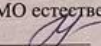


МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ


Департамент образования и науки Тюменской области

Упоровский район

МАОУ Суерская СОШ

РАСМОТРЕНО
МО естественно-научного цикла
 Шестакова Л.И.

Протокол № 4
от «21» июня 2022 г.

СОГЛАСОВАНО
Заместитель директора по УВР
 Герман В.П.



Польцман О.А.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного предмета

«Физическая культура»

Для 8 класса основного общего образования на 2022-2023 учебный год

Составитель: Дубровин Юрий Константинович
учитель физической культуры

с.Суерка 2022г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Примерная рабочая программа по физической культуре на уровне начального общего образования составлена на основе Требований к результатам освоения основной образовательной программы начального общего образования, представленных в Федеральном государственном образовательном стандарте начального общего образования, а также на основе характеристики планируемых результатов духовно-нравственного развития, воспитания и социализации обучающихся, представленной в Примерной программе воспитания (одобрено решением ФУМО от 02.06.2020 г.).

Данная программа по физической культуре основного общего образования разработана в соответствии с требованиями обновлённого Федерального государственного образовательного стандарта начального общего образования (ФГОС ООО), с учётом Примерной основной образовательной программы основного общего образования (ПООП ООО) и авторской учебной программы «Физическая культура. Предметная линия учебников В.И. Ляха» для 5-7 класса.

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

При создании рабочей программы учитывались потребности современного российского общества в физически крепком и дееспособном подрастающем поколении, способном активно включаться в разнообразные формы здорового образа жизни, умеющем использовать ценности физической культуры для самоопределения, саморазвития и самоактуализации. В рабочей программе нашли свои отражения объективно сложившиеся реалии современного социокультурного развития российского общества, условия деятельности образовательных организаций, возросшие требования родителей, учителей и методистов к совершенствованию содержания школьного образования, внедрению новых методик и технологий в учебно-воспитательный процесс.

В своей социально-ценностной ориентации рабочая программа сохраняет исторически сложившееся предназначение дисциплины «Физическая культура» в качестве средства подготовки учащихся к предстоящей жизнедеятельности, укрепления их здоровья, повышения функциональных и адаптивных возможностей систем организма, развития жизненно важных физических качеств.

Программа обеспечивает преемственность с Примерной рабочей программой начального среднего общего образования, предусматривает возможность активной подготовки учащихся к выполнению нормативов «Президентских состязаний» и «Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО».

ЦЕЛИ ИЗУЧЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

Общей целью школьного образования по физической культуре является формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха. В рабочей программе для 5 класса данная цель конкретизируется и связывается с формированием устойчивых мотивов и потребностей школьников в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических, психических и нравственных качеств, творческом использовании ценностей физической культуры в организации здорового образа жизни, регулярных занятиях двигательной деятельностью и спортом.

Развивающая направленность рабочей программы определяется вектором развития физических качеств и функциональных возможностей организма занимающихся, являющихся основой укрепления их здоровья, повышения надёжности и активности адаптивных процессов. Существенным достижением данной ориентации является приобретение школьниками знаний и умений в организации самостоятельных форм

занятий оздоровительной, спортивной и прикладно-ориентированной физической культурой, возможностью познания своих физических способностей и их целенаправленного развития.

Воспитывающее значение рабочей программы заключается в содействии активной социализации школьников на основе осмысления и понимания роли и значения мирового и российского олимпийского движения, приобщения к их культурным ценностям, истории и современному развитию. В число практических результатов данного направления входит формирование положительных навыков и умений в общении и взаимодействии со сверстниками и учителями физической культуры, организации совместной учебной и консультативной деятельности.

Центральной идеей конструирования учебного содержания и планируемых результатов образования в основной школе является воспитание целостной личности учащихся, обеспечение единства в развитии их физической, психической и социальной природы. Реализация этой идеи становится возможной на основе содержания учебной дисциплины «Физическая культура», которое представляется двигательной деятельностью с её базовыми компонентами: информационным (знания о физической культуре), операциональным (способы самостоятельной деятельности) и мотивационно-процессуальным (физическое совершенствование).

В целях усиления мотивационной составляющей учебного предмета, придания ей личностно значимого смысла, содержание рабочей программы представляется системой модулей, которые входят структурными компонентами в раздел «Физическое совершенствование».

Инвариантные модули включают в себя содержание базовых видов спорта: гимнастика, лёгкая атлетика, зимние виды спорта (на примере лыжной подготовки), спортивные игры, плавание. Данные модули в своём предметном содержании ориентируются на всестороннюю физическую подготовленность учащихся, освоение ими технических действий и физических упражнений, содействующих обогащению двигательного опыта.

Вариативные модули объединены в рабочей программе модулем «Спорт», содержание которого разрабатывается образовательной организацией на основе Примерных модульных программ по физической культуре для общеобразовательных организаций, рекомендуемых Министерством просвещения Российской Федерации. Основной содержательной направленностью вариативных модулей является подготовка учащихся к выполнению нормативных требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО, активное вовлечение их в соревновательную деятельность.

Исходя из интересов учащихся, традиций конкретного региона или образовательной организации, модуль «Спорт» может разрабатываться учителями физической культуры на основе содержания базовой физической подготовки, национальных видов спорта, современных оздоровительных систем. В настоящей рабочей программе в помощь учителям физической культуры в рамках данного модуля, представлено примерное содержание «Базовой физической подготовки».

МЕСТО УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

В 5-7 классах на изучение предмета отводится 2 часа в неделю, суммарно 68 часов; в 8-9 классах – 3 часа в неделю, суммарно – 102 часа.

Вариативные модули (не менее 1 часа в неделю) могут быть реализованы во внеурочной деятельности, в том числе в форме сетевого взаимодействия с организациями системы дополнительного образования детей.

При подготовке рабочей программы учитывались личностные и метапредметные результаты, зафиксированные в Федеральном государственном образовательном стандарте основного общего образования и в «Универсальном кодификаторе элементов содержания и требований к результатам освоения основной образовательной программы основного общего образования».

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

8 класс

Знания о физической культуре. Физическая культура в современном обществе: характеристика основных направлений и форм организации. Всестороннее и гармоничное физическое развитие. Адаптивная физическая культура, её история и социальная значимость.

Способы самостоятельной деятельности. Коррекция осанки и разработка индивидуальных планов занятий корригирующей гимнастикой. Коррекция избыточной массы тела и разработка индивидуальных планов занятий корригирующей гимнастикой. Составление планов-конспектов для самостоятельных занятий спортивной подготовкой. Способы учёта индивидуальных особенностей при составлении планов самостоятельных тренировочных занятий.

Физическое совершенствование. Физкультурно-оздоровительная деятельность. Профилактика перенапряжения систем организма средствами оздоровительной физической культуры: упражнения мышечной релаксации и регулирования вегетативной нервной системы, профилактики общего утомления и остроты зрения.

Спортивно-оздоровительная деятельность. Модуль «Гимнастика». Акробатическая комбинация из ранее освоенных упражнений силовой направленности, с увеличивающимся числом технических элементов в стойках, упорах, кувырках, прыжках (юноши).

Гимнастическая комбинация на гимнастическом бревне из ранее освоенных упражнений с увеличивающимся числом технических элементов в прыжках, поворотах и передвижениях (девушки). Гимнастическая комбинация на перекладине с включением ранее освоенных упражнений в упорах и висах (юноши). Гимнастическая комбинация на параллельных брусьях с включением упражнений в упоре на руках, кувырка вперёд и соскока (юноши). Вольные упражнения на базе ранее разученных акробатических упражнений и упражнений ритмической гимнастики (девушки).

Модуль «Лёгкая атлетика». Кроссовый бег; прыжок в длину с разбега способом «прогнувшись».

Правила проведения соревнований по сдаче норм комплекса ГТО. Самостоятельная подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО в беговых (бег на короткие и средние дистанции) и технических (прыжки и метание спортивного снаряда) дисциплинах лёгкой атлетики.

Модуль «Зимние виды спорта». Передвижение на лыжах одновременным бесшажным ходом; преодоление естественных препятствий на лыжах широким шагом, перешагиванием, перелазанием; торможение боковым скольжением при спуске на лыжах с пологого склона; переход с попеременного двухшажного хода на одновременный бесшажный ход и обратно; ранее разученные упражнения лыжной подготовки в передвижениях на лыжах, при спусках, подъёмах, торможении.

Модуль «Плавание». Старт прыжком с тумбочки при плавании кролем на груди; старт из воды толчком от стенки бассейна при плавании кролем на спине. Повороты при плавании кролем на груди и на спине. Проплыwanie учебных дистанций кролем на груди и на спине.

Модуль «Спортивные игры».

Баскетбол. Повороты туловища в правую и левую стороны с удержанием мяча двумя руками; передача мяча одной рукой от плеча и снизу; бросок мяча двумя и одной рукой в прыжке. Игровая деятельность по правилам с использованием ранее разученных технических приёмов.

Волейбол. Прямой нападающий удар; индивидуальное блокирование мяча в прыжке с места; тактические действия в защите и нападении. Игровая деятельность по правилам с использованием ранее разученных технических приёмов.

Футбол. Удар по мячу с разбега внутренней частью подъёма стопы; остановка мяча внутренней стороной стопы. Правила игры в мини-футбол; технические и тактические действия. Игровая деятельность по правилам мини-футбола с использованием ранее разученных технических приёмов (девушки). Игровая деятельность по правилам классического футбола с использованием ранее разученных технических приёмов (юноши).

Совершенствование техники ранее разученных гимнастических и акробатических упражнений, упражнений лёгкой атлетики и зимних видов спорта, технических действий спортивных игр.

Модуль «Спорт». Физическая подготовка к выполнению нормативов Комплекса ГТО с использованием средств базовой физической подготовки, видов спорта и оздоровительных систем физической культуры, национальных видов спорта, культурно-этнических игр.

ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

8 класс

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Готовность проявлять интерес к истории и развитию физической культуры и спорта в Российской Федерации, гордиться победами выдающихся отечественных спортсменов-олимпийцев;

готовность отстаивать символы Российской Федерации во время спортивных соревнований, уважать традиции и принципы современных Олимпийских игр и олимпийского движения;

готовность ориентироваться на моральные ценности и нормы межличностного взаимодействия при организации, планировании и проведении совместных занятий физической культурой и спортом, оздоровительных мероприятий в условиях активного отдыха и досуга;

готовность оценивать своё поведение и поступки во время проведения совместных занятий физической культурой, участия в спортивных мероприятиях и соревнованиях;

готовность оказывать первую медицинскую помощь при травмах и ушибах, соблюдать правила техники безопасности во время совместных занятий физической культурой и спортом;

стремление к физическому совершенствованию, формированию культуры движения и телосложения, самовыражению в избранном виде спорта;

готовность организовывать и проводить занятия физической культурой и спортом на основе научных представлений о закономерностях физического развития и физической подготовленности с учётом самостоятельных наблюдений за изменением их показателей;

осознание здоровья как базовой ценности человека, признание объективной необходимости в его укреплении и длительном сохранении посредством занятий физической культурой и спортом; осознание необходимости ведения здорового образа жизни как средства профилактики пагубного влияния вредных привычек на физическое, психическое и социальное здоровье человека;

способность адаптироваться к стрессовым ситуациям, осуществлять профилактические мероприятия по регулированию эмоциональных напряжений, активному восстановлению организма после значительных умственных и физических нагрузок;

готовность соблюдать правила безопасности во время занятий физической культурой и спортом, проводить гигиенические и профилактические мероприятия по организации мест занятий, выбору спортивного инвентаря и оборудования, спортивной одежды;

готовность соблюдать правила и требования к организации бивуака во время туристских походов, противостоять действиям и поступкам, приносящим вред окружающей среде;

освоение опыта взаимодействия со сверстниками, форм общения и поведения при выполнении учебных заданий на уроках физической культуры, игровой и соревновательной деятельности; повышение компетентности в организации самостоятельных занятий физической культурой, планировании их содержания и направленности в зависимости от индивидуальных интересов и потребностей;

формирование представлений об основных понятиях и терминах физического воспитания и спортивной тренировки, умений руководствоваться ими в познавательной и практической деятельности, общении со сверстниками, публичных выступлениях и дискуссиях.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Универсальные познавательные действия: проводить сравнение соревновательных упражнений Олимпийских игр древности и современных Олимпийских игр, выявлять их общность и различия;

осмысливать Олимпийскую хартию как основополагающий документ современного олимпийского движения, приводить примеры её гуманистической направленности;

анализировать влияние занятий физической культурой и спортом на воспитание положительных качеств личности, устанавливать возможность профилактики вредных привычек;

характеризовать туристские походы как форму активного отдыха, выявлять их целевое предназначение в сохранении и укреплении здоровья; руководствоваться требованиями техники безопасности во время передвижения по маршруту и организации бивуака;

устанавливать причинно-следственную связь между планированием режима дня и изменениями показателей работоспособности;

устанавливать связь негативного влияния нарушения осанки на состояние здоровья и выявлять причины нарушений, измерять индивидуальную форму и составлять комплексы упражнений по профилактике и коррекции выявляемых нарушений;

устанавливать причинно-следственную связь между уровнем развития физических качеств, состоянием здоровья и функциональными возможностями основных систем организма;

устанавливать причинно-следственную связь между качеством владения техникой физического упражнения и возможностью возникновения травм и ушибов во время самостоятельных занятий физической культурой и спортом;

устанавливать причинно-следственную связь между подготовкой мест занятий на открытых площадках и правилами предупреждения травматизма.

Универсальные коммуникативные действия:

выбирать, анализировать и систематизировать информацию из разных источников об образцах техники выполнения разучиваемых упражнений, правилах планирования самостоятельных занятий физической и технической подготовкой;

вести наблюдения за развитием физических качеств, сравнивать их показатели с данными возрастно-половых стандартов, составлять планы занятий на основе определённых правил и регулировать нагрузку по частоте пульса и внешним признакам утомления;

описывать и анализировать технику разучиваемого упражнения, выделять фазы и элементы движений, подбирать подготовительные упражнения и планировать последовательность решения задач обучения; оценивать эффективность обучения посредством сравнения с эталонным образцом;

наблюдать, анализировать и контролировать технику выполнения физических упражнений другими учащимися, сравнивать её с эталонным образцом, выявлять ошибки и предлагать способы их устранения;

изучать и коллективно обсуждать технику «иллюстративного образца» разучиваемого упражнения, рассматривать и моделировать появление ошибок, анализировать возможные причины их появления, выяснять способы их устранения.

Универсальные учебные регулятивные действия: составлять и выполнять индивидуальные комплексы физических упражнений с разной функциональной направленностью, выявлять особенности их воздействия на состояние организма, развитие его резервных возможностей с помощью процедур контроля и функциональных проб;

составлять и выполнять акробатические и гимнастические комплексы упражнений, самостоятельно разучивать сложно-координированные упражнения на спортивных снарядах;

активно взаимодействовать в условиях учебной и игровой деятельности, ориентироваться на указания учителя и правила игры при возникновении конфликтных и нестандартных ситуаций, признавать своё право и право других на ошибку, право на её совместное исправление;

разучивать и выполнять технические действия в игровых видах спорта, активно взаимодействуют при совместных тактических действиях в защите и нападении, терпимо относится к ошибкам игроков своей команды и команды соперников;

организовывать оказание первой помощи при травмах и ушибах во время самостоятельных занятий физической культурой и спортом, применять способы и приёмы помощи в зависимости от характера и признаков полученной травмы.

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

К концу обучения в 8 классе обучающийся научится:

проводить анализ основных направлений развития физической культуры в Российской Федерации, характеризовать содержание основных форм их организации;

анализировать понятие «всестороннее и гармоничное физическое развитие», раскрывать критерии и приводить примеры

устанавливать связь с наследственными факторами и занятиями физической культурой и спортом;

проводить занятия оздоровительной гимнастикой по коррекции индивидуальной формы осанки и избыточной массы тела;

составлять планы занятия спортивной тренировкой, определять их целевое содержание в соответствии с индивидуальными показателями развития основных физических качеств;

выполнять гимнастическую комбинацию на гимнастическом бревне из ранее освоенных упражнений с добавлением элементов акробатики и ритмической гимнастики (девочки);

выполнять комбинацию на параллельных брусьях с включением упражнений в упоре на руках, кувырка вперёд и соскока; наблюдать их выполнение другими учащимися и сравнивать с заданным образцом, анализировать ошибки и причины их появления, находить способы устранения (юноши); выполнять прыжок в длину с разбега способом «прогнувшись», наблюдать и анализировать технические особенности в выполнении другими учащимися, выявлять ошибки и предлагать способы устранения;

выполнять тестовые задания комплекса ГТО в беговых и технических легкоатлетических дисциплинах в соответствии с установленными требованиями к их технике; выполнять передвижение на лыжах одновременным бесшажным ходом; переход с попеременного двухшажного хода на одновременный бесшажный ход; преодоление естественных препятствий на лыжах широким шагом, перешагиванием, перелазанием бесснежных районов — имитация передвижения);

соблюдать правила безопасности в бассейне при выполнении плавательных упражнений; выполнять прыжки в воду со стартовой тумбы;

выполнять технические элементы плавания кролем на груди в согласовании с дыханием;

демонстрировать и использовать технические действия спортивных игр:

баскетбол (передача мяча одной рукой снизу и от плеча; бросок в корзину двумя и одной рукой в прыжке; тактические действия в защите и нападении; использование разученных технических и тактических действий в условиях игровой деятельности);

волейбол (прямой нападающий удар и индивидуальное блокирование мяча в прыжке с места; тактические действия в защите и нападении; использование разученных технических и тактических действий в условиях игровой деятельности);

футбол (удары по неподвижному, катящемуся и летящему мячу с разбега внутренней и внешней частью подъёма стопы; тактические действия игроков в нападении и защите; использование разученных технических и тактических действий в условиях игровой деятельности);

тренироваться в упражнениях общефизической и специальной физической подготовки с учётом индивидуальных и возрастно-половых особенностей.

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
8 класс
Количество часов: 102; в неделю 3 часа

Раздел . **Легкая атлетика - 12 часов.**

Реализация календарно-тематического плана обеспечивает освоение универсальных учебных действий:

Регулятивные:

- выполнять общеразвивающие и легкоатлетические упражнения на занятиях физической культурой;
- знать технику безопасности на школьном стадионе и спортивном зале на занятиях по легкой атлетике;
- уметь оказывать самопомощь и взаимопомощь при травмах.

Познавательные:

- демонстрировать вариативное выполнение специальных беговых и прыжковых упражнений;
- ознакомиться с техникой выполнения легкоатлетических упражнений в беге на короткие, средние и длинные дистанции; метании мяча с места в цель и с разбега на дальность; прыжках в длину с места, с разбега и в высоту; передачи эстафетной палочки в зоне передачи в командной эстафете;
- изучать и знать правила соревнований по легкой атлетике.

Коммуникативные:

- взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения общеразвивающих, легкоатлетических упражнений.
- сопереживать и поддерживать друг друга в соревнованиях, при выполнении легкоатлетических упражнений, тестов по физической культуре и нормативов при сдаче норм ГТО.

№ ур ока	Дата проведения		Тема урока	Кол- во часов	Развитие функциональной грамотности	Виды контроля	ЦОРы
	план	факт					
1			Инструктаж ТБ по физической культуре и легкой атлетике. Низкий старт. Стартовый разгон.	1	-Овладение технологиями современных оздоровительных систем физического воспитания. -Умение перенимать новое у спортсменов более высокого класса. -Умение оценить собственное физическое состояние по простым тестам и результатам самоконтроля.	Текущий	

2		Правила использования легкоатлетических упражнений для развития скоростных качеств Высокий старт. Бег с ускорением.	1	-Умение укреплять и восстанавливать здоровье с помощью физических упражнений и спорта, использовать оздоровительные силы природной среды, гигиенических факторов, отказ от вредных привычек и асоциального поведения. -Формирование знаний по составлению содержания занятий в соответствии с собственными задачами и индивидуальными особенностями развития.	Учетный	
3		Терминология спринтерского бега Эстафетный бег. Круговая эстафета.	1	- <i>Владение технологиями современных оздоровительных систем физического воспитания, владение простейшими приемами тренировки и релаксации.</i> - <i>Умение выполнять тестовые задания, определяющие индивидуальный уровень физической подготовленности.</i>	Текущий	
4.		Физическое качество-быстрота. Эстафетный бег Челночный бег3*10метров- на результат. Подготовка к сдаче норм ГТО.	1	-владеть способами проведения занятия по легкой атлетике; - формулировать и удерживать учебную задачу. -слушать собеседника, задавать вопросы, использовать речь; -выбирать действия в соответствии с задачей.		
5.		Правила соревнований в спринтерском беге. 60 метров – на результат. Подготовка к сдаче норм ГТО. Эстафеты	1	-владеть способами проведения занятия по легкой атлетике; -	.	

					<p>формулировать и удерживать учебную задачу.</p> <p>-слушать собеседника, задавать вопросы, использовать речь;</p> <p>-выбирать действия в соответствии с задачей</p>		
6.			Метание теннисного мяча на дальность отскока от стены, в цель Подвижная игра «Попади в мяч»	1	<p>-владеть широким арсеналом двигательных действий и физических упражнений из легкой атлетики;</p> <p>-адекватная мотивация учебной деятельности -определять общую цель и пути её достижения; - координировать и принимать различные позиции во взаимодействии.</p>	Учетный	
7			Метание мяча на дальность и на заданное расстояние. Подвижная игра«Кто дальше бросит»	1	<p>-задавать вопросы, управление коммуникацией. -определять общую цель и пути её достижения;</p> <p>-формулировать собственное мнение.</p>	Учетный	
8.			Правила соревнований в метаниях. Метание мяча на дальность. Упражнения с набивным мячом.	1	<p>-задавать вопросы, управление коммуникацией. -определять общую цель и пути её достижения;</p> <p>-формулировать собственное мнение.</p>	Текущий	
9.			Правила использования легкоатлетических упражнений для развития скоростно-силовых качеств. Прыжок в длину с 11-13ш	1	<p>-задавать вопросы, управление коммуникацией. -определять общую цель и пути её достижения;</p> <p>-формулировать собственное мнение.</p>	Учетный	

10		Правила выполнения домашних заданий по физической культуре. Прыжки в длину с разбега Прыжки с места-на результат. Подготовка к сдачи норм ГТО	1	-владеть широким арсеналом двигательных действий и физических упражнений из легкой атлетики; -адекватная мотивация учебной деятельности -определять общую цель и пути её достижения; - координировать и принимать различные позиции во взаимодействии.	Учетный	
11		Правила соревнований в прыжках в длину. Прыжок с 11-13 ш разбега -на результат	1	-владеть широким арсеналом двигательных действий и физических упражнений из легкой атлетики; -адекватная мотивация учебной деятельности -определять общую цель и пути её достижения; - координировать и принимать различные позиции во взаимодействии.	Учётный	
12		Правила использования легкоатлетических упражнений для развития скоростно-силовых качеств. Бег 1500 м.	1	-адекватная мотивация учебной деятельности -определять общую цель и пути её достижения;	Текущий	
13		Инструктаж по технике безопасности по кроссовой подготовке. Равномерный бег (до 7 минут)	1	-адекватная мотивация учебной деятельности; -формулировать учебную задачу. -определять, где применяются действия с мячом;	текущий	

14			Равномерный бег (до 8 минут)	1	-адекватная мотивация учебной деятельности -определять общую цель и пути её достижения;		
15			Равномерный бег (до 9 минут)	1	-адекватная мотивация учебной деятельности -определять общую цель и пути её достижения;		
16			Равномерный бег (до 10 минут)	1	-адекватная мотивация учебной деятельности -определять общую цель и пути её достижения;		

Раздел . Спортивные игры (баскетбол) – 8 часов.

Реализация календарно-тематического плана обеспечивает освоение универсальных учебных действий:

Регулятивные:

- выполнять общеразвивающие упражнения на занятиях подвижными и спортивными играми (баскетболом);
- знать технику безопасности на школьном стадионе и спортивном зале на занятиях по баскетболу и мини-баскетболу;
- уметь оказывать самопомощь и взаимопомощь при травмах.

Познавательные:

- демонстрировать вариативное выполнение стойки и передвижений, ведения мяча на месте и с изменением направления в движении, поворотов без мяча и с мячом, ловли и передачи двумя руками от груди на месте, в парах, в тройках и квадрате, бросков мяча в корзину;
- ознакомиться с техникой выполнения упражнений с баскетбольным мячом, правилами соревнований по баскетболу.

Коммуникативные:

- взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техники и тактики индивидуальной и командной игры в баскетбол;
- сопереживать и поддерживать друг друга, при выполнении упражнений с мячом и без мяча, тестов по физической культуре и нормативов по баскетболу.

№ урока	Дата проведения	Тема урока	Кол-во	Формирование функциональной грамотности	Виды контроля	ЦОРы
---------	-----------------	------------	--------	---	---------------	------

	план	факт		часов			
17.			ТБ на уроках спортивных игр (баскетбол). Сочетание приёмов передвижений и остановок. Ведение мяча с пасс сопротивлением и сопротивление на месте.	1	Анализировать эффективность спортивных игр. -контролировать и оценивать процесс и результат своей деятельности. -формулировать собственное мнение.	Текущий	
18			Правила баскетбола. Бросок двумя руками от головы с места. Передача двумя руками от груди на месте. Личная защита Учебная игра	1	Анализировать эффективность спортивных игр. -определять общую цель и пути её достижения; -выбирать более эффективные способы решения;	Текущий	
19			Бросок двумя руками от головы с места. Передача двумя руками от груди на месте. Личная защита Учебная игра	1	Анализировать эффективность спортивных игр. -контролировать и оценивать процесс и результат своей деятельности. -формулировать собственное мнение;	Текущий	
20			Терминология баскетбола. Ведение мяча с сопротивлением. Бросок одной рукой от плеча с/м. Передача мяча двумя руками от груди в движении парами с сопротивлением	1	-Анализировать эффективность спортивных игр. -понимать роль физической культуры, как средства организации здорового образа жизни,	Текущий	

					профилактики вредных привычек. -слушать собеседника, задавать вопросы, использовать речь; -контролировать и оценивать процесс и результат; -владеть арсеналом технических действий, применяя их в игровой деятельности.		
21 22			Передача одной рукой от плеча в движении в тройках с сопротивлением. Игровые задания. Учебная игра	2	-Способность проводить самостоятельные занятия -владеть широким арсеналом двигательных действий и физических упражнений; -применять установленные правила в деятельности;. -контролировать и оценивать процесс и результат своей деятельности	Текущий	
23 24			История баскетбола. Сочетание приёмов ведения, передачи, броска. Штрафной бросок. Учебная игра.	2	-ставить и формулировать проблемы, выбирать эффективные способы решения, обращаться за помощью. -выбирать более эффективные способы решения.	Текущий	

2 четверть 24 ч

Раздел 4. Гимнастика с элементами акробатики - 15часов.

Реализация календарно-тематического плана обеспечивает освоение универсальных учебных действий:

Регулятивные:

- выполнять строевые приемы на месте и в движении, построения и перестроения, общеразвивающие упражнения, комбинации, гимнастические упражнения на снарядах и без снарядов на занятиях гимнастикой и акробатикой;
 - знать технику безопасности в гимнастическом зале;
 - уметь оказывать страховку партнера при выполнении гимнастических упражнений, комбинаций, самопомощь и взаимопомощь при травмах.
- Познавательные:
- демонстрировать вариативное выполнение строевых упражнений, комплекса гимнастических упражнений, стоек, висов, опорных прыжков, лазаний по канату;
 - ознакомиться с техникой выполнения упражнений на снарядах и без снарядов, правилами соревнований по гимнастике.
- Коммуникативные:
- взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техники гимнастических упражнений;
 - сопереживать и поддерживать друг друга, при выполнении гимнастических упражнений, тестов по физической культуре и нормативов по гимнастике.

№ урока	Дата проведения		Тема урока	Кол-во часов	Формирование функциональной грамотности	Виды контроля	ЦОРы
	план	факт					
25			Инструктаж ТБ. Строевые упражнения. Из виса на подколенках через стойку на руках опускание в упор присев(М) Из упора на нижней жерди опускание вперед в вис присев(Д) . Эстафеты с обручем, мячом и скакалкой.	1	<ul style="list-style-type: none"> -Анализировать эффективность инструктажа по технике безопасности. -Способность проводить самостоятельные занятия по освоению техники акробатических и гимнастических упражнений. -владеть способами проведения занятия по гимнастике; -понимать роль здоровья, как важнейшего условия саморазвития и самореализации человека; -слушать собеседника, задавать вопросы, использовать речь; -контролировать и оценивать процесс и результат своей деятельности. 	Текущий	
26.			Страховка . Уборка снарядов. Подъём махом назад в сед ноги врозь(М), из виса присев на нижней жерди махом одной и толчком другой в вис прогнувшись с	1	<ul style="list-style-type: none"> -владеть широким арсеналом двигательных действий и 	Текущий	

			опорой на верхнюю жердь(Д) Эстафеты		<p>физических упражнений из гимнастики;</p> <p>-осваивать технику висов на согнутых руках и подтягивания из виса лежа;</p> <p>- владеть навыками виса и подтягивания, применяя их в игровой деятельности.</p>		
27.			Значение гимнастических упражнений для сохранения правильной осанки и развития силовых способностей. Подъём завесом вне(М), вис лёжа на нижней жерди, сед боком на нижней жерди, соскок(Д)	1	<p>-выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации.</p> <p>-самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.</p>	Текущий	
28.			Составление простейших комбинаций в висе Упражнения на гимнастической стенке, гимнастической скамейке	1	<p>-выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации.</p> <p>-определять общую цель и пути её достижения;</p> <p>-самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.</p>	Учетный	
29.			Упражнения для самостоятельной тренировки. Круговая тренировка.	1	<p>-выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации.</p> <p>-самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.</p>	Учетный	
30.			История Олимпийских игр. Комбинация из разученных элементов. Эстафеты	1	-использовать установленные правила в контроле способа решения.	Текущий	

					-договариваться о распределение функций и ролей в совместной деятельности.		
31.			Опорный прыжок «согнув ноги»(м)-козёл в длину, 110-115см; прыжок боком с поворотом на 90(д)(конь в ширину,110см) Упражнения на скакалке .Установка и уборка снарядов.	1	-ставить и формулировать проблему. -договариваться о распределение функций и ролей в совместной деятельности.	Текущий	
32.			Опорный прыжок «согнув ноги»(м)-козёл в длину, 110-115см; прыжок боком с поворотом на 90(д)(конь в ширину,110см) Упражнения на скакалке .	1	-вносить дополнения и изменения в план и способ действия в случае расхождения действия -контролировать процесс и результат деятельности.	Текущий	
33.			Опорный прыжок «согнув ноги»(м)-козёл в длину, 110-115см; прыжок боком с поворотом на 90(д)(конь в ширину,110см) Упражнения на скакалке .Эстафеты с г/обручем	1	-владеть способами наблюдения за выполнением упражнения; -ставить и формулировать проблему. -договариваться о распределение функций и ролей в совместной деятельности.	Текущий	
34.			Упражнения на снарядах Круговая тренировка. Поднимание туловища- на результат. Подготовка к сдаче норм ГТО.	1	-Способность проводить самостоятельные занятия. -вносить дополнения и изменения в план и способ действия в случае расхождения действия и его результат -контролировать процесс и результат деятельности; -владеть навыками преодоления препятствий, применяя их в игровой деятельности.	Текущий	

35.		Упражнения на снарядах.. Прыжки со скакалкой- а результат Эстафеты с использованием гимнастических упражнений и инвентаря.	1	-выполнять действия в соответствии с поставленной задачей. -определять общую цель и пути её достижения.	Учетный	
36		Упражнения на гимнастических снарядах. Опорный прыжок- на результат. Эстафеты с гимнастическими предметами. Спорт, каким он нужен миру. Гимнастическая полоса препятствий.	1	-владеть способами наблюдения за выполнением упражнения. -владеть навыками преодоления препятствий, применяя их в игровой деятельности.	текущий	
37.		Страховка и помощь во время занятий. Кувырок назад в упор стоя ноги врозь(м),Мост и поворот в упор стоя на одном колене(д) кувырок вперед, назад. Правильная осанка. Акробатическая комбинация .Гимнастическая полоса препятствий. Лазание по канату - на результат.	1	-владеть широким арсеналом двигательных действий и физических упражнений из гимнастики. -определять общую цель и пути её достижения.	текущий	
38.		Длинный кувырок, стойка на голове и руках(м),Мост и поворот в упор стоя на одном колене(д) кувырок вперед и назад . Лазание по канату и лестнице	1	-владеть способами наблюдения за выполнением упражнения. -владеть навыками преодоления препятствий, применяя их в эстафетах.	текущий	
39		Комбинации освоенных элементов. Лазанье по канату Челночный бег 3*10метров.	1	-выполнять действия в соответствии с поставленной задачей. -определять общую цель и пути её достижения.	Учетный	

Раздел . Спортивные игры -волейбол – 9 часов.

Реализация календарно-тематического плана обеспечивает освоение универсальных учебных действий:

Регулятивные:

- выполнять общеразвивающие и специальные прыжковые упражнения на занятиях подвижными и спортивными играми (волейболом);
- знать технику безопасности на школьном стадионе и спортивном зале на занятиях по волейболу и пионерболу;
- уметь оказывать самопомощь и взаимопомощь при травмах.

Познавательные:

- продемонстрировать вариативное выполнение стойки и передвижений, передачи мяча в парах, в тройках, через сетку; приемов мяча снизу и сверху; верхних и нижних подач мяча.
- ознакомиться с техникой выполнения упражнений с волейбольным мячом, правилами соревнований по волейболу.

Коммуникативные:

- взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техники и тактики индивидуальной и командной игры в волейбол;
- сопереживать и поддерживать друг друга, при выполнении упражнений с мячом, тестов по физической культуре и нормативов по волейболу.

№ урока	Дата проведения		Тема урока	Кол-во часов	Формирование функциональной грамотности	Виды контроля	ЦОРы
	план	факт					
40			Инструктаж Т/Б по волейболу. Стойки и передвижения в стойке. Передача мяча над собой во встречных колоннах. Игра по упрощенным правилам	1	<p>Анализировать эффективность спортивных игр.</p> <p>-Знать инструктаж по технике безопасности на уроках.</p> <p>-понимать роль физической культуры, как явления для развития личности, физических качеств;</p> <p>-формулировать и удерживать учебную задачу.</p> <p>-слушать собеседника, задавать вопросы, использовать речь;</p> <p>-выбирать действия в соответствии с задачей;</p> <p>.</p>	Текущий	
41.			Нижняя прямая подача, приём подачи. Игра по упрощенным правилам		<p>-Уметь выполнять специальные упражнения;</p> <p>-владеть широким арсеналом</p>	Текущий	

42				2	<p>двигательных действий и физических упражнений</p> <p>-формулировать и удерживать учебную задачу.</p> <p>-контролировать и оценивать процесс и результат своей деятельности;</p> <p>-владеть навыками взаимодействия двух игроков, применяя их в игровой деятельности</p>		
43			Терминология игры. Передача мяча над собой во встречных колоннах через сетку. Игра по упрощенным правилам	2	<p>-понимать роль физической культуры, как явления для развития личности, физических качеств;</p> <p>-координировать и принимать различные позиции во взаимодействии;</p>	Текущий	
44							
45			Физическая культура и её значение в формировании ЗОЖ. Верхняя передача мяча в парах через сетку.	1	<p>-понимать роль физической культуры, как явления для развития личности, физических качеств;</p> <p>- контролировать и оценивать процесс и результат своей деятельности;</p> <p>-владеть навыками взаимодействия двух игроков, применяя их в игровой деятельности</p>	Текущий	
46			Правила и организация игры. Прямой нападающий удар. Игра в мини-волейбол .	2	<p>-понимать роль физической культуры, как явления для развития личности, физических качеств;</p> <p>- контролировать и оценивать</p>	Учетный	

47					<p>процесс и результат своей деятельности;</p> <p>-владеть навыками взаимодействия двух игроков, применяя их в игровой деятельности</p>		
48			<p>Инструктаж по технике безопасности на уроках спортивных игр. Отбивание мяча кулаком через сетку</p> <p>Игра по упрощённым правилам</p>	1	<p>-понимать роль физической культуры, как явления для развития личности, физических качеств;</p> <p>--контролировать и оценивать процесс и результат своей деятельности;</p> <p>-владеть навыками взаимодействия двух игроков.</p> <p>--контролировать и оценивать процесс и результат своей деятельности;</p> <p>-владеть навыками взаимодействия двух игроков.</p>	текущий	

3 четверть 33 ч

Раздел . Лыжная подготовка - 21 часов.

Реализация календарно-тематического плана обеспечивает освоение универсальных учебных действий:

Регулятивные:

- выполнять строевые упражнения с лыжами и без лыж, общеразвивающие упражнения для разминки;
- знать технику безопасности на лыжном стадионе, на лыжной трассе, в лесу;
- уметь оказывать страховку партнера на занятиях лыжной подготовкой, самопомощь и взаимопомощь при отморожениях, травмах.

Познавательные:

- демонстрировать вариативное выполнение подбора лыжного инвентаря, лыжных ботинок, строевых упражнений с лыжами;
- ознакомиться с техникой лыжных ходов, подъемами, спусками, торможениями, поворотами, правилами соревнований по лыжным гонкам.

Коммуникативные:

- взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техники лыжных ходов, при выполнении подъемов в гору, спусков со склона, поворотах, торможениях;
- соперничать и поддерживать друг друга на соревнованиях по лыжным гонкам и лыжным эстафетам, при выполнении тестов по физической культуре и нормативов по лыжной подготовке.

№ урока	Дата проведения		Тема урока	Кол-во часов	Формирование функциональной грамотности	Виды контроля	ЦОРы
	план	факт					
49			.ТБ на уроках лыжной подготовки. Презентация:«Техника лыжных ходов». Попеременный двухшажный и одновременный бесшажный ходы Передвижение по дистанции – 1 км. Эстафета с передачей палок.	1	-понимать роль лыжной подготовки как активного двигательного действия; -проявлять культуру взаимодействия, терпимости, толерантности для достижения единых целей. -слушать собеседника, задавать вопросы; -умение содержать в порядке спортивный инвентарь, спортивную форму.	Текущий	
50			Правила самостоятельного выполнения упражнений и домашнего задания. Подъёмы «получелочка», «елочка». Преодоление бугров и впадин при спуске с горы.Прохождение дистанции до 1,5 км.	1	-адекватная мотивация учебной деятельности. -формулировать и удерживать учебную задачу;	Текущий	
51.			Оказание помощи при обморожениях и травмах.Одновременный одношажный ход(стартовый вариант) Круговая эстафета	1	-владеть широким арсеналом двигательных действий и физических упражнений из лыжной подготовки.	Текущий	
52			Виды лыжного спорта. Торможение и поворот «плугом» Подъём в гору скользящим шагом.	1	-адекватная мотивация учебной	Текущий	

			Дистанция 2 км Эстафеты с передачей палок		<p>деятельности.</p> <p>-формулировать и удерживать учебную задачу;</p>		
53			Влияние занятий лыжной подготовкой на укрепление здоровья. Согласованное движение рук и ног в одновременном одношажном. Лыжные гонки – 1 км. Эстафета с передачей палок	1	-владеть широким арсеналом двигательных действий и физических упражнений из лыжной подготовки.	Текущий	
54			Согласованное движение рук и ног в одновременном двухшажном коньковом ходе на лыже под уклон. Одновременный одношажный, бесшажный ход. Подъём в гору скользящим шагом . Дистанция 2 км. Подъём в гору скользящим шагом	1	<p>-адекватная мотивация учебной деятельности.</p> <p>-формулировать и удерживать учебную задачу;</p>	Текущий	
55			Режим и питание лыжника Постановка палок на снег, приложение усилий при отталкивании руками в коньковом ходе. Игра«Как по часам»	1	<p>-знать значение лыжного спорта для поддержания работоспособности.</p> <p>-адекватная мотивация учебной деятельности.</p>	Текущий	
56.			Самоконтроль. Коньковый ход. Торможение и поворот «плугом». Дистанция 3 км Игра «Остановка рывком»	1	<p>-адекватная мотивация учебной деятельности.</p> <p>-формулировать и удерживать учебную задачу;</p>	Текущий	
57			Применение лыжных мазей. Коньковый ход. Прохождение дистанции до 4 км.« Биатлон ».	1	<p>-владеть широким арсеналом двигательных действий и физических упражнений из лыжной подготовки.</p> <p>-формулировать и удерживать учебную задачу;</p>	Текущий	

58.			Подъёмы и спуски Эстафеты с прохождением в ворота.	1	-владеть широким арсеналом двигательных действий и физических упражнений из лыжной подготовки. -формулировать и удерживать учебную задачу;	Текущий	
59			Дистанция 2 км (д), 3км (м) на результат(классический ход).	1	-проявлять культуру взаимодействия, терпимости для достижения единых целей. -владеть навыками выполнения лыжных ходов в соревновательной деятельности.	Учетный	
60			Дистанция 2 км (д), 3км (м) . Коньковый ход.. Игра «Гонки с выбыванием»	1	-владеть широким арсеналом двигательных действий и физических упражнений из лыжной подготовки. -формулировать учебную задачу; -владеть арсеналом технических действий, применяя их в лыжной подготовке.	Текущий	
61			Одновременный одношажный ход (У). Эстафеты. Игры на склоне.	1	-адекватная мотивация учебной деятельности. -формулировать и удерживать учебную задачу;	Учетный	
62			Прохождение дистанции с правильным применением изученных ходов. Игра «Карельская гонка»	1	-адекватная мотивация учебной деятельности. -формулировать и удерживать учебную задачу;	Текущий	

63			Переходы с одного хода на другой Подъемы, спуски, повороты в катание с горок. Игра «Смелее с горки».	1	-владеть широким арсеналом двигательных действий упражнений из лыжной подготовки. -осваивать технику передвижения лыжными ходами, устраняя типичные ошибки.	Учетный	
64			Переход с хода на ход в зависимости от дистанции Повороты переступанием, на месте махом.	2	владеть широким арсеналом двигательных действий упражнений из лыжной подготовки -осваивать технику передвижения лыжными ходами, устраняя типичные ошибки	Текущий	
65							
66			Прохождение дистанции 4,5км, используя изученные ходы (Учет).Эстафеты.	2	-проявлять культуру взаимодействия, терпимости, толерантности для достижения единых целей. -осваивать технику передвижения лыжными ходами, устраняя типичные ошибки.	Текущий	
67							
68			Непрерывное передвижение изученными ходами до 4,5 км. Итоги лыжной подготовки. Игры и эстафеты на лыжах.	2	-проявлять культуру взаимодействия, терпимости, толерантности для достижения единых целей. -осваивать технику передвижения лыжными ходами, устраняя типичные ошибки.	Текущий	
69							

Раздел . Спортивные игры (волейбол) – 12 часов.

Реализация календарно-тематического плана обеспечивает освоение универсальных учебных действий:

Регулятивные:

- выполнять общеразвивающие и специальные прыжковые упражнения на занятиях подвижными и спортивными играми (волейболом);
- знать технику безопасности на школьном стадионе и спортивном зале на занятиях по волейболу и пионерболу;
- уметь оказывать самопомощь и взаимопомощь при травмах.

Познавательные:

- демонстрировать вариативное выполнение стойки и передвижений, передачи мяча в парах, в тройках, через сетку; приемов мяча снизу и сверху; верхних и нижних подач мяча.
- ознакомиться с техникой выполнения упражнений с волейбольным мячом, правилами соревнований по волейболу.

Коммуникативные:

- взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техники и тактики индивидуальной и командной игры в волейбол;
- сопереживать и поддерживать друг друга, при выполнении упражнений с мячом, тестов по физической культуре и нормативов по волейболу.

№ урока	Дата проведения		Тема урока	Кол-во часов	Формирование функциональной грамотности	Виды контроля	ЦОРы
	план	факт					
70 71			Инструктаж Т.Б. по волейболу. Игровые задания на укороченной площадке.	2	-владеть способами проведения занятия по волейболу; -понимать роль физической культуры, как средства организации здорового образа жизни, профилактики вредных привычек. -слушать собеседника, задавать вопросы, использовать речь; -контролировать и оценивать процесс и результат; -применяя их в игровой деятельности.	Текущий	
72 73			Передачи мяча в тройках после перемещения. Игра по упрощённым правилам	2	-вносить коррективы в выполнение правильных действий упражнений, сличать с заданным эталоном. -владеть арсеналом технических	Текущий	

					действий, применяя их в игре «пионербол».		
74			Игра по упрощённым правилам «Мяч в воздухе»	2	-понимание культуры движений и двигательных умений. -владеть арсеналом технических действий, применяя их в волейболе.	Учетный	
75							
76			Нападающий удар после передачи. Игра по упрощённым правилам	3	-вносить коррективы в выполнение правильных действий упражнений. -осваивать технику игровых упражнений, устраняя типичные ошибки.	Текущий	
77							
78							
79			Тактика свободного нападения. Нападающий удар в тройках ч/з сетку Игра по упрощённым правилам.	3	-владеть широким арсеналом двигательных действий в технике подач мяча при игре в волейбол. -осваивать технику игровых упражнений, устраняя типичные ошибки.	Учетный	
80							
81							

4 четверть 24 часа

Раздел. Спортивные игры (баскетбол) – 6 часов.

Реализация календарно-тематического плана обеспечивает освоение универсальных учебных действий:

Регулятивные:

- выполнять общеразвивающие упражнения на занятиях подвижными и спортивными играми (баскетболом);
- знать технику безопасности на школьном стадионе и спортивном зале на занятиях по баскетболу и мини-баскетболу;
- уметь оказывать самопомощь и взаимопомощь при травмах.

Познавательные:

- демонстрировать вариативное выполнение стойки и передвижений, ведения мяча на месте и с изменением направления в движении, поворотов без мяча и с мячом, ловли и передачи двумя руками от груди на месте, в парах, в тройках и квадрате, бросков мяча в корзину;
- ознакомиться с техникой выполнения упражнений с баскетбольным мячом, правилами соревнований по баскетболу.

Коммуникативные:

- взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техники и тактики индивидуальной и командной игры в баскетбол;
- сопереживать и поддерживать друг друга, при выполнении упражнений с мячом и без мяча, тестов по физической культуре и нормативов по баскетболу.

№ урока	Дата проведения		Тема урока	Кол-во часов	Формирование функциональной грамотности	Виды контроля	ЦОРы
	план	факт					
82			ТБ на уроках спортивных игр (баскетбол). Позиционное нападение со сменой места бросок одной рукой от плеча в движении с сопротивлением	1	-владеть способами проведения занятия по баскетболу; - понимать роль физической культуры, как средства организации здорового образа жизни, профилактики вредных привычек. -слушать собеседника, задавать вопросы; -контролировать и оценивать процесс и результат; -владеть арсеналом технических действий, применяя их в игровой деятельности.	Текущий	
83			Позиционное нападение со сменой места бросок одной рукой от плеча в движении с сопротивлением	1	-владеть широким арсеналом двигательных действий и физических упражнений из баскетбола; -контролировать и оценивать процесс -владеть навыками ведения, ловли	Текущий	

					и передачи мяча, применяя их в игровой деятельности.		
84			Сочетание приёмов ведения, передачи, броска с сопротивлением. Быстрый прорыв(2*1, 3*2). Учебная игра.	1	-определять общую цель и пути её достижения; прогнозирование -вносить коррективы в выполнение правильных действий упражнений, сличать с заданным эталоном	Текущий	
85			Взаимодействие двух игроков через заслон. Штрафной бросок. Учебная игра.	1	-владеть широким арсеналом двигательных действий и физических упражнений из баскетбола;	Учетный	
86			Быстрый прорыв(3*1, 3*2,4*2). Штрафной бросок. Судейство игры. Учебная игра .	1	-применять установленные правила -контролировать и оценивать процесс и результат своей деятельности; -владеть навыками взаимодействия двух игроков, применяя их в игре		
87			Взаимодействие игроков в защите и нападении через заслон. Взаимодействие игроков в нападении. Учебная игра	1	-владеть широким арсеналом двигательных действий и физических упражнений из баскетбола; -применять установленные правила в планировании способа решения -контролировать и оценивать	Текущий	

					процесс и результат своей деятельности; -владеть навыками взаимодействия двух игроков, применяя их в игровой деятельности.		
--	--	--	--	--	---	--	--

Раздел Легкая атлетика - 12 часов.

Реализация календарно-тематического плана обеспечивает освоение универсальных учебных действий:

Регулятивные:

- выполнять общеразвивающие и легкоатлетические упражнения на занятиях физической культурой;
- знать технику безопасности на школьном стадионе и спортивном зале на занятиях по легкой атлетике;
- уметь оказывать самопомощь и взаимопомощь при травмах.

Познавательные:

- демонстрировать вариативное выполнение специальных беговых и прыжковых упражнений;
- ознакомиться с техникой выполнения легкоатлетических упражнений в беге на короткие, средние и длинные дистанции; метании мяча с места в цель и с разбега на дальность; прыжках в длину с места, с разбега и в высоту; передачи эстафетной палочки в зоне передачи в командной эстафете;
- изучать и знать правила соревнований по легкой атлетике.

Коммуникативные:

- взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения общеразвивающих, легкоатлетических упражнений.
- сопереживать и поддерживать друг друга в соревнованиях, при выполнении легкоатлетических упражнений, эстафетного бега, тестов по физической культуре и нормативов при сдаче норм ГТО

№ урока	Дата проведения	Тема урока	Кол-во часов	Формирование функциональной грамотности	Виды контроля	ЦОРы
88		Инструктаж ТБ по лёгкой атлетике. Правила соревнований в беге, Бег на средние дистанции. Круговая эстафета	1	-Способность проводить самостоятельные занятия по освоению техники спринтерского бега. -владеть способами проведения занятия по легкой атлетике; -формулировать и удерживать учебную задачу.	Текущий	

				<ul style="list-style-type: none"> -слушать собеседника, задавать вопросы, использовать речь; -выбирать действия в соответствии с задачей. 		
89		Спринтерский бег, эстафетный бег Эстафетный бег	1	<ul style="list-style-type: none"> -Способность проводить самостоятельные занятия -владеть широким арсеналом двигательных действий и физ. упражнений из легкой атлетики; -формулировать и учебную задачу. -определять общую цель и пути её достижения; -адекватная мотивация учебной деятельности 	Учетный	
90		Правила использование л/а упражнений для развития скоростных качеств. Низкий старт. Бег с ускорением Бег 30 м	1	<ul style="list-style-type: none"> -Способность проводить самостоятельные занятия -формулировать и удерживать учебную задачу. -контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. 	Текущий	
91		Правила соревнований в беге. 60 метров – на результат Эстафеты по кругу.	1	<ul style="list-style-type: none"> -Способность проводить самостоятельные занятия -формулировать и удерживать учебную задачу. -уметь легко и непринужденно выполнять бег с передачей эстафетной палочки; 	Текущий	

92		Прыжки в высоту с 7-9 беговых шагов способом перешагивания. Прыжки с места	1	<p>-Способность проводить самостоятельные занятия</p> <p>-задавать вопросы, управление коммуникацией.</p> <p>-определять общую цель и пути её достижения;</p> <p>-формулировать собственное мнение.</p>	Учетный	
93		Прыжки в высоту с 7-9 беговых шагов способом перешагивания. Прыжки с разбега.	1	<p>-Способность проводить самостоятельные занятия</p> <p>-владеть широким арсеналом двигательных действий и физических упражнений из легкой атлетики;</p> <p>-адекватная мотивация учебной деятельности</p> <p>-определять общую цель и пути её достижения;</p> <p>-координировать и принимать различные позиции во взаимодействии.</p>	Учетный	
94		Прыжки в высоту. Метание мяча в цель, на дальность отскока от стены. Подвижная игра «Кто дальше бросит»	1	<p>-Способность проводить самостоятельные занятия</p> <p>-адекватная мотивация учебной</p>	Учетный	

				<p>деятельности</p> <p>-определять общую цель и пути её достижения;</p> <p>владеть навыками бега</p>		
95		<p>Метание мяча на дальность, на заданное расстояние</p> <p>Прыжки с разбега.</p>	1	<p>-адекватная мотивация учебной деятельности;</p> <p>-формулировать учебную задачу.</p> <p>-определять, где применяются действия с мячом;</p> <p>владеть навыками метания мяча при порывистом ветре.</p>	Учетный	
96		<p>Метание мяча на дальность- на результат, на заданное расстояние</p>	1	<p>-сличать способ действия и его результат;</p> <p>-вносить дополнения и изменения в выполнение упражнений.</p> <p>-осуществлять контроль и самоконтроль;</p> <p>владеть навыками прыжков при порывистом ветре.</p>	Учетный	
97		<p>Равномерный бег(12мин). Бег по песку. Преодоление препятствий. Эстафеты</p>	1	<p>-владеть способами проведения занятия по бегу</p> <p>-понимать роль физической культуры, как явления для развития личности, физических качеств;</p> <p>-слушать собеседника, задавать вопросы</p> <p>-владеть навыками бега</p>	Текущий	

98		Правила использования л/а упражнений для развития выносливости. Преодоление а горизонтальных (15мин) Спортивная игра(футбол)	1	-владеть способами проведения занятия по бегу -понимать роль физической культуры, как явления для развития личности, физических качеств; -слушать собеседника, задавать вопросы	Текущий	
99		Преодоление вертикальных препятствий . Бег 1000 метров – на результат.	1	-владеть способами проведения занятия по бегу -понимать роль физической культуры, как явления для развития личности, физических качеств; -слушать собеседника, задавать вопросы		

Раздел . Кроссовая подготовка - 6 часов.

Реализация календарно-тематического плана обеспечивает освоение универсальных учебных действий:

Регулятивные:

- выполнять общеразвивающие и легкоатлетические упражнения на занятиях физической культурой и специальные беговые упражнения для кроссовой подготовки;
- знать технику безопасности при беге по пересеченной местности, на школьном стадионе и спортивном зале и на занятиях по кроссовой подготовке;
- уметь оказывать самопомощь и взаимопомощь при укусе клеща, травмах.

Познавательные:

- демонстрировать вариативное выполнение специальных беговых и прыжковых упражнений;
- ознакомиться с техникой выполнения легкоатлетических упражнений, преодоления вертикальных и горизонтальных препятствий, бега в гору и с горы, бега по разному грунту; правилами соревнований по легкой атлетике.

Коммуникативные:

- взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения общеразвивающих, легкоатлетических упражнений;
- сопереживать и поддерживать друг друга в соревнованиях по кроссу, при выполнении легкоатлетических упражнений, тестов по физической культуре и нормативов по ГТО.

№ урока	Дата проведения	Тема урока	Кол-во часов	Формирование функциональной грамотности	Виды контроля	ЦОРы
100		Инструктаж ТБ по кроссовой подготовке. Равномерный бег(15мин) Бег в гору. Преодоление препятствий горизонтальных Эстафеты с преодолением препятствий .	1	-владеть способами проведения занятия по кроссовой подготовке; -понимать роль физической культуры, как явления для развития личности, физических качеств; -слушать собеседника, задавать вопросы -владеть навыками бега при встречном порывистом ветре и дождливой погоде.	Текущий	
101		Правила использования легкоатлетических упражнений для развития выносливости. Равномерный бег(18мин) Бег по разному грунту. Преодоление препятствий вертикальных Спортивная игра(футбол)	1	-владеть широким арсеналом двигательных действий и физических упражнений из кроссовой подготовки; -формулировать учебную задачу. -определять общую цель и пути её достижения;.	Текущий	
102		Равномерный бег(20мин) Бег по разному грунту. Преодоление препятствий горизонтальных и вертикальных. Спортивная игра(футбол)	1	- владеть широким арсеналом двигательных действий и физических упражнений из кроссовой подготовки; -формулировать учебную задачу. -определять общую цель и пути её достижения;.	Текущий	