительного 	<ul style="list-style-type: none"> процессе занятий физической культурой, игровой и спортивной деятельностью; способность активно включаться в совместные физкультурно-оздоровительные и спортивные мероприятия, принимать участие в их организации и проведении; владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время совместных занятий физической культурой и спортом, разрешать спорные проблемы на основе уважительного 	- 0 2 9 6 4 8 - 9.
98	Тестирование обще	1	33-н	-развивать ловкость, быстроту, точность	Урок развивающего	Демонстрируют технику старта и стартового	средства в соотве	уважитель	

	й физи ческо й подг отов ки: пры жок в длин у с мест а; бег 3 по 10 м.			движений в беге; -развивать прыгучесть; -развивать мелкую моторику с предметами; -определить скоростные и координационные способности в челночном беге и в прыжках в длину с места	контро ля	разгона; - демонстрировать технику бега с изменением направления движения; - демонстрировать физические качества в беге, в прыжке; - самостоятельно организуют тестирование - знают параметры оценки и адекватно воспринимают оценочную деятельность учителя	тствии с задачей коммуникации, для выражения своих чувств, мыслей и потребностей, планировании и регуляции своей деятельности. Владение культурой речи, ведение диалога в доброжелательной и открытой форме, проявление к собеседнику внимания, интереса и уважения; владение	ного и доброжелательного отношения к окружающим; умение планировать режим дня, обеспечивать оптимальное сочетание нагрузки и отдыха; умение проводить туристские пешие походы, готовить снаряжение, организовывать и благоустраивать места стоянок, соблюдать правила безопасности; умение содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование, спортивную одежду, осуществлять их подготовку к занятиям
99	Техника метания малого мяча в цель и на дальность Игра	1		-провести комплекс упражнений на мышцы верхнего плечевого пояса; -обучить технике метания малого мяча в цель и на дальность; -развивать двигательные действия	Урок рефлексии	Самостоятельно проводить комплекс упражнений на мышцы верхнего плечевого пояса; - демонстрировать технику метания малого мяча	открытой форме, проявление к собеседнику внимания, интереса и уважения; владение	

	в футбол			<p>скорости движений и точности, силы кистей рук;</p> <p>- совершенствовать физические качества в игре футбол</p>		<p>в цель и на дальность;</p> <p>-показывать в двигательных действиях скорость, точность движений;</p> <p>-выполнять упражнения на силу кистей рук;</p> <p>- демонстрировать физические качества в игре футбол</p>	<p>ие умение логически грамотно излагать, аргументировать и обосновывать собственную точку зрения, доводить ее до собеседника;</p> <p>добросовестное выполнение учебных заданий, осознанное стремление к освоению новых знаний и умений, качественно повышающих результативность</p>	<p>и спортивными соревнованиям;</p> <p>красивая (правильная) осанка, умение ее длительно сохранять при разнообразных формах движения и передвижений;</p>
100	Техника круговой эстафеты на 300 м.	1		<p>-проведение подводящих упражнений на технику передачи эстафеты в круговой эстафете;</p> <p>-оценить деятельность обучающихся по организации и проведении физкультурной деятельности;</p> <p>-обучить технике бега в круговой эстафете;</p>	Урок общедоголевой направленности	<p>Проводят самостоятельную физкультурную деятельность (ФД) по составлению и проведению подводящих упражнений техники владения передачи эстафеты в круговой эстафете;</p> <p>-знают параметры оценки и адекватно воспринимают оценочную деятельность учителя;</p> <p>-выполняют</p>	<p>и добросовестное выполнение учебных заданий, осознанное стремление к освоению новых знаний и умений, качественно повышающих результативность</p>	

						<p>технику передачи эстафетной палочки;</p> <p>-выполняют технику старта, разгона и финиширования на дистанции</p>	<p>выполнения задания;</p> <p>рациональное планирование учебной деятельности,</p>		
101	<p>Техника равномерного бега до 10-15 минут.</p> <p>Игра в футбол</p>	1	34-н	<p>-организовать самостоятельную деятельность по проведению разминки на гибкость;</p> <p>-организовать самостоятельную деятельность по проведению беговых упражнений на мышцы рук и ног;</p> <p>- совершенствовать технику старта и стартового разгона;</p> <p>- совершенствовать технику финиширования на дистанции;</p> <p>-развивать выносливость, скорость, дыхательную систему организма по дистанции;</p> <p>-организовать самостоятельную деятельность по</p>	Урок развивающего контроля	<p>Самостоятельно проводить разминку на гибкость;</p> <p>- самостоятельно проводить беговые упражнения на мышцы рук и ног;</p> <p>- демонстрировать технику старта и стартового разгона;</p> <p>- демонстрировать физические качества выносливости и скорости по дистанции;</p> <p>- самостоятельно организуют свои команды по футболу и судят игру</p>	<p>умение организовывать места занятий и обеспечивать их безопасность;</p> <p>Умение работать индивидуально и в группе :</p> <p>находить общее решение и разрешать конфликты на основе позиций и учета интере</p>		

				формированию команд в игре футбол и судейство игры			сов; Умение формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение ; Умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации, для выражения своих чувств, мыслей и потребностей, планировании и регуляции своей деятельности ;		
102	Тесты ОФП : бег на 1000 м. Развитие специальной выносливости.	1		<p>-организовать самостоятельную деятельность по проведению разминки на гибкость;</p> <p>-организовать самостоятельную деятельность по проведению беговых упражнений на мышцы рук и ног;</p> <p>- совершенствовать технику старта и стартового разгона;</p> <p>- совершенствовать технику финиширования на дистанции;</p> <p>-развивать выносливость, скорость, дыхательную систему организма по дистанции;</p> <p>-определить уровень физической подготовки в беге на 1000 м</p>	Урок развивающего контроля	<p>Самостоятельно проводить разминку на гибкость;</p> <p>- самостоятельно проводить беговые упражнения на мышцы рук и ног;</p> <p>- демонстрировать технику старта и стартового разгона;</p> <p>- демонстрировать физические качества выносливости и скорости по дистанции;</p> <p>-знают нормативы физической подготовки и адекватно воспринимают оценочную деятельность учителя</p>			
103	Кроссовая подг	1		-организовать самостоятельную деятельность	Урок рефлекс	Выполняют самостоятельно беговые			

	<p>отовка. Преодоление полосы препятствий.</p> <p>Развитие силовых выносливости.</p>			<p>по проведению разминки на гибкость;</p> <p>-организовать самостоятельную деятельность по проведению беговых упражнений на мышцы рук и ног;</p> <p>- совершенствовать технику старта и стартового разгона;</p> <p>-развивать выносливость, скорость, дыхательную систему организма по дистанции;</p>	сии	<p>упражнения;</p> <p>- преодолевают полосу препятствий с использованием бега, ходьбы, прыжков, лазанья</p>	<p>умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности её решения;</p> <p>Владеть основами самоконтроля, в самооценке,</p>		
104	<p>Развитие скоростно-силовых качеств. Прыжок в высоту с разбега способом «перешагивание».</p>	1		<p>-организовать самостоятельную деятельность по проведению разминки на гибкость;</p> <p>-организовать самостоятельную деятельность по проведению беговых упражнений на мышцы рук и ног;</p> <p>-обучаются технике прыжка в высоту «перешагивание»;</p>	Урок общедоходической направленности	<p>Выполняют комплекс упражнений разминки в движении;</p> <p>-выполняют технику прыжка в высоту с разбега способом «перешагивание»;</p> <p>- корректируют технику выполнения двигательного действия друг друга;</p>	<p>принятый решенный и осуществление осознанного выбора учебной и познавательной деятельности;</p> <p>Умеют работать индивидуально</p>		

105	<p>Развитие скоростно-силовых качеств в прыжке в высоту с разбега.</p> <p>Эстафетный бег.</p>	1	35-н	<p>-организовать самостоятельную деятельность по проведению разминки на гибкость;</p> <p>-организовать самостоятельную деятельность по проведению беговых упражнений на мышцы рук и ног;</p> <p>-обучаются технике прыжка в высоту «перешагивание»;</p> <p>-проводят технику круговой эстафеты</p>	Урок рефлексии	<p>Выполняют комплекс упражнений разминки в движении;</p> <p>-выполняют технику прыжка в высоту с разбега способом «перешагивание»;</p> <p>-корректируют технику выполнения двигательного действия друг друга;</p> <p>-организуют проведение круговой эстафеты по стадиону.</p>	<p>о и в группе :</p> <p>находить общее решение и разрешать конфликты на основе позиций и учета интересов;</p> <p>Умение формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение ;</p> <p>Умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации, для</p>	
-----	---	---	------	--	----------------	---	---	--

						<p>выражения своих чувств, мыслей и потребностей, планировании и регуляции своей деятельности.</p> <p>Умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предло</p>		
--	--	--	--	--	--	---	--	--

							женны х услови й и требов аний, коррек тирова ть свои действ ия в соотве тствии с изменя ющейс я ситуац ией;		
--	--	--	--	--	--	--	--	--	--