БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ГОРОДА ОМСКА «ЛИЦЕЙ №149»

г.Омск - 119, Заречный бульвар, 3 тел. 74-57-33, 73-13-93

y_{Tl}	верждаю:	
Диј	ректор лицея	
		А.Я. Слободина
‹ ‹	>>	2015 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ПО ПРЕДМЕТУ «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» 5-7 КЛАССЫ

Составитель: Степанюк Иван Дмитриевич, учитель физической культуры

Оглавление

Оглавление	2
Тояснительная записка	3
Общая характеристика учебного предмета	4
Место предмета «физическая культура» в базисном учебном плане	5
Пичностные, метапредметные и предметные результаты освоения предмета	5
Содержание программы	. 10
Календарно – тематическое планирование	. 13
Перечень учебно-методического и материально-технического обеспечения	. 32
Планируемые результаты освоения учебного предмета.	. 33
Список используемой литературы	. 35

Пояснительная записка.

Образовательное учреждение призвано способствовать формированию здорового образа жизни, развитию физических, интеллектуальных и нравственных способностей обучающихся, их самосовершенствованию, познанию и творчеству, достижению уровня спортивных успехов, развитие двигательных способностей, профессиональному самоопределению. Но только новое вызывает заинтересованность, поэтому регби, как сплав многих видов спорта, повысит интерес к занятиям физической культурой в целом.

Программа интегративного курса физического воспитания для обучающихся общеобразовательных учреждений на основе регби (далее – Программа) разработана в соответствии с требованиями Федерального государственного стандарта общего образования второго поколения, отвечает положениям Закона «Об образовании», основным положениям Концепции содержания образования обучающихся в области 2.4.2.2821-10 культуры (2001 г.), СанПиН эпидемиологические обучения требования условиям И организации К общеобразовательных учреждениях», Федерального закона «О физической культуре и спорте» от 4 декабря 2007 г. № 329-Ф3, в котором отмечается, что организация физического воспитания в образовательных учреждениях включает проведение обязательных занятий по физической культуре в пределах основных образовательных программ объёме, установленном государственными В образовательными стандартами, а также дополнительных (факультативных) занятий физическими упражнениями и спортом в пределах дополнительных образовательных программ (гл. 3 ст. 28. п. 2.).

Содержание Программы основано на положениях следующих нормативных правовых актов Российской Федерации:

Требования к результатам освоения образовательной программы по «Физической культуре» основного общего образования (ФГОС);

Концепция духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина;

Стратегия национальной безопасности Российской Федерации до 2020 г.;

Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 30 августа 2010 г. № 889 «О внесении изменений в федеральный базисный план и примерные учебные планы для образовательных учреждений Российской Федерации, реализующих программы общего образования, утвержденные приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 9 марта 2004 г.»

Рабочая программа ориентирована на использование учебников: (учебнометодического комплекса): Физическая культура. 5-7 классы: учеб. Для общеобразоват. Учреждений / под ред. М.Я. Виленского. – М.: Просвещение, 2012. – 239 с.: ил. – ISBN 978-5-09-028319-9.

Целью программы является формирование разносторонне, гармонически, физически развитой личности, готовой к активной творческой самореализации в пространстве общечеловеческой культуры; использование средств регби для укрепления и сохранения собственного здоровья, воспитания ответственности и профессионального самоопределения в соответствии с индивидуальными способностями в организации здорового образа жизни.

Реализация цели программы осуществляется через решение следующих задач:

- 1. Формирование здорового образа жизни средствами регби.
- 2. Развитие основных физических качеств, формирование жизненно важных двигательных умений и навыков.
- 3. Укрепление и сохранение здоровья, совершенствование телосложения и воспитание гармонично-развитой личности, нацеленной на многолетнее сохранение высокого уровня общей работоспособности.
- 4. Воспитание положительных качеств личности, коллективного взаимодействия и сотрудничества в учебной и соревновательной деятельности.

Принципы реализации программы:

Принцип комплексности предусматривает тесную взаимосвязь всех сторон учебного процесса (физической, технико-тактической, интегральной, психологической и теоретической подготовки, воспитательной работы, педагогического контроля).

Принцип преемственности определяет последовательность изложения программного материала по этапам обучения для обеспечения в многолетнем учебном процессе преемственность задач, средств и методов подготовки, объёмов учебных и соревновательных нагрузок, рост показателей физической и техникотактической подготовленности.

Принцип вариативности предусматривает вариативность программного материала для практических занятий, характеризующуюся разнообразием учебнотренировочных средств и нагрузок, направленных на решение педагогических задач в зависимости от этапа многолетней подготовки и индивидуальных особенностей обучающего.

Регби, являясь одним из разделов программы, позволяет успешно решать весь комплекс вышеперечисленных задач, являясь действенным средством подготовки молодежи к службе в Вооруженных Силах страны, создавая предпосылки формирования навыков выживания в экстремальных ситуациях современного мегаполиса, что подчеркивает ещё и прикладное значение.

Общая характеристика учебного предмета.

Согласно концепции развития содержания образования в области физической культуры (2001), учебный предмет «Физическая культура» является один из видов культуры человека и общества, в основании которого лежит двигательная (физкультурная) деятельность. Данная деятельность характеризуется целенаправленным развитием и совершенствованием духовных и природных сил человека и выступает как условие и результат формирования физической культуры личности.

Образовательная область «Физическая культура» призвана сформировать у учащихся устойчивые мотивы и потребности в бережном отношении к своему здоровью и физической подготовленности, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни. В процессе освоения учебного материала данной области у учащихся формируется целостное представление о физической культуре как социальном явлении, единстве биологического, психического и социального в человеке, законах и закономерностях развития и совершенствования его психосоматической природы.

Место предмета «физическая культура» в базисном учебном плане.

В федеральном базисном учебном плане на предмет физической культуры в 5-7 классах выделяется 3 учебных часа в неделю. Общее число часов за 3 года обучения составляет 315 часов: в 5-7 классах по 105 часов.

Программный материал представлен следующими разделами:

- 1. «Знания о физической культуре»:
- история физической культуры
- физическая культура (основные понятия)
- физическая культура человека
- 2. «Способы двигательной (физкультурной) деятельности»:
- организация и проведение самостоятельных занятий физической культурой
- оценка эффективности занятий физической культурой
- 3. «Физическое совершенствование»:
- физкультурно-оздоровительная деятельность
- спортивно-оздоровительная деятельность (гимнастика с основами акробатики; легкая атлетика; спортивные игры; лыжные гонки; прикладно-ориентированная подготовка; упражнения общеразвивающей направленности).

Учитывая вышеизложенное, учебное время на прохождение программного материала распределяется следующим образом: третьим часом в 5-7 классах проводится «Регби» (35 часов); в соответствии на уроки физической культуры остается в 5-7 классах по 105 часов. В виду отсутствия материально-технической базы часы, отведенные на изучения подраздела «Плавание», не проводятся.

Новизной программы является тот факт, что сама подготовка обучающегося по регби включает в себя все основные разделы, входящие в предмет физической культуры (легкая атлетика, гимнастика, спортивные игры и т.д.), доступность к освоению предложенного учебного материала всем возрастным категориям независимо от физического развития и половой принадлежности. Сама организация занятий по регби не требует больших площадей, сложного спортивного инвентаря. Актуальностью данной программы является одна из основных задач в подготовке физически крепких, с гармоничным развитием физических и духовных сил обучающихся, в воспитании социально активной личности, готовой к трудовой деятельности в будущем, дисциплинированной и способной помочь товарищам.

При организации процесса обучения в раках данной программы предполагается применением следующих педагогических технологий обучения:

- развивающее обучение;
- информационно- коммуникативные;
- личностно-ориентированное;
- игровые;
- здоровьесберегающие.

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения предмета.

В соответствии с ФГОС ООО и ООП ООО лицея данная рабочая программа направлена на достижение системы планируемых результатов освоения ООП ООО, включающей в себя личностные, метапредметные, предметные результаты. В том числе на формирование планируемых результатов освоения междисциплинарных программ «Формирование универсальных учебных действий», «Формирование ИКТ-

компетентности», «Основы проектно-исследовательской деятельности», «Стратегии смыслового чтения и работа с текстом».

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:

- 1) Воспитание российской гражданской идентичности: патриотизма, уважения к Отечеству, прошлое и настоящее многонационального народа России; осознание своей этнической принадлежности, знание истории, языка, культуры своего народа, своего края, основ культурного наследия народов России и человечества; усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества; воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;
- 2) формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности, обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учётом устойчивых познавательных интересов, а также на основе формирования уважительного отношения к труду, развития опыта участия в социально значимом труде;
- 3) формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;
- 4) формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции, к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира; готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания;
- 5) 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 учётом региональных, этнокультурных, социальных и экономических особенностей;
- 6) развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личностного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- 7) формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;

- 8) формирование ценности 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;
- 9) формирование основ экологической культуры соответствующей современному уровню экологического мышления, развитие опыта экологически ориентированной рефлексивно-оценочной и практической деятельности в жизненных ситуациях;
- 10) осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;
- 11) развитие эстетического сознания через освоение художественного наследия народов России и мира, творческой деятельности эстетического характера.

Метапредметные результаты:

- 1) Умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- 2) умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- 3) 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;
- 4) умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности её решения;
- 5) владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
- 6) умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное и по аналогии) и делать выводы;
- 7) умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;
 - 8) навыки смыслового чтения;
- 9) умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;
- 10) умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей; планирования и регуляции своей деятельности; владение устной и письменной речью, монологической контекстной речью;
- 11) формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий (далее ИКТ-компетенции);

Метапредметные результаты проявляются в разных областях культуры.

В области познавательной культуры:

знания по истории и развитию спорта и олимпийского движения, о положительном их влиянии на укрепление мира и дружбы между народами;

знание основных направлений развития физической культуры в обществе, их целей, задач и форм организации;

знания о здоровом образе жизни, его связи с укреплением здоровья и профилактикой вредных привычек, о роли и месте физической культуры в организации здорового образа жизни.

В области нравственной культуры:

способность проявлять инициативу и творчество при организации совместных занятий физической культурой, доброжелательное и уважительное отношение к занимающимся, независимо от особенностей их здоровья, физической и технической подготовленности;

умение оказывать помощь занимающимся при освоении новых двигательных действий, корректно объяснять и объективно оценивать технику их выполнения;

способность проявлять дисциплинированность и уважительное отношение к сопернику в условиях игровой и соревновательной деятельности, соблюдать правила игры и соревнований.

В области трудовой культуры:

способность преодолевать трудности, выполнять учебные задания по технической и физической подготовке в полном объеме;

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.

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, умениях творчески их применять при решении практических задач, связанных с организацией и проведением самостоятельных занятий физической культурой.

Предметные результаты, так же, как и метапредметные, проявляются 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 об особенностях индивидуального здоровья и о функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний и перенапряжения средствами физической культуры;

владение знаниями по основам организации и проведения занятий физической культурой оздоровительной 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, 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, плавание 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.

Содержание программы. Знания о физической культуре

5, 6 класс

История физической культуры

Олимпийские игры древности. Возрождение Олимпийских игр и олимпийского движения. История зарождения олимпийского движения в России. Олимпийское движение в России (СССР). Выдающиеся достижения отечественных спортсменов на Олимпийских играх.

Физическая культура (основные понятия)

Физическое развитие человека. Физическая подготовка и ее связь с укреплением здоровья, развитием физических качеств. Физическая культура человека. Режим дня, его основное содержание и правила планирования.

7 класс

История физической культуры

Краткая характеристика видов спорта, входящих в программу Олимпийских игр.

Физическая культура (основные понятия)

Организация и планирование самостоятельных занятий по развитию физических качеств.

Физическая культура человека

Закаливание организма. Правила безопасности и гигиенические требования.

«Охрана труда и техника безопасности при проведении занятий регби» знакомит обучающихся с основными правилами техники безопасности при организации занятий физической культурой на основе регби, формирует навыки страховки и самостраховки.

Способы двигательной (физкультурной) деятельности 5, 6 класс

Организация и проведение самостоятельных занятий физической культурой. Подготовка к занятиям физической культурой. Выбор упражнений и составление индивидуальных комплексов для утренней зарядки, физкультминуток, физкультпауз (подвижных перемен). Оценка эффективности занятий физической культурой. Самонаблюдение и самоконтроль.

7 класс

Организация и проведение самостоятельных занятий физической культурой. Подготовка к занятиям физической культурой. Выбор упражнений и составление индивидуальных комплексов для утренней зарядки, физкультминуток, физкультпауз (подвижных перемен). 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 (технических ошибок). Измерение резервов организма и состояния здоровья с помощью функциональных проб.

Физическая подготовка слагается из общей и специальной подготовки. Между ними существует тесная связь.

Общая физическая подготовка направлена на развитие основных двигательных качеств: силы, быстроты, выносливости, гибкости, ловкости, а также на обогащение обучающихся разнообразными двигательными навыками. Средства общей физической подготовки подбираются с учетом возраста занимающихся и специфики регби.

Специальная физическая подготовка непосредственно связана с обучением обучающихся технике и тактике регби. Основным средством ее (кроме средств регби) являются специальные упражнения (специально-подготовительные). Особенно играют ЭТИ упражнения на начальном этапе роль Подготовительные упражнения развивают качества, необходимые для овладения техникой и тактикой игры: силу кистей рук, силу и быстроту сокращения мышц, участвующих в выполнении технических приемов, прыгучесть, быстроту реакции и ориентировки, умение пользоваться боковым зрением, быстроту перемещений в специальную выносливость (прыжковую, действиях на сигналы, скоростную, скоростно-силовую), прыжковую ловкость и специальную гибкость.

Физическое совершенствование

5-7 классы

Физкультурно-оздоровительная деятельность. Оздоровительные формы занятий в режиме учебного дня и учебной недели. Индивидуальные комплексы адаптивной (лечебной) и корригирующей физической культуры.

Спортивно-оздоровительная деятельность с общеразвивающей направленностью:

Гимнастика с основами акробатики. Организующие команды и приёмы. Акробатические упражнения и комбинации. Ритмическая гимнастика. Упражнения и комбинации на гимнастическом бревне (девочки). Упражнения и комбинации на гимнастической перекладине (мальчики).

Лёгкая атлетика. Беговые упражнения. Прыжковые упражнения. Метание малого мяча.

Спортивные игры. Баскетбол, волейбол, Футбол, Тач-регби. Игра по правилам. Прикладно-ориентированная подготовка. Прикладно-ориентированные упражнения.

Упражнения общеразвивающей направленности. Общефизическая подготовка. Гимнастика с основами акробатики. Развитие гибкости, координации движений, силы, выносливости.

Лёгкая атлетика. Развитие выносливости, силы, быстроты, координации движений.

Лыжные гонки. Развитие выносливости, координации движений, силы.

Спортивные игры с использованием мяча для регби (гандбол, баскетбол, футбол, лапта). Выполнение упражнений для развития быстроты, координации, силы, ориентировки в пространстве, стойки и перемещения, передачи мяча в парах, стоя на месте и в движении, броски мяча на точность, двусторонние игры по упрощенным правилам.

Разновидности игры регби (тэг-регби, тач-регби). Выполнять упражнения для развития физических качеств, ориентироваться в пространстве, выполнять технико-тактические взаимодействия в игровой деятельности. Двусторонние игры в разновидности регби.

«Контрольные и тестовые упражнения» содержат подбор упражнений, выполнение которых позволяет учителю определить степень усвоения учебного материала и уровень физического развития и подготовленности обучающихся.

Учебно-тематический план 5-7 класс.

Ma	Наименование разделов	Кол-во		четв	ерть		
№	(тем)	часов	I	II	III	IV	
1	Основы знаний о физической культуре В процессе занятий						
2	Легкая атлетика	20	10			10	
3	Спортивные игры	18	8		2	8	
4	Регби	35	9	7	10	9	
4	Лыжная подготовка	16			16		
5	Гимнастика с элементами акробатики	16		14	2		
6	Развитие физических качеств	В процессе занятий					
	Итого:	105	27	21	30	27	

Календарно – тематическое планирование. 5 – 7 класс

							,	1	
№ урока	Тема урока	Тип урока	Планируемые пре Обучаемый научится	дметные результаты Обучаемый получит возможность научиться	Планируемые метапредметные результаты	Планируемые личностные результаты	Характеристика деятельности учащихся	Система оценки	Дата
					1 четверть				
1	Научить выбирать спортивную одежду и инвентарь при подготовке к занятиям изучая технику высокого старта.	Образовательно- познавательный	Соблюдать технику безопасности; получит представление о технике выполнения высокого старта и беговых упражнений.	Выполнять стартовый разгон из различных исходных положений.	Познавательные: самостоятельно находить и структурировать информацию о легкой атлетике как виде спорта. Регулятивные: оценка, выделение и осознание того, что уже освоено и что еще подлежит усвоению. Коммуникативные: формулировать собственное мнение и позицию.	Умения выбирать спортивную одежду и спортивный инвентарь при подготовки к занятиям легкой атлетикой.	Объяснять правила техники безопасности на уроках физкультуры. Выполнять высокий старт и беговые упражнения.	Беседа, рассказ.	
2	Развитие скоростных способностей, через изучение техники стартового разгона.	Образовательно - обучающий	Выполнять стартовый разгон.	Анализировать технику спринтерского бега, финального усилия.	Познавательные: уметь объяснить технику выполнения высокого старта и стартового разгона. Регулятивные: составлять план и последовательность действий при развитии скоростных способностей. Коммуникативные: организовывать совместную деятельность с учителем и сверстниками.	Умение выполнять высокий старт и стартовый разгон.	Из положения высокого старта, с максимальной скоростью выполнять стартовый разгон.	Опрос.	
3	Развитие скоростной выносливости, при изучении бега по дистанции, финального усилия.	Образовательно – обучающий	Выполнять бег по дистанции и финишировать.	Челночному бегу, ускорению с изменением направления, частоты и длины беговых шагов	Познавательные: понимание физической культуры как явление культуры. Регулятивные: составлять план и последовательность действий при развитии скоростной выносливости. Коммуникативные: умение работать индивидуально и в группе.	Развивать скоростную выносливость	Вариативное выполнение беговых упражнений.	Соревнования.	
4	Развитие скоростных способностей. Челночный бег.	Образовательно – тренировочный	Выполнять ускорение с изменением направления, частоты и длины беговых шагов, челночный бег.	Эстафетному бегу, ускорению из различных исходных положений.	Познавательные: отбирать беговые упражнения и составлять комплексы для развития скоростных способностей. Регулятивные: оценивание, выделение и осознание учащимся того, что уже освоено и что еще подлежит усвоению. Коммуникативные: согласовывать усилия по достижению общих целей.	Устанавливать уровень развития скоростных качеств для самореализации и саморазвития.	Из положения высокого старта выполнять ускорения с изменением направления, частоты и длины беговых шагов.	Тестирование.	
5	Развитие кондиционных способностей, через обучение техники эстафетного бега.	Образовательно – обучающий	Выполнять ускорение из различных положений; эстафетному бегу.	Анализировать технику спринтерского бега; исправлять ошибки; контролировать правильность преодоления спринтерской дистанции	Познавательные: понимание физической культуры как явление культуры, способствующего развитию целостной личности человека. Регулятивные: составлять план и последовательность действий при развитии скоростных способностей. Коммуникативные: определять общую цель и пути её достижения.	Установка на ЗОЖ; способность к пространственновременной оценке двигательных актов.	Вариативное выполнение беговых упражнений; передачи эстафеты.	Проведение эстафет.	

Выполнять спринтерский бег. Вег на результат 60 метров объяснить спринтерский бег. Выполнять спринтерский бег. Решать задачи соревновательной деятельности с помощью двигательных действий. Выполнять струметные: уметь объяснить технику спринтерского бега. Регулятивные: владение способами наблюдения за показателями физического развития, использование этих показателей в процессе развития физических качеств. Коммуникативные: уметь объяснить технику спринтерского бега. Регулятивные: владение способами наблюдения за показателей в процессе развития физических качеств. Коммуникативные: уметь объяснить технику спринтерского бега. Регулятивные: владение способами наблюдения за показателей в процессе развития физических качеств. Коммуникативные: уметь объяснить технику спринтерского бега. Регулятивные: владение способами наблюдения за показателей в процессе развития физических качеств. Коммуникативные: уметь объяснить технику спринтерского бега. Регулятивные: владение способами наблюдения за показателей в процессе развития физических качеств. Коммуникативные: уметь объяснить технику спринтерского бега. Регулятивные: объяснить технику спринтерского бега. Регулятивные: объясные скоростью пробегать 60 метров с высокого старта. Высокого старта.	Тестирование. а, с
результат со метров с высокого старта. Темнику спринтерского оста. Темн	., 0
6 Тетуля пыные. владение спосоозами матров с высокого массимальной наблюдения за показателями физического двигательных действий. В процессе развития физических качеств. Коммуникативные: умение дистанцию и помуникативные: умение	
развития, использование этих показателей в преодолевать спринтерскую коммуникативные: умение дистанцию и дистанцию и	
развития, использование этих показателей преодолесвать спринтерскую коммуникативные: умение дистанцию и	
в процессе развития физических качеств. Коммуникативные: умение дистанцию и	
KOMMYHIRATIBBBE, YMCHIC ARCTARIAN I	
организовывать сотрудничество и финишировать	
совместную деятельность с учителем и	
Развитие общей Выполнять бег на Уметь контролировать Познавательные: понимание Умение выполнять Выполнение	Г
	Беседа.
выносливости, через средние дистанции. Темп и ритм бега на физической культуры как средство циклическую работу в циклической работу в домогности домогности.	
обучения бегу на 불물 средние дистанции с организации здорового образа жизни, равномерном темпе. равномерном т	емпе и с
обучения бегу на средние дистанции. 7 темі и ритм оета на средние дистанции с преодолением естественных препятствий. препятствий. темі и ритм оета на средние дистанции с преодолением естественных препятствий. препятствий. темі и ритм оета на средние дистанции с преодолением естественных препятствий. препятствий. темі и ритм оета на средние дистанции с преодолением естественных профилактика вредных привычек. Регулятивные: составлять план и последовательность действий при развитии общей выносливости. Коммуникативные: умение работать	
7 Регулятивные: составлять план и индивидуально	
развития физич	еских
развитии общей выносливости. качеств.	
б Коммуникативные: умение работать	
индивидуально и в группе.	
Развитие силовой Выполнять бег на Анализировать технику Познавательные: раскрывать значение Умение выполнять и Демонстрирова	
выносливости, через средние дистанции с бега на средние развития различных видов выносливости. корректировать на средние дист	
обучение бегу на	
средние дистанции с 💆 👸 естественных ошибки; последовательность действий при изменяющихся внешних упражнения дл	
8 преодолением তুর্ভ препятствий. контролировать темп и развитии специальной выносливости. условиях. развития силов	ой
естественных g 5 ритм бега. Коммуникативные: находить общее выносливости.	
обучение бегу на средние дистанции с преодолением естественных преодолением естественных препятствий. 8 преодолением естественных препятствий. 9 преодолением естественных препятствий. 10 преодолением преодолением естественных препятствий. 10 преодолением преодолением естественных препятствий. 10 преодолением преодолением естественных препятствий. 11 препятствий. 12 преодолением естественных препятствий. 13 препятствий. 14 преодолением естественных препятствий. 15 преодолением естественных препятствий. 15 преодолением естественных препятствий. 16 преодолением естественных препятствий. 17 препятствий. 18 преодолением естественных препятствий. 18 преодолением естественных препятствий. 19 преодолением естественных препятствий. 19 преодолением естественных препятствий. 10 преодолением естественных препятствий при развития сельность действий при применять бего последовательность действий при развития сельность действий при применять бего применять бег	
интересов.	
Бег на средние Выполнять бег на Оценивать выполнение Познавательные: раскрывать значение Овладеть техникой Применять бег	*
дистанции. Бег на средние дистанции в технических и пульсовых режимов в развитии длительного бега, упражнения дл	
результат 1000 м. размичных видов выносливости. устанавливать значение развития специ	альной
불 불 контролировать темп длительном беге. Регулятивные: выбирать развития различных выносливости;	
[등 등 бега. индивидуальный режим физической видов выносливости для преодолевать	
9 нагрузки и контролировать её по частоте саморазвития и среднюю диста	
୍ଦର ଓଡ଼ିଲି сердечных сокращений. самореализации. равномерном т	емпе.
результат 1000 м. 1 удинизать тактических действий в длительном беге. 2 развития специ развития выносливости. Регулятивные: выбирать индивидуальный режим физической нагрузки и контролировать её по частоте сердечных сокращений. Коммуникативные: умение организовывать сотрудничество и	
совместную деятельность с учителем и	
сверстниками.	
Развитие Взаимодействовать Самостоятельно Познавательные: понимание Устанавливать значение Применять бего	овые и Конкурс
координационных и со сверстниками при организовывать физической культуры как средства результатов занятий прыжковые	
кондиционных выполнении беговых систематические организации и активного ведения легкой атлетикой для упражнения дл	
способностей через 요 물을 и прыжковых занятия физической здорового образа жизни. самореализации и развития физич	еских
подвижные игры с 🚊 🚆 упражнений с культурой с Регулятивные соотносить свои действия саморазвития; качеств.	
элементами легкой 🖁 🖁 соблюдением правил соблюдение правил с планируемыми результатами, определять смысл	
атлетики. 🧖 💆 техники техники безопасности осуществлять контроль в процессе занятий легкой атлетикой	
способностей через подвижные игры с элементами легкой атлетики. 10 10 10 10 10 10 10 10 10 1	
№ Е подвижных играх. травматизма. Коммуникативные: владение культурой индивидуальных	
речи; умение вести дискуссию; находить интересов и	
компромиссы при принятии общих потребностей.	
решений.	

	- T	1.05		
Научить соблюдать Соблюдать технику Проводить Познавательные: самостоятельно	Умения выбирать	Объяснять правила	Беседа,	
технику безопасности при изучении правил и истории развития футбола. 11 футбола. 11 обзопасности при изучении правил и истории развития футбола. 12 обзопасности; получит представление о футболе как виде спорта. 13 обзопасности; получит представление о футболе как виде спорта. 14 обзопасности; получит представление о футболе как виде спорта. 15 обзопасности; получит представление о осознание того, что уже освоено и что еще подлежит усвоению. Коммуникативные: формулировать	1	техники безопасности	рассказ,	
при изучении правил и разит футболу. о футболе как виде спорта.	спортивный инвентарь	при игре в футбол.	реферат.	
истории развития Б д представление о Регулятивные: оценка, выделение и	при подготовки к			
் футбола. 🖁 🚆 футболе как виде осознание того, что уже освоено и что	занятиям.			
हैं, 🚆 спорта. еще подлежит усвоению.				
영 을 Коммуникативные: формулировать				
собственное мнение и позицию.				
Развитие Перемещаться по Оценивать выполнение Познавательные: владение сведениями	Демонстрировать	Описывать технику	Беседа.	
координационных опиты и провому полю с тактических действий в об организации и проведении	технико-тактические	игровых действий и		
способностей при 資 富 изменяющимися футболе. соревнований по футболу.	действия в игре. Знать	приемов, осваивать их		
12 изучении перемещения В внешними Регулятивные: планировать и	правила игры в футбол.	самостоятельно,		
координационных способностей при изучении перемещения игроков в футболе. 12 Координационных способностей при изучении перемещения игроков в футболе. 14 Образований игровому полю с изменяющимися внешними факторами игровой деятельности. 15 Образований по футболу. 16 Образований по футболу. 17 Образований по футболу. 18 Образований		выявлять и устранять		
ত্ন তুলি বিদ্যালয় বিদ্যা		типичные ошибки.		
Коммуникативные: знание				
терминологии спортивной игры футбол.				
Развитие силовых Выполнять улар по Выполнять перелачу Познавательные: уметь объяснить	Уметь выполнять удар по	Выполнять удар по	Тестирование.	
способностей при	мячу различными	мячу, выявлять и	1	
изучении техники	частями стопы.	устранять типичные		
удара по мяну в		ошибки.		
футболе.				
футобле.				
организовывать сотрудничество с				
учителем и сверстниками.				
Развитие скоростно- Выполнять Анализировать технику Познавательные: уметь объяснить	Уметь выполнять	Останавливать	Таатитаранна	
развитие скоростно- выполнять Анализировать технику познавательные: уметь ооъяснить силовых способностей 2 остановку мяча. остановки мяча, технику остановки мяча в футболе.	остановку катящегося	катящийся мяч стопой,	Тестирование.	
при изучении техники				
при изучении техники в исправлять типичные Регулятивные: составлять план и последовательность действий при	мяча различными способами.	выявлять и устранять типичные ошибки.		
14 остановки мяча в де де ошибки. последовательность действий при	способами.	типичные ошиоки.		
футболе.				
до бо способностей.				
остановки мяча в футболе. остановки мяча в футболе. остановки мяча в футболе. остановки мяча в остановки				
индивидуально и в группс.	77		Т.	
Развитие общей Выполнять ведение Вести мяч различными Познавательные: уметь объяснить	Уметь выполнять	Выполнять ведение	Беседа.	
выносливости при изучении техники ведения мяча в футболе. 15 Выносливости при изучении техники ведения мяча в футболе. Технику ведения мяча в футболе. Технику ведения мяча в футболе. Регулятивные: выбирать индивидуальный режим физической нагрузки и последовательность действий при развитии общей выносливости. Коммуникативные: умение работать индивидуальный режим физической нагрузки и последовательность действий при развитии общей выносливости. Коммуникативные: умение работать	ведение мяча, выходить	мяча шагом и с		ļ
изучении техники 🔋 скоростью движения, Регулятивные: выбирать	на свободную позицию.	переходом на бег,		
15 ведения мяча в да исправлять типичные индивидуальный режим физической		выявлять и устранять		
футболе. ошибки. нагрузки и последовательность действий	Í	типичные ошибки.		
ଅନ୍ତି при развитии общей выносливости.				
Коммуникативные: умение работать				
индивидуально и в группс.				
Развитие скоростных Осуществлять отбор Правильно оценивать Познавательные: уметь объяснять	Эффективно	Осуществлять	Рассказ.	
способностей при 🚊 🦡 мяча у противника. расстояние и скорость способы отбора мяча у противника.	осуществлять отбор мяча	неполный и полный		ļ
	у противника.	отбор мяча, выявлять и		ļ
изучении способов 🖁 🖺 перемещения Регулятивные: планировать				ļ
изучении способов отбора мяча при игре в б б б перемещения противника с мячом и последовательность действий при		устранять типичные		i
изучении способов отбора мяча при игре в футбол. перемещения противника с мячом и эффективно противника с мячом и эффективно противника с мячом и развитии скоростных способностей.		устранять типичные ошибки.		
16 изучении способов отбора мяча при игре в футбол. перемещения противника с мячом и эффективно осуществлять отбор перемещения противника с мячом и эффективно осуществлять отбор Коммуникативные: умение работать				
16 отбора мяча при игре в футбол. противника с мячом и последовательность действий при развитии скоростных способностей.				

17	Развитие координационных способностей при изучении обманных движений (финты) при игре в футбол.	Образовательно - обучающий	Осуществлять обманные движения (финты) при игре с противником.	Выполнять обманные движения (финты) различными приемами и способами при игре в футбол.	Познавательные: уметь объяснять приемы обманных движений (финты). Регулятивные: планировать последовательность действий при развитии координационных способностей. Коммуникативные: умение работать индивидуально и в группе.	Эффективно осуществлять обманные движения (финты).	Выполнять обманные движения (финты) при различных положениях соперника (спереди, сбоку, сзади).	Рассказ.
18	Развитие координационных и кондиционных способностей через игру в футбол.	Образовательно - тренировочный	Взаимодействовать со сверстниками при игре в футбол, соблюдать правили и технику безопасности в футболе.	Самостоятельно организовывать систематические занятия физической культурой с соблюдение правил техники безопасности и профилактики травматизма.	Познавательные: понимание физической культуры как средства организации и активного ведения здорового образа жизни. Регулятивные соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль в процессе достижения результата. Коммуникативные: владение культурой речи; умение вести дискуссию; находить компромиссы при принятии общих решений.	Устанавливать значение результатов игры в футбол для самореализации и саморазвития; определять смысл игры в футбол для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей.	Играть в футбол (мини-футбол) по правилам, судить соревнования.	Беседа, двустороння игра.
19	Научить соблюдать технику безопасности на уроке физкультуры, через изучение истории регби.	Образовательно- познавательный	Соблюдать технику безопасности при занятиях регби.	Расширять знания о различных видах регби.	Познавательные: самостоятельно находить и структурировать информацию о регби как виде спорта. Регулятивные: оценка, выделение и осознание того, что уже освоено и что еще подлежит усвоению. Коммуникативные: формулировать собственное мнение и позицию.	Умения выбирать спортивную одежду и спортивный инвентарь при подготовки к занятиям по регби	Объяснять правила техники безопасности на уроках регби.	Беседа, рассказ, реферат.
20	Развитие координационных способностей, через изучение техники игры руками в регби.	Образовательно - обучающий	Выполнять технические действия при игре руками в регби.	Анализировать технику игры руками в регби, исправлять типичные ошибки.	Познавательные: уметь объяснить технику игры руками в регби. Регулятивные: составлять план и последовательность действий при развитии координационных способностей. Коммуникативные: умение организовывать сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками.	Уметь развивать мелкую моторику используя технику игры руками в регби.	Выполнять технические действия при игре руками в регби, выявлять и устранять типичные ошибки.	Беседа.
21	Развитие координационных способностей, через изучение техники кистевого паса в регби.	Образовательно - обучающий	Выполнять кистевой пас в регби.	Анализировать технику кистевого паса в регби, исправлять типичные ошибки.	Познавательные: уметь объяснить технику кистевого паса в регби. Регулятивные: составлять план при развитии координационных способностей. Коммуникативные: умение организовывать совместную деятельность с учителем и сверстниками.	Выполнять кистевой пас в регби.	Выполнять кистевой пас в регби, выявлять и устранять типичные ошибки.	Рассказ.

-									
22	Развитие силовых способностей, через изучение техники бокового паса с замахом.	Образовательно - обучающий	Выполнять боковой пас с замахом	Анализировать технику бокового паса с замахом, исправлять типичные ошибки.	Познавательные: уметь объяснить технику бокового паса с замахом. Регулятивные: составлять план и последовательность действий при развитии силовых способностей в режиме учебного дня. Коммуникативные: умение организовывать совместную деятельность с учителем и сверстниками.	Выполнять боковой пас с замахом в игре регби.	Выполнять боковой пас с замахом, выявлять и устранять типичные ошибки.	Беседа.	
23	Развитие скоростных способностей, через изучение техники приема мяча в регби.	Образовательно - обучающий	Выполнять прием мяча в регби.	Анализировать технику приема мяча в регби, исправлять типичные ошибки.	Познавательные: уметь объяснить технику приема мяча в регби. Регулятивные: составлять план и последовательность действий при развитии скоростных способностей. Коммуникативные: умение организовывать совместную деятельность с учителем и сверстниками, находить общий язык.	Выполнять прием мяча и пас в соответствии с правилами игры в регби.	Выполнять прием мяча, выявлять и устранять типичные ошибки.	Беседа.	
24	Развитие скоростных способностей, через изучение техники паса с подкруткой.	Образовательно - обучающий	Выполнять пас мяча с подкруткой в регби.	Анализировать технику паса мяча с подкруткой, исправлять типичные ошибки.	Познавательные: уметь объяснить технику паса мяча с подкруткой. Регулятивные: составлять план и последовательность действий при развитии скоростных способностей в режиме учебного дня. Коммуникативные: умение организовывать совместную деятельность с учителем и сверстниками.	Выполнять пас мяча с подкруткой и на проброс.	Выполнять пас мяча с подкруткой, выявлять и устранять типичные ошибки.	Беседа.	
25	Развитие силовых способностей, через изучение техники паса в поддержке.	Образовательно - обучающий	Выполнять пас мяча в поддержке.	Анализировать технику паса мяча в поддержке, исправлять типичные ошибки.	Познавательные: уметь объяснить технику паса мяча в поддержке. Регулятивные: составлять план и последовательность действий при развитии силовых способностей в режиме учебного дня. Коммуникативные: умение организовывать совместную деятельность с учителем и сверстниками.	Выполнять пас мяча в поддержке, тактические действия в защите.	Выполнять пас мяча в поддержке, выявлять и устранять типичные ошибки.	Рассказ.	
26	Развитие силовых способностей, через изучение техники отбора и сохранения мяча.	Образовательно - обучающий	Выполнять отбор мяча и сохранять мяч для успешной атаки.	Анализировать технику отбора и сохранения мяча, исправлять типичные ошибки.	Познавательные: уметь объяснить технику отбора и сохранения мяча. Регулятивные: составлять план и последовательность действий при развитии силовых способностей. Коммуникативные: умение организовывать совместную деятельность с учителем и сверстниками.	Выполнять отбор и сохранения мяча, тактические действия в атаке.	Выполнять отбор и сохранение мяча, выявлять и устранять типичные ошибки.	Рассказ.	
27	Развитие координационных и кондиционных способностей, через игру в регби.	Образовательно - тренировочный	Планировать занятия регби в режиме учебного дня.	Контролировать правильность выполнения тактикотехнических действий в регби.	Познавательные: формулировать учебные цели при обучении тактики и техники игры в регби. Регулятивные прогнозировать развитие координационных и кондиционных качеств в режиме учебного дня. Коммуникативные: умение предупреждать конфликтные ситуации во время совместных занятий физической культурой.	Развивать свои физические качества, стремиться к достижению высоких спортивных результатов, участвовать в соревнованиях различного уровня.	Выполнять правила игры, уважительно относиться к сопернику и управлять своими эмоциями.	Соревнования	

					2 четверть			
28	Научить соблюдать технику безопасности на уроке физкультуры, через изучение истории гимнастики.	Образовательно- познавательный	Соблюдать технику безопасности; получит представление о технике выполнения строевых упражнений.	Выполнять строевые упражнения.	Познавательные: самостоятельно находить и структурировать информацию о гимнастике как виде спорта. Регулятивные: оценка, выделение и осознание того, что уже освоено и что еще подлежит усвоению. Коммуникативные: формулировать собственное мнение и позицию.	Умения выбирать спортивную одежду и спортивный инвентарь при подготовки к занятиям.	Объяснять правила техники безопасности на уроках физкультуры.	Беседа, рассказ, реферат.
29	Развитие координационных способностей, через изучение строевых упражнений.	Образовательно – обучающий	Выполнять строевые упражнения.	Использовать строевые упражнения для простых и сложных перестроений на месте и в движении.	Познавательные: понимание физической культуры как явление культуры, способствующего развитию целостной личности человека. Регулятивные: владение способами наблюдения за показателями физического развития, использование этих показателей в процессе развития физических качеств. Коммуникативные: определять общую цель и пути её достижения.	Установка на ЗОЖ; способность к пространственновременной оценке двигательных актов.	Вариативное выполнение строевых упражнений.	Игра
30	Развитие гибкости, через обучение кувырка вперед.	Образовательно – обучающий	Выполнять кувырок вперед.	Анализировать технику кувырка вперед; исправлять ошибки; контролировать правильность выполнения.	Познавательные: составлять комплексы из освоенных элементов для развития гибкости. Регулятивные: оценивание, выделение и осознание учащимся того, что уже освоено и что еще подлежит усвоению. Коммуникативные: согласовывать усилия по достижению общих целей.	Устанавливать уровень развития гибкости для самореализации и саморазвития.	Выполнять и составлять гимнастические комплексы из освоенных элементов.	Тестирование.
31	Развитие гибкости, через обучение кувырка назад.	Образовательно – обучающий	Выполнять кувырок назад.	Анализировать технику кувырка назад; исправлять ошибки; контролировать правильность выполнения.	Познавательные: составлять комплексы из освоенных элементов для развития гибкости. Регулятивные: оценивание, выделение и осознание учащимся того, что уже освоено и что еще подлежит усвоению. Коммуникативные: согласовывать усилия по достижению общих целей.	Устанавливать уровень развития гибкости для самореализации и саморазвития.	Выполнять и составлять гимнастические комплексы из освоенных элементов.	Тестирование.
32	Развитие гибкости, через обучение стойки на лопатках.	Образовательно – обучающий	Выполнять стойку на лопатках.	Анализировать технику стойки на лопатках; исправлять ошибки; контролировать правильность выполнения.	Познавательные: составлять комплексы из освоенных элементов для развития гибкости. Регулятивные: оценивание, выделение и осознание учащимся того, что уже освоено и что еще подлежит усвоению. Коммуникативные: согласовывать усилия по достижению общих целей.	Устанавливать уровень развития гибкости для самореализации и саморазвития.	Выполнять и составлять гимнастические комплексы из освоенных элементов.	Тестирование.

	Развитие		Выполнять простые	Решать задачи	Познавательные: уметь объяснить	Умение выполнять	Составлять и	Соревнования.	
	координационных способностей, через обучение техники	льно - чный	комбинации.	соревновательной деятельности с помощью	технику выполнения акробатических элементов. Регулятивные: составлять план и	акробатические элементы в комплексе.	выполнять комплекс акробатических упражнений.		
33	простых связок.	Образовательно - тренировочный		двигательных действий.	последовательность действий при развитии координационных способностей. Коммуникативные: умение организовывать сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками.				
34	Развитие скоростных способностей, через изучение упражнений без предметов.	Образовательно – обучающий	Выполнять упражнения без предметов.	Уметь контролировать интенсивность выполняемых упражнений в зависимости от развития скоростных качеств.	Познавательные: понимание физической культуры как средство организации здорового образа жизни, профилактика вредных привычек. Регулятивные: составлять план и последовательность действий при развитии скоростных способностей. Коммуникативные: умение работать индивидуально и в группе.	Умение выполнять упражнения с учетом развития скоростных качеств.	Выполнение циклической работы в быстром темпе и с учетом индивидуального развития физических качеств.	Тестирование	
35	Развитие силовых способностей, через изучение упражнений с предметами.	Образовательно – обучающий	Выполнять упражнения с предметами.	Уметь контролировать интенсивность выполняемых упражнений в зависимости от развития силовых качеств.	Познавательные: понимание физической культуры как средство организации здорового образа жизни, профилактика вредных привычек. Регулятивные: составлять план и последовательность действий при развитии силовых способностей. Коммуникативные: умение работать индивидуально и в группе.	Умение выполнять упражнения с учетом развития силовых качеств.	Выполнение ациклической работы в равномерном темпе и с учетом индивидуального развития физических качеств.	Тестирование	
36	Развитие координационных способностей, через изучение упражнений на равновесие.	Образовательно – обучающий	Выполнять упражнения на равновесие.	Уметь контролировать интенсивность выполняемых упражнений в зависимости от развития координационных способностей.	Познавательные: понимание физической культуры как средство организации здорового образа жизни. Регулятивные: составлять план и последовательность действий при развитии координационных способностей. Коммуникативные: умение работать индивидуально и в группе.	Умение выполнять упражнения с учетом развития координационных способностей.	Выполнение циклической работы в равномерном темпе и с учетом индивидуального развития координационных способностей.	Тестирование	
37	Развитие силовой выносливости, через изучение висов и упоров.	Образовательно – обучающий	Выполнять разнообразные висы и упоры.	Знать прикладное значение висов и упоров.	Познавательные: раскрывать значение развития различных видов выносливости. Регулятивные: планировать последовательность действий при развитии силовой выносливости. Коммуникативные: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиции учета интересов.	Умение выполнять и корректировать силовую работу в изменяющихся внешних условиях.	Демонстрировать висы и упоры.	Рассказ	

	T 70	1	5	Τ			-		
1	Развитие силовых		Выполнять лазание	Оценивать выполнение	Познавательные: раскрывать	Овладеть техникой	Применять лазание для	Соревнования	
	способностей, через	-0	по канату.	технических действий	прикладное значение лазания.	лазания для	преодоления		
	изучение лазания по	Ä Ä		в лазание, выполнять	Регулятивные: выбирать	саморазвития и	препятствий.		
	канату.	5 1		лазание по шесту.	индивидуальный режим физической	самореализации.			
38		Образовательно - обучающий		_	нагрузки для развития силы.				
		30E			Коммуникативные: умение				
		pag			организовывать сотрудничество и				
		90			совместную деятельность с учителем и				
	D		D	D	сверстниками.	0	05	Γ	
	Развитие	£ 7=	Выполнять круговую	Решать задачи	Познавательные: самостоятельно	Организация активного	Объяснять правила	Беседа,	
	кондиционных	OH (A)	тренировку.	развития физических	находить и структурировать информацию	отдыха и профилактика	техники безопасности	рассказ.	
	способностей			качеств с помощью	о развитии физических качеств.	вредных привычек.	на уроках		
39	средствами круговой	aTo		базовых двигательных	Регулятивные: оценка, выделение и		физкультуры.		
37	тренировки.	ipc ipc		действий.	осознание того, что уже освоено и что				
		Образовательно- тренировочный			еще подлежит усвоению.				
) 0 0 0			Коммуникативные: формулировать				
					собственное мнение и позицию.				
	Формирование		Выполнять комплекс	Составлять комплекс	Познавательные: овладение сведениями	Самостоятельно	Описывать технику и	Рассказ,	
	правильной осанки,		корригирующих	упражнений и	о роли и значении корригирующих	выполнять	назначение	реферат.	
1	через изучение	Образовательно - обучающий	упражнений.	выбирать упражнения	упражнений.	корригирующие	корригирующих	L.A.L.	
	комплекса	191	упражнении.	для формирования	Регулятивные: умение самостоятельно				
40		1.Te		правильной осанки.	организовывать физкультурно-	упражнения.	упражнений.		
40	корригирующих)B2		правильной осанки.	1 2 21				
	упражнений.	a30 6y			оздоровительную деятельность.				
		o o			Коммуникативные: умение				
		0			формулировать, аргументировать и				
					отстаивать свое мнение.				
	_		_		1				
	Развитие	1	Выполнять	Совершенствовать	Познавательные: самостоятельно	Организация активного	Объяснять правила	Соревнования.	
	Развитие координационных	но-	Выполнять одновременно	Совершенствовать физические качества с	1	Организация активного отдыха и профилактика	Объяснять правила проведения	Соревнования.	
		чный		*	Познавательные: самостоятельно	*	*	Соревнования.	
41	координационных	ательно-	одновременно	физические качества с	Познавательные: самостоятельно находить и структурировать информацию	отдыха и профилактика	проведения	Соревнования.	
41	координационных кондиционных	овательно- гровочный	одновременно разнообразные	физические качества с помощью	Познавательные: самостоятельно находить и структурировать информацию о развитии физических качеств.	отдыха и профилактика	проведения соревнований по	Соревнования.	
41	координационных кондиционных способностей при	разовательно- енировочный	одновременно разнообразные двигательные	физические качества с помощью разнообразных	Познавательные: самостоятельно находить и структурировать информацию о развитии физических качеств. Регулятивные: оценка, выделение и	отдыха и профилактика	проведения соревнований по	Соревнования.	
41	координационных кондиционных способностей при прохождении гимнастической	Убразовательно- гренировочный	одновременно разнообразные двигательные	физические качества с помощью разнообразных двигательных	Познавательные: самостоятельно находить и структурировать информацию о развитии физических качеств. Регулятивные: оценка, выделение и осознание того, что уже освоено и что еще подлежит усвоению.	отдыха и профилактика	проведения соревнований по	Соревнования.	
41	координационных кондиционных способностей при прохождении	Образовательно- тренировочный	одновременно разнообразные двигательные	физические качества с помощью разнообразных двигательных	Познавательные: самостоятельно находить и структурировать информацию о развитии физических качеств. Регулятивные: оценка, выделение и осознание того, что уже освоено и что еще подлежит усвоению. Коммуникативные: формулировать	отдыха и профилактика	проведения соревнований по	Соревнования.	
41	координационных кондиционных способностей при прохождении гимнастической полосы препятствий.		одновременно разнообразные двигательные действия.	физические качества с помощью разнообразных двигательных действий.	Познавательные: самостоятельно находить и структурировать информацию о развитии физических качеств. Регулятивные: оценка, выделение и осознание того, что уже освоено и что еще подлежит усвоению. Коммуникативные: формулировать собственное мнение и позицию.	отдыха и профилактика вредных привычек.	проведения соревнований по гимнастике.		
41	координационных кондиционных способностей при прохождении гимнастической полосы препятствий. Научить соблюдать		одновременно разнообразные двигательные действия. Соблюдать технику	физические качества с помощью разнообразных двигательных действий.	Познавательные: самостоятельно находить и структурировать информацию о развитии физических качеств. Регулятивные: оценка, выделение и осознание того, что уже освоено и что еще подлежит усвоению. Коммуникативные: формулировать собственное мнение и позицию. Познавательные: самостоятельно	отдыха и профилактика вредных привычек. Готовить спортивный	проведения соревнований по гимнастике.	Беседа,	
41	координационных кондиционных способностей при прохождении гимнастической полосы препятствий. Научить соблюдать технику безопасности		одновременно разнообразные двигательные действия. Соблюдать технику безопасности при	физические качества с помощью разнообразных двигательных действий. Расширять знания о принципах игры в	Познавательные: самостоятельно находить и структурировать информацию о развитии физических качеств. Регулятивные: оценка, выделение и осознание того, что уже освоено и что еще подлежит усвоению. Коммуникативные: формулировать собственное мнение и позицию. Познавательные: самостоятельно находить и структурировать информацию	отдыха и профилактика вредных привычек. Готовить спортивный инвентарь к занятиям по	проведения соревнований по гимнастике. Объяснять правила техники безопасности	Беседа, рассказ,	
	координационных кондиционных способностей при прохождении гимнастической полосы препятствий. Научить соблюдать технику безопасности на уроке физкультуры,		одновременно разнообразные двигательные действия. Соблюдать технику	физические качества с помощью разнообразных двигательных действий.	Познавательные: самостоятельно находить и структурировать информацию о развитии физических качеств. Регулятивные: оценка, выделение и осознание того, что уже освоено и что еще подлежит усвоению. Коммуникативные: формулировать собственное мнение и позицию. Познавательные: самостоятельно находить и структурировать информацию о регби как виде спорта.	отдыха и профилактика вредных привычек. Готовить спортивный инвентарь к занятиям по регби, правила действия	проведения соревнований по гимнастике.	Беседа,	
41	координационных кондиционных способностей при прохождении гимнастической полосы препятствий. Научить соблюдать технику безопасности на уроке физкультуры, через изучение		одновременно разнообразные двигательные действия. Соблюдать технику безопасности при	физические качества с помощью разнообразных двигательных действий. Расширять знания о принципах игры в	Познавательные: самостоятельно находить и структурировать информацию о развитии физических качеств. Регулятивные: оценка, выделение и осознание того, что уже освоено и что еще подлежит усвоению. Коммуникативные: формулировать собственное мнение и позицию. Познавательные: самостоятельно находить и структурировать информацию о регби как виде спорта. Регулятивные: оценка, выделение и	отдыха и профилактика вредных привычек. Готовить спортивный инвентарь к занятиям по	проведения соревнований по гимнастике. Объяснять правила техники безопасности	Беседа, рассказ,	
	координационных кондиционных способностей при прохождении гимнастической полосы препятствий. Научить соблюдать технику безопасности на уроке физкультуры, через изучение принципов игры в		одновременно разнообразные двигательные действия. Соблюдать технику безопасности при	физические качества с помощью разнообразных двигательных действий. Расширять знания о принципах игры в	Познавательные: самостоятельно находить и структурировать информацию о развитии физических качеств. Регулятивные: оценка, выделение и осознание того, что уже освоено и что еще подлежит усвоению. Коммуникативные: формулировать собственное мнение и позицию. Познавательные: самостоятельно находить и структурировать информацию о регби как виде спорта. Регулятивные: оценка, выделение и осознание того, что уже освоено и что	отдыха и профилактика вредных привычек. Готовить спортивный инвентарь к занятиям по регби, правила действия	проведения соревнований по гимнастике. Объяснять правила техники безопасности	Беседа, рассказ,	
	координационных кондиционных способностей при прохождении гимнастической полосы препятствий. Научить соблюдать технику безопасности на уроке физкультуры, через изучение		одновременно разнообразные двигательные действия. Соблюдать технику безопасности при	физические качества с помощью разнообразных двигательных действий. Расширять знания о принципах игры в	Познавательные: самостоятельно находить и структурировать информацию о развитии физических качеств. Регулятивные: оценка, выделение и осознание того, что уже освоено и что еще подлежит усвоению. Коммуникативные: формулировать собственное мнение и позицию. Познавательные: самостоятельно находить и структурировать информацию о регби как виде спорта. Регулятивные: оценка, выделение и осознание того, что уже освоено и что еще подлежит усвоению.	отдыха и профилактика вредных привычек. Готовить спортивный инвентарь к занятиям по регби, правила действия	проведения соревнований по гимнастике. Объяснять правила техники безопасности	Беседа, рассказ,	
	координационных кондиционных способностей при прохождении гимнастической полосы препятствий. Научить соблюдать технику безопасности на уроке физкультуры, через изучение принципов игры в	Образовательно- Образовательно- познавательный тренировочный	одновременно разнообразные двигательные действия. Соблюдать технику безопасности при	физические качества с помощью разнообразных двигательных действий. Расширять знания о принципах игры в	Познавательные: самостоятельно находить и структурировать информацию о развитии физических качеств. Регулятивные: оценка, выделение и осознание того, что уже освоено и что еще подлежит усвоению. Коммуникативные: формулировать собственное мнение и позицию. Познавательные: самостоятельно находить и структурировать информацию о регби как виде спорта. Регулятивные: оценка, выделение и осознание того, что уже освоено и что еще подлежит усвоению. Коммуникативные: формулировать	отдыха и профилактика вредных привычек. Готовить спортивный инвентарь к занятиям по регби, правила действия	проведения соревнований по гимнастике. Объяснять правила техники безопасности	Беседа, рассказ,	
	координационных кондиционных способностей при прохождении гимнастической полосы препятствий. Научить соблюдать технику безопасности на уроке физкультуры, через изучение принципов игры в регби.		одновременно разнообразные двигательные действия. Соблюдать технику безопасности при занятиях регби.	физические качества с помощью разнообразных двигательных действий. Расширять знания о принципах игры в регби.	Познавательные: самостоятельно находить и структурировать информацию о развитии физических качеств. Регулятивные: оценка, выделение и осознание того, что уже освоено и что еще подлежит усвоению. Коммуникативные: формулировать собственное мнение и позицию. Познавательные: самостоятельно находить и структурировать информацию о регби как виде спорта. Регулятивные: оценка, выделение и осознание того, что уже освоено и что еще подлежит усвоению. Коммуникативные: формулировать собственное мнение и позицию.	отдыха и профилактика вредных привычек. Готовить спортивный инвентарь к занятиям по регби, правила действия в экстренных ситуациях.	проведения соревнований по гимнастике. Объяснять правила техники безопасности на уроках регби.	Беседа, рассказ, реферат.	
	координационных кондиционных способностей при прохождении гимнастической полосы препятствий. Научить соблюдать технику безопасности на уроке физкультуры, через изучение принципов игры в регби.		одновременно разнообразные двигательные действия. Соблюдать технику безопасности при занятиях регби.	физические качества с помощью разнообразных двигательных действий. Расширять знания о принципах игры в регби. Анализировать технику	Познавательные: самостоятельно находить и структурировать информацию о развитии физических качеств. Регулятивные: оценка, выделение и осознание того, что уже освоено и что еще подлежит усвоению. Коммуникативные: формулировать собственное мнение и позицию. Познавательные: самостоятельно находить и структурировать информацию о регби как виде спорта. Регулятивные: оценка, выделение и осознание того, что уже освоено и что еще подлежит усвоению. Коммуникативные: формулировать собственное мнение и позицию. Познавательные: уметь объяснить	отдыха и профилактика вредных привычек. Готовить спортивный инвентарь к занятиям по регби, правила действия в экстренных ситуациях.	проведения соревнований по гимнастике. Объяснять правила техники безопасности на уроках регби.	Беседа, рассказ,	
	координационных кондиционных способностей при прохождении гимнастической полосы препятствий. Научить соблюдать технику безопасности на уроке физкультуры, через изучение принципов игры в регби. Развитие координационных	Образовательно- познавательный	одновременно разнообразные двигательные действия. Соблюдать технику безопасности при занятиях регби. Выполнять технические	физические качества с помощью разнообразных двигательных действий. Расширять знания о принципах игры в регби. Анализировать технику игры руками в регби,	Познавательные: самостоятельно находить и структурировать информацию о развитии физических качеств. Регулятивные: оценка, выделение и осознание того, что уже освоено и что еще подлежит усвоению. Коммуникативные: формулировать собственное мнение и позицию. Познавательные: самостоятельно находить и структурировать информацию о регби как виде спорта. Регулятивные: оценка, выделение и осознание того, что уже освоено и что еще подлежит усвоению. Коммуникативные: формулировать собственное мнение и позицию. Познавательные: уметь объяснить технику игры руками в регби.	отдыха и профилактика вредных привычек. Готовить спортивный инвентарь к занятиям по регби, правила действия в экстренных ситуациях. Уметь развивать мелкую моторику используя	проведения соревнований по гимнастике. Объяснять правила техники безопасности на уроках регби.	Беседа, рассказ, реферат.	
	координационных кондиционных способностей при прохождении гимнастической полосы препятствий. Научить соблюдать технику безопасности на уроке физкультуры, через изучение принципов игры в регби. Развитие координационных способностей, через	Образовательно- познавательный	одновременно разнообразные двигательные действия. Соблюдать технику безопасности при занятиях регби. Выполнять технические действия при игре	физические качества с помощью разнообразных двигательных действий. Расширять знания о принципах игры в регби. Анализировать технику игры руками в регби, исправлять типичные	Познавательные: самостоятельно находить и структурировать информацию о развитии физических качеств. Регулятивные: оценка, выделение и осознание того, что уже освоено и что еще подлежит усвоению. Коммуникативные: формулировать собственное мнение и позицию. Познавательные: самостоятельно находить и структурировать информацию о регби как виде спорта. Регулятивные: оценка, выделение и осознание того, что уже освоено и что еще подлежит усвоению. Коммуникативные: формулировать собственное мнение и позицию. Познавательные: уметь объяснить технику игры руками в регби. Регулятивные: составлять план и	отдыха и профилактика вредных привычек. Готовить спортивный инвентарь к занятиям по регби, правила действия в экстренных ситуациях. Уметь развивать мелкую моторику используя технику игры руками в	проведения соревнований по гимнастике. Объяснять правила техники безопасности на уроках регби. Выполнять технические действия при игре руками в	Беседа, рассказ, реферат.	
	координационных кондиционных способностей при прохождении гимнастической полосы препятствий. Научить соблюдать технику безопасности на уроке физкультуры, через изучение принципов игры в регби. Развитие координационных	Образовательно- познавательный	одновременно разнообразные двигательные действия. Соблюдать технику безопасности при занятиях регби. Выполнять технические	физические качества с помощью разнообразных двигательных действий. Расширять знания о принципах игры в регби. Анализировать технику игры руками в регби,	Познавательные: самостоятельно находить и структурировать информацию о развитии физических качеств. Регулятивные: оценка, выделение и осознание того, что уже освоено и что еще подлежит усвоению. Коммуникативные: формулировать собственное мнение и позицию. Познавательные: самостоятельно находить и структурировать информацию о регби как виде спорта. Регулятивные: оценка, выделение и осознание того, что уже освоено и что еще подлежит усвоению. Коммуникативные: формулировать собственное мнение и позицию. Познавательные: уметь объяснить технику игры руками в регби.	отдыха и профилактика вредных привычек. Готовить спортивный инвентарь к занятиям по регби, правила действия в экстренных ситуациях. Уметь развивать мелкую моторику используя	проведения соревнований по гимнастике. Объяснять правила техники безопасности на уроках регби.	Беседа, рассказ, реферат.	
42	координационных кондиционных способностей при прохождении гимнастической полосы препятствий. Научить соблюдать технику безопасности на уроке физкультуры, через изучение принципов игры в регби. Развитие координационных способностей, через	Образовательно- познавательный	одновременно разнообразные двигательные действия. Соблюдать технику безопасности при занятиях регби. Выполнять технические действия при игре	физические качества с помощью разнообразных двигательных действий. Расширять знания о принципах игры в регби. Анализировать технику игры руками в регби, исправлять типичные	Познавательные: самостоятельно находить и структурировать информацию о развитии физических качеств. Регулятивные: оценка, выделение и осознание того, что уже освоено и что еще подлежит усвоению. Коммуникативные: формулировать собственное мнение и позицию. Познавательные: самостоятельно находить и структурировать информацию о регби как виде спорта. Регулятивные: оценка, выделение и осознание того, что уже освоено и что еще подлежит усвоению. Коммуникативные: формулировать собственное мнение и позицию. Познавательные: уметь объяснить технику игры руками в регби. Регулятивные: составлять план и	отдыха и профилактика вредных привычек. Готовить спортивный инвентарь к занятиям по регби, правила действия в экстренных ситуациях. Уметь развивать мелкую моторику используя технику игры руками в	проведения соревнований по гимнастике. Объяснять правила техники безопасности на уроках регби. Выполнять технические действия при игре руками в	Беседа, рассказ, реферат.	
	координационных кондиционных способностей при прохождении гимнастической полосы препятствий. Научить соблюдать технику безопасности на уроке физкультуры, через изучение принципов игры в регби. Развитие координационных способностей, через изучение туры	Образовательно- познавательный	одновременно разнообразные двигательные действия. Соблюдать технику безопасности при занятиях регби. Выполнять технические действия при игре	физические качества с помощью разнообразных двигательных действий. Расширять знания о принципах игры в регби. Анализировать технику игры руками в регби, исправлять типичные	Познавательные: самостоятельно находить и структурировать информацию о развитии физических качеств. Регулятивные: оценка, выделение и осознание того, что уже освоено и что еще подлежит усвоению. Коммуникативные: формулировать собственное мнение и позицию. Познавательные: самостоятельно находить и структурировать информацию о регби как виде спорта. Регулятивные: оценка, выделение и осознание того, что уже освоено и что еще подлежит усвоению. Коммуникативные: формулировать собственное мнение и позицию. Познавательные: уметь объяснить технику игры руками в регби. Регулятивные: составлять план и последовательность действий при	отдыха и профилактика вредных привычек. Готовить спортивный инвентарь к занятиям по регби, правила действия в экстренных ситуациях. Уметь развивать мелкую моторику используя технику игры руками в	проведения соревнований по гимнастике. Объяснять правила техники безопасности на уроках регби. Выполнять технические действия при игре руками в регби, выявлять и	Беседа, рассказ, реферат.	
42	координационных кондиционных способностей при прохождении гимнастической полосы препятствий. Научить соблюдать технику безопасности на уроке физкультуры, через изучение принципов игры в регби. Развитие координационных способностей, через изучение туры	Образовательно- познавательный	одновременно разнообразные двигательные действия. Соблюдать технику безопасности при занятиях регби. Выполнять технические действия при игре	физические качества с помощью разнообразных двигательных действий. Расширять знания о принципах игры в регби. Анализировать технику игры руками в регби, исправлять типичные	Познавательные: самостоятельно находить и структурировать информацию о развитии физических качеств. Регулятивные: оценка, выделение и осознание того, что уже освоено и что еще подлежит усвоению. Коммуникативные: формулировать собственное мнение и позицию. Познавательные: самостоятельно находить и структурировать информацию о регби как виде спорта. Регулятивные: оценка, выделение и осознание того, что уже освоено и что еще подлежит усвоению. Коммуникативные: формулировать собственное мнение и позицию. Познавательные: уметь объяснить технику игры руками в регби. Регулятивные: составлять план и последовательность действий при развитии координационных	отдыха и профилактика вредных привычек. Готовить спортивный инвентарь к занятиям по регби, правила действия в экстренных ситуациях. Уметь развивать мелкую моторику используя технику игры руками в	проведения соревнований по гимнастике. Объяснять правила техники безопасности на уроках регби. Выполнять технические действия при игре руками в регби, выявлять и устранять типичные	Беседа, рассказ, реферат.	
42	координационных кондиционных способностей при прохождении гимнастической полосы препятствий. Научить соблюдать технику безопасности на уроке физкультуры, через изучение принципов игры в регби. Развитие координационных способностей, через изучение туры	Образовательно- познавательный	одновременно разнообразные двигательные действия. Соблюдать технику безопасности при занятиях регби. Выполнять технические действия при игре	физические качества с помощью разнообразных двигательных действий. Расширять знания о принципах игры в регби. Анализировать технику игры руками в регби, исправлять типичные	Познавательные: самостоятельно находить и структурировать информацию о развитии физических качеств. Регулятивные: оценка, выделение и осознание того, что уже освоено и что еще подлежит усвоению. Коммуникативные: формулировать собственное мнение и позицию. Познавательные: самостоятельно находить и структурировать информацию о регби как виде спорта. Регулятивные: оценка, выделение и осознание того, что уже освоено и что еще подлежит усвоению. Коммуникативные: формулировать собственное мнение и позицию. Познавательные: уметь объяснить технику игры руками в регби. Регулятивные: составлять план и последовательность действий при развитии координационных способностей.	отдыха и профилактика вредных привычек. Готовить спортивный инвентарь к занятиям по регби, правила действия в экстренных ситуациях. Уметь развивать мелкую моторику используя технику игры руками в	проведения соревнований по гимнастике. Объяснять правила техники безопасности на уроках регби. Выполнять технические действия при игре руками в регби, выявлять и устранять типичные	Беседа, рассказ, реферат.	
42	координационных кондиционных способностей при прохождении гимнастической полосы препятствий. Научить соблюдать технику безопасности на уроке физкультуры, через изучение принципов игры в регби. Развитие координационных способностей, через изучение туры		одновременно разнообразные двигательные действия. Соблюдать технику безопасности при занятиях регби. Выполнять технические действия при игре	физические качества с помощью разнообразных двигательных действий. Расширять знания о принципах игры в регби. Анализировать технику игры руками в регби, исправлять типичные	Познавательные: самостоятельно находить и структурировать информацию о развитии физических качеств. Регулятивные: оценка, выделение и осознание того, что уже освоено и что еще подлежит усвоению. Коммуникативные: формулировать собственное мнение и позицию. Познавательные: самостоятельно находить и структурировать информацию о регби как виде спорта. Регулятивные: оценка, выделение и осознание того, что уже освоено и что еще подлежит усвоению. Коммуникативные: формулировать собственное мнение и позицию. Познавательные: уметь объяснить технику игры руками в регби. Регулятивные: составлять план и последовательность действий при развитии координационных способностей. Коммуникативные: умение организовывать сотрудничество и	отдыха и профилактика вредных привычек. Готовить спортивный инвентарь к занятиям по регби, правила действия в экстренных ситуациях. Уметь развивать мелкую моторику используя технику игры руками в	проведения соревнований по гимнастике. Объяснять правила техники безопасности на уроках регби. Выполнять технические действия при игре руками в регби, выявлять и устранять типичные	Беседа, рассказ, реферат.	
42	координационных кондиционных способностей при прохождении гимнастической полосы препятствий. Научить соблюдать технику безопасности на уроке физкультуры, через изучение принципов игры в регби. Развитие координационных способностей, через изучение туры	Образовательно- познавательный	одновременно разнообразные двигательные действия. Соблюдать технику безопасности при занятиях регби. Выполнять технические действия при игре	физические качества с помощью разнообразных двигательных действий. Расширять знания о принципах игры в регби. Анализировать технику игры руками в регби, исправлять типичные	Познавательные: самостоятельно находить и структурировать информацию о развитии физических качеств. Регулятивные: оценка, выделение и осознание того, что уже освоено и что еще подлежит усвоению. Коммуникативные: формулировать собственное мнение и позицию. Познавательные: самостоятельно находить и структурировать информацию о регби как виде спорта. Регулятивные: оценка, выделение и осознание того, что уже освоено и что еще подлежит усвоению. Коммуникативные: формулировать собственное мнение и позицию. Познавательные: уметь объяснить технику игры руками в регби. Регулятивные: составлять план и последовательность действий при развитии координационных способностей. Коммуникативные: умение	отдыха и профилактика вредных привычек. Готовить спортивный инвентарь к занятиям по регби, правила действия в экстренных ситуациях. Уметь развивать мелкую моторику используя технику игры руками в	проведения соревнований по гимнастике. Объяснять правила техники безопасности на уроках регби. Выполнять технические действия при игре руками в регби, выявлять и устранять типичные	Беседа, рассказ, реферат.	

	D		D	1 .	T	37	D	I n	
	Развитие гибкости,	I	Выполнять боковой	Анализировать технику	Познавательные: составлять комплексы	Устанавливать уровень	Выполнять боковой	Беседа.	
	через изучение техники	НОЙ	захват.	бокового захвата;	из освоенных элементов для развития	развития гибкости для	захват.		
	захватов.	Образовательно - обучающий		исправлять ошибки;	гибкости.	самореализации и			
44		aT6 1FO]		контролировать	Регулятивные: оценивание, выделение и	саморазвития.			
		80B y42		правильность	осознание учащимся того, что уже				
		pa3 o6		выполнения.	освоено и что еще подлежит усвоению.				
		00			Коммуникативные: согласовывать				
					усилия по достижению общих целей.				
	Развитие гибкости,	ı	Выполнять захват	Анализировать технику	Познавательные: составлять комплексы	Устанавливать уровень	Выполнять передний	Беседа.	
	через изучение техники	7, 10	сзади, передний	захвата сзади,	из освоенных элементов для развития	развития гибкости для	захват, захват сзади.		
	захвата сзади,	1919 (141)	захват.	передний захват;	гибкости.	самореализации и			
45	передний захват.	Образовательно - обучающий		исправлять ошибки;	Регулятивные: оценивание, выделение и	саморазвития.			
43		0В;		контролировать	осознание учащимся того, что уже				
		2a3 563		правильность	освоено и что еще подлежит усвоению.				
)6 _J		выполнения.	Коммуникативные: согласовывать				
					усилия по достижению общих целей.				
	Развитие силовых	1	Выполнять	Анализировать технику	Познавательные: составлять комплексы	Устанавливать уровень	Выполнять отражение	Беседа.	
	способностей, через	10.	отражение захвата	отражения захвата при	из освоенных элементов для развития	развития силы для	захвата при помощи		
	изучение техники	115. LAI,	при помощи руки.	помощи руки;	силы.	самореализации и	руки в различных		
46	отражения захвата при	1TE 1O11		исправлять ошибки;	Регулятивные: оценивание, выделение и	саморазвития.	игровых ситуациях.		
40	помощи руки.	ова		контролировать	осознание учащимся того, что уже				
) 265		правильность	освоено и что еще подлежит усвоению.				
		Образовательно - обучающий		выполнения.	Коммуникативные: согласовывать				
					усилия по достижению общих целей.				
	Развитие силовых	1	Выполнять игру в	Анализировать технику	Познавательные: составлять комплексы	Устанавливать уровень	Выполнять игровые	Рассказ.	
	способностей, через	0 ,1	«контакт».	игры в «контакт»;	из освоенных элементов для развития	развития силы для	действия в «контакт».		
	изучение техники игры	JAT,		исправлять ошибки;	силы.	самореализации и			
47	в «контакт».	Образовательно - обучающий		контролировать	Регулятивные: оценивание, выделение и	саморазвития.			
47		ЭВг		правильность	осознание учащимся того, что уже				
		9a3 965		выполнения.	освоено и что еще подлежит усвоению.				
)6p			Коммуникативные: согласовывать				
					усилия по достижению общих целей.				
	Развитие		Планировать занятия	Контролировать	Познавательные: формулировать	Развивать свои	Выполнять правила	Соревнования.	
	координационных и		регби в режиме	правильность	учебные цели при обучении тактики и	физические качества,	игры, уважительно		
	кондиционных	10 .	учебного дня.	выполнения тактико-	техники игры в регби.	стремиться к	относиться к		
	способностей, через	13E.		технических действий	Регулятивные прогнозировать развитие	достижению высоких	сопернику и управлять		
48	игру в регби.	aTe. Bo		в регби.	координационных и кондиционных	спортивных результатов,	своими эмоциями.		
48	-	Образовательно - тренировочный			качеств в режиме учебного дня.	участвовать в			
)a3			Коммуникативные: умение	соревнованиях			
)бр тр(предупреждать конфликтные ситуации во	различного уровня.			
		0			время совместных занятий физической				
					культурой.				

					3 четверть			
	Развитие гибкости,		Выполнять основные	Совершенствовать	Познавательные: составлять комплексы	Устанавливать уровень	Выполнять основные	Беседа.
	через обучение	- 0	движения	физические качества	из освоенных элементов для развития	развития гибкости для	движения	Рассказ.
	основных движений	ьн	классической	используя элементы	гибкости.	самореализации и	классической	Tuothus
	классической	гел	аэробики.	классической	Регулятивные: оценивание, выделение и	саморазвития.	аэробики.	
49	аэробики.	вал	изросики.	аэробики.	осознание учащимся того, что уже	симоризвития.	uspoonkii.	
	аэроонки.	130 5ye		аэроонки.	освоено и что еще подлежит усвоению.			
		o, o			Коммуникативные: согласовывать			
		Образовательно - обучающий			усилия по достижению общих целей.			
	Развитие общей		Выполнять основные	Решать залачи	Познавательные: уметь объяснить	Умение выполнять	Выполнять комплекс	Соревнования.
	выносливости, через	1	движения	соревновательной	технику выполнения основных элементов	комплекс упражнений	упражнений под	Соревнования.
	выполнение комплекса	40 ый	классической	деятельности с	классической аэробики.	классической аэробики	J 1	
	упражнений под	JIB1	аэробики под	помощью	Регулятивные: составлять план и	под музыку.	музыку.	
50	* *	Образовательно - тренировочный	1	'	последовательность действий при	под музыку.		
30	музыку.	овя	музыку.	двигательных лействий.	развитии общей выносливости.			
		эаз ень		деиствии.	развитии оощеи выносливости. Коммуникативные: умение			
		Эбр тре						
)			организовывать сотрудничество с			
	11		G-5	П	учителем и сверстниками.	V	05	Г
	Научить соблюдать	Образовательно- познавательный	Соблюдать технику	Подбирать лыжи и	Познавательные: самостоятельно	Умения выбирать	Объяснять правила	Беседа,
	технику безопасности	ЛБЕ	безопасности;	одежду для занятий	находить и структурировать информацию	спортивную одежду и	техники безопасности	рассказ,
	на уроках физической	те	получит	лыжным спортом.	о лыжном спорте.	спортивный инвентарь	на уроках лыжной	реферат.
51	культуры, через	ова	представление о		Регулятивные: оценка того, что уже	при подготовки к	подготовки.	
	изучение истории	на	видах лыжной		освоено и что еще подлежит усвоению.	занятиям.		
	развития лыжного) 195	подготовки.		Коммуникативные: формулировать			
	спорта.	ı	-	77. 6	собственное мнение и позицию.			2
	Развитие общей	- ,4	Выполнять	Подбирать упражнения	Познавательные: владение сведениями	Умение наносить и	Выполнять	Рассказ.
	выносливости, при	ынс	ступающий и	для совершенствования	об организации и проведении занятия по	подбирать лыжную мазь	упражнения по	
	прохождении	ел	скользящий шаг.	ступающего и	лыжному спорту.	в зависимости от типа	закреплению техники	
52	дистанции ступающим	ват		скользящего шага.	Регулятивные наблюдать за	лыж и погодных условий.	ступающего и	
	и скользящим шагом	30]			показателями физического развития и		скользящего шага.	
		бра			физической подготовленности.			
		Образовательно- тренировочный			Коммуникативные: ведение диалога в			
			_		доброжелательной и открытой форме.			
	Развитие общей	I	Выполнять	Контролировать	Познавательные: понимание ф.к. как	Умение выполнять	Описывать технику	Эстафеты.
	выносливости, через	Образовательно - обучающий	попеременный	правильность	средство организации здорового образа	попеременный	попеременного	
	изучение	STE UTA	двухшажный ход.	выполнения	жизни, профилактика вредных привычек.	двухшажный ход.	двухшажного хода,	
53	попеременного	ате		попеременного	Регулятивные: составлять план и		осваивать	
	двухшажного хода.	30В УЧ3		двухшажного хода.	последовательность действий при		самостоятельно,	
		pa o6			развитии обшей выносливости.		выявлять и устранять	
		90			Коммуникативные: умение работать		типичные ошибки.	
	7		D	76	индивидуально и в группе.	77		
	Развитие силовой	- 0	Выполнять	Контролировать	Познавательные: понимание ф.к. как	Умение выполнять	Описывать технику	Эстафеты.
	выносливости, через	њн ий	одновременный	правильность	средство профилактики вр-х привычек.	одновременный	одновременного	
	изучение	тел	бесшажный ход.	выполнения	Регулятивные: составлять план и	бесшажный ход.	бесшажного хода,	
54	одновременного	ва		одновременного	последовательность действий при		осваивать	
	бесшажного хода.	азс бу		бесшажного хода.	развитии силовой выносливости.		самостоятельно,	
		Образовательно - обучающий			Коммуникативные: умение работать		выявлять и устранять	
		0			индивидуально и в группе.		типичные ошибки.	

	Разрития оппарти		Di mo miami	Полбивот упрому стоя	Познавата и им на вна начина аватачна с	Vyoryyo py mo mygm	Principle and an article and a second a second and a second a second and a second a second and a	Сопориорония	
	Развитие силовых	- ×=	Выполнять	Подбирать упражнения	Познавательные: владение сведениями	Умение выполнять	Выполнять	Соревнования.	
	способностей, при	БНС	торможение плугом.	для совершенствования	об организации и проведении занятия по	торможение плугом.	упражнения по		
	изучении техники	e III		силовых способностей	лыжному спорту.		закреплению техники		
55	торможения плугом.	зат		и техники торможения	Регулятивные наблюдать за		торможения плугом.		
		Образовательно- тренировочный		плугом.	показателями физического развития и				
		ра			физической подготовленности.				
		06 Tp			Коммуникативные: ведение диалога в				
					доброжелательной и открытой форме.				
ł	Развитие скоростной	1	Выполнять	Контролировать	Познавательные: понимание ф.к. как	Умение выполнять	Описывать технику	Эстафеты	
	выносливости, через	10,1	одновременный	правильность	средство профилактики вредных	одновременный	одновременного		
	изучение	HI (III)	одношажный ход.	выполнения	привычек.	одношажный ход.	одношажного хода,		
56	одновременного	те		одновременного	Регулятивные: составлять план и		осваивать		
30	одношажного хода.	ова		одношажного хода.	последовательность действий при		самостоятельно,		
		Образовательно - обучающий			развитии силовой выносливости.		выявлять и устранять		
)6p			Коммуникативные: умение работать		типичные ошибки.		
					индивидуально и в группе.				
	Развитие общей	1	Выполнять	Контролировать	Познавательные: понимание	Умение выполнять	Описывать технику	Беседа.	
	выносливости, через	Образовательно - обучающий	одновременный	правильность	физической культуры как средство	одновременный	одновременного		
	изучение	15Н	двушажный ход.	выполнения	профилактики вредных привычек.	двушажный ход.	двушажного хода,		
	одновременного	Te.I		одновременного	Регулятивные: составлять план и		осваивать		
57	двушажного хода.	ва		двушажного хода.	последовательность действий при		самостоятельно,		
	7-7	a30 буч		7-7	развитии силовой выносливости.		выявлять и устранять		
		бр			Коммуникативные: умение работать		типичные ошибки.		
1		0			индивидуально и в группе.				
	Развитие силовых	ı	Выполнять	Контролировать	Познавательные: понимание ф.к. как	Умение выполнять	Описывать технику	Рассказ,	
	способностей, через	НОЙ	скользящий бег,	правильность	профилактика вредных привычек.	скользящий бег,	скользящего бега,	Беседа.	ı
	изучение техники	THE THE	повороты	выполнения поворотов	Регулятивные: составлять план и	повороты переступанием.	повороты	Беседа.	
58	скользящего бега и	ате	переступанием.	переступанием.	последовательность действий при	nepera neperiyaanie	переступанием,		l
	поворотов	:0В уч:	nepectynamien.	inepoorymanness.	развитии силовых способностей.		выявлять и устранять		l
	переступанием.	pa3			Коммуникативные: умение работать		типичные ошибки.		l
	переступаннем.	Образовательно - обучающий			индивидуально и в группе.		THIN INDIC CHINCKII.		,
	Развитие скоростной		Выполнять поворот	Контролировать	Познавательные: понимание	Умение выполнять	Описывать технику	Рассказ.	
	выносливости, через		плугом.	правильность	физической культуры как средство	поворот плугом вправо и	торможения плугом,	1 deckus.	,
	изучение техники	10 JE	1151 y 1 OM.	выполнения поворота	организации здорового образа жизни,	влево.	осваивать		
	поворота плугом.	OTAL JEE		плугом вправо и влево.	профилактика вредных привычек.	влево.	самостоятельно,		
59	поворота плугом.	те		плугом вправо и влево.	Регулятивные: составлять план и		выявлять и устранять		
37		ОВ; /ча			последовательность действий при		типичные ошибки.		
)a3			развитии скоростной выносливости.		типичные ошиоки.		
		Образовательно - обучающий			Коммуникативные: умение работать				
					индивидуально и в группе.				
	Развитие силовых	2 _	Выполнять подъем	Контролировати	Познавательные: понимание ф.к. как	Умение выполнять	Описывать технику	Эстафеты	
	газвитие силовых способностей, через	њн	общолнять подъем «полуелочкой».	Контролировать	гознавательные: понимание ф.к. как средства проф-ка вредных привычек.	у мение выполнять подъем «полуелочкой».	подъем «полуелочкой»,	Эстафеты.	
	, .	тел	«полуслочкои».	правильность		подвем «полуслочкои».			
60	изучение техники	ъва		выполнения подъем	Регулятивные: составлять план и		осваивать		
	подъема	азс бу [,]		«полуелочкой».	послед-сть действий при развитии силы.		самостоятельно,		
	«полуелочной».	Образовательно – обучающий			Коммуникативные: умение работать		выявлять и устранять		
	Doopyratio area access	1	Проводите напами	Прополити гология	индивидуально и в группе.	Продрудат	типичные ошибки.	Doggran	
	Развитие скоростной	10 -	Проводить короткую	Проводить подвижные	Познавательные: понимание ф.к. как	Проявлять	Играть в подвижную	Рассказ,	
	выносливости при	TEH	разминку со	игры на лыжах.	средства организации активного отдыха.	внимательность,	игру на лыжах	беседа.	
(1	проведении	Tel	снежками, играть в		Регулятивные: составлять план и	упорство в выполнении	«Граница на замке».		
61	подвижных игр на	рва	подвижную игру		последовательность действий при	учебных заданий.			
	лыжах.	азс	«Граница на замке».		развитии скоростных способностей.				
i l		Образовательно - тренировочный			Коммуникативные: умение работать				,
		0			индивидуально и в группе.				

encodinected, report a resument restriction of a concentrate extension of a		D.		ъ	TC.		T x 7			
Важение социальные привержение подвеждение учение работать при доступную доступную доступную доступную доступную доступную доступными доступную доступными доступную доступную доступную доступными доступную доступными доступную доступную доступными досту		Развитие силовых	1	Выполнять спуск с	Контролировать	Познавательные: понимание	Умение выполнять спуск	Описывать технику	Соревнования.	
Passertive cuttoned is national time the passertive properties of the pass		, <u>.</u>	0 Z	пологих склонов.	правильность		с пологого склона.	спуска, осваивать		
Важения при правдения пра		изучение техники			выполнения спуска,	организации здорового образа жизни.		самостоятельно,		
Passertive cuttoned is national time the passertive properties of the pass	62	спусков с пологих	тте ю		выбирать стойку в	Регулятивные: составлять план и		выявлять и устранять		
Passertive cuttoned is national time the passertive properties of the pass	02	склонов.	ЭВЗ		зависимости от	последовательность действий при		типичные ошибки.		
Passertive cuttoned is national time the passertive properties of the pass			833 60y		крутизны спуска.	развитии силы.				
Важение социальные привержение подвеждение учение работать при доступную доступную доступную доступную доступную доступную доступными доступную доступными доступную доступную доступную доступными доступную доступными доступную доступную доступными досту			o Op			Коммуникативные: умение работать				
Веделать корушита установ выполняеть при проведении проведении праведении проведении проведения проведения проведения проведения проведения проведения дена проведения проведения подпитатую игру проведения дена проведения автигов подпитации и проведения записати проведения пределать предедения пр			0							
выносняюети при проведении в произвежное продуктить игр на продуктить игр на подвиждать и подвиждать игр на подвиждать игр на подвиждать игр на подвиждать и под		Развитие сиповой		Проводить короткую	Проволить различные		Проявлять	Играть в полвижную	Рассказ.	
Выполнять бет на лажих. Бет на результат 1000 м.			– ži	1	1		*	1		
Выполнять бет на лажих. Бет на результат 1000 м.		_	HP PH	*	-				осодин	
Выполнять бет на лажих. Бет на результат 1000 м.		*	ел	· ·	,		· ·	«терепость».		
Выполнять бет на лажих. Бет на результат 1000 м.	63	•	Bat			·	учесных задании.			
Выполнять бет на лажих. Бет на результат 1000 м.		лыжах.	301		проведении разминке.					
Выполнять бет на лажих. Бет на результат 1000 м.			pa	«крепость».						
Выполнять бет на лажих. Бет на результат 1000 м.			00							
борожения падением причении гехники порможения падением прической подготовлением подением подения подением подени				_		1,0			_	
Развитие общей выносиности, через закрепление техники изученым давномерном темпе. Бет на лыжах. Бет на результат 1000 м. Бет на лыжах. Бет на результат 1000 м. Выполнять бет на лыжах в развитие общей протировать темп до общения давномерном темпе, обеста при изучении истории развития выполнять сумение об объестного об объестного об объестного объе									Беседа.	
Развитие общей выносливости, через закрепление техники изученных лыжных ходов. Бет на лыжах. Бет на результат 1000 м. Бет на лыжах. Бет на результат 1000 м. Выполнять бег на лыжах в равномерном темпе, контролировать темпи бега. Оценивать технику выполнения классического хода в дыжах, определять и песеропизации активного отдыха. Регулитивные: составлять план и песеропизации активного отдыха. Регулитивные: умение развития выпосняюсти, уровень развития выносивности. Комуникативные: умение развития и самореализации. Объядеть техникой дыжного хода в дыжах, определять саморализации. Саморализации. Объядеть техникой дыжного хода, устанавливать значение уразвичным выпосивности. Развичным выпосивности. Развичным выпосивности. Развичным выпосивности. Объядеть техникой дыжного хода, устанавливать значение уразвичным выпосивности. Развичным выпосивности. Развичным выпосивности. Развичным выпосивности. Развичным выпосивности. Развичным выпосивности. Соблюдать технику безопасности; представление о технику безопасности; представление от техники безопасности; представление от техники составлять план и песеропизации. Тактических действий при развичным выпосивности. Соблюдать технику выполнения объекстволе. Объяснать правила техники безопасности; представление о сохвание того, тто уже освоено и что сестование того, тто у		-	HO 72	торможение	-	об организации и проведении занятия по	торможение падением.	упражнения по		
Развитие общей выносливости, через закрепление техники изученных лыжных ходов. Бет на лыжах. Бет на результат 1000 м. Бет на лыжах. Бет на результат 1000 м. Выполнять бег на лыжах в равномерном темпе, контролировать темпи бега. Оценивать технику выполнения классического хода в дыжах, определять и песеропизации активного отдыха. Регулитивные: составлять план и песеропизации активного отдыха. Регулитивные: умение развития выпосняюсти, уровень развития выносивности. Комуникативные: умение развития и самореализации. Объядеть техникой дыжного хода в дыжах, определять саморализации. Саморализации. Объядеть техникой дыжного хода, устанавливать значение уразвичным выпосивности. Развичным выпосивности. Развичным выпосивности. Развичным выпосивности. Объядеть техникой дыжного хода, устанавливать значение уразвичным выпосивности. Развичным выпосивности. Развичным выпосивности. Развичным выпосивности. Развичным выпосивности. Развичным выпосивности. Соблюдать технику безопасности; представление о технику безопасности; представление от техники безопасности; представление от техники составлять план и песеропизации. Тактических действий при развичным выпосивности. Соблюдать технику выполнения объекстволе. Объяснать правила техники безопасности; представление о сохвание того, тто уже освоено и что сестование того, тто у		способностей, при		падением.	1	, ,		изучению и		
Развитие общей выносливости, через закрепление техники изученных лыжных ходов. Бет на лыжах. Бет на результат 1000 м. Бет на лыжах. Бет на результат 1000 м. Выполнять бег на лыжах в равномерном темпе, контролировать темпи бега. Оценивать технику выполнения классического хода в дыжах, определять и песеропизации активного отдыха. Регулитивные: составлять план и песеропизации активного отдыха. Регулитивные: умение развития выпосняюсти, уровень развития выносивности. Комуникативные: умение развития и самореализации. Объядеть техникой дыжного хода в дыжах, определять саморализации. Саморализации. Объядеть техникой дыжного хода, устанавливать значение уразвичным выпосивности. Развичным выпосивности. Развичным выпосивности. Развичным выпосивности. Объядеть техникой дыжного хода, устанавливать значение уразвичным выпосивности. Развичным выпосивности. Развичным выпосивности. Развичным выпосивности. Развичным выпосивности. Развичным выпосивности. Соблюдать технику безопасности; представление о технику безопасности; представление от техники безопасности; представление от техники составлять план и песеропизации. Тактических действий при развичным выпосивности. Соблюдать технику выполнения объекстволе. Объяснать правила техники безопасности; представление о сохвание того, тто уже освоено и что сестование того, тто у	64	изучении техники	at(способностей.	Регулятивные наблюдать за		закреплению техники		
Развитие общей выносиности, через закрепление техники изученым клажных ходов. Бет на лыжах. Бет на результат 1000 м. Бет на лыжах. Бет на результат 1000 м. Выполнять бег на лыжах в равномерном темпе, контролировать темп бега. Оценивать технику выполнения клаженых ходов. Оценивать технику выполнения клаженых ходов. Оценивать технику выполнения клаженых ходов. Оценивать технику выполнения клаженых ходов выполнения дыжных гонках. Оценивать технику выполнения клаженых составлять план и постающествости. Регулитивные: составлять план и постающество технику празвитии выпосивности. Регулитивные: раскрывать значение догамизовывать сотрушеных сокращений. Коммуникативные: умение развития выполнения дыжного хода, устанавливать значение организовывать сотрушенных выдов выпосивости. Регулитивные: умение развития развития в равномерном темпе. Выполнять бет на лыжах. Бет на результат 1000 м. Выполнять бет на лыжах. Бет развития подголевать сего по догом сокращений. Коммуникативные: умение развития развития в развични развичным выдов выпосивости. Регулитивные: комрешений. Коммуникативные: самореализации. Соблюдать технику выполнения сего также средство объекствую деятельность с учителем и серстичных выдов выпосивности. Развития выполнения объекство объекствую деятельность с учителем и серстичность с учителем и семореализации. Тестирование подмежение подмежение подмежение правиты выполнения объекство по объекство по объекство по объекство развития подмежение подмежение подмежение представление от серденных сокращений. Коммуникативные: самостоятельно подмежение по	04	торможения падением.	10B			показателями физического развития и		торможения падением.		
Развитие общей выносливости, через закрепление техники изученных лыжных ходов. Бет на лыжах. Бет на результат 1000 м. Бет на лыжах. Бет на результат 1000 м. Выполнять бег на лыжах в равномерном темпе, контролировать темпи бега. Оценивать технику выполнения классического хода в дыжах, определять и песеропизации активного отдыха. Регулитивные: составлять план и песеропизации активного отдыха. Регулитивные: умение развития выпосняюсти, уровень развития выносивности. Комуникативные: умение развития и самореализации. Объядеть техникой дыжного хода в дыжах, определять саморализации. Саморализации. Объядеть техникой дыжного хода, устанавливать значение уразвичным выпосивности. Развичным выпосивности. Развичным выпосивности. Развичным выпосивности. Объядеть техникой дыжного хода, устанавливать значение уразвичным выпосивности. Развичным выпосивности. Развичным выпосивности. Развичным выпосивности. Развичным выпосивности. Развичным выпосивности. Соблюдать технику безопасности; представление о технику безопасности; представление от техники безопасности; представление от техники составлять план и песеропизации. Тактических действий при развичным выпосивности. Соблюдать технику выполнения объекстволе. Объяснать правила техники безопасности; представление о сохвание того, тто уже освоено и что сестование того, тто у			paa			физической подготовленности.				
Развитие общей выносиности, через закрепление техники изученым клажных ходов. Бет на лыжах. Бет на результат 1000 м. Бет на лыжах. Бет на результат 1000 м. Выполнять бег на лыжах в равномерном темпе, контролировать темп бега. Оценивать технику выполнения клаженых ходов. Оценивать технику выполнения клаженых ходов. Оценивать технику выполнения клаженых ходов. Оценивать технику выполнения клаженых ходов выполнения дыжных гонках. Оценивать технику выполнения клаженых составлять план и постающествости. Регулитивные: составлять план и постающество технику празвитии выпосивности. Регулитивные: раскрывать значение догамизовывать сотрушеных сокращений. Коммуникативные: умение развития выполнения дыжного хода, устанавливать значение организовывать сотрушенных выдов выпосивости. Регулитивные: умение развития развития в равномерном темпе. Выполнять бет на лыжах. Бет на результат 1000 м. Выполнять бет на лыжах. Бет развития подголевать сего по догом сокращений. Коммуникативные: умение развития развития в развични развичным выдов выпосивости. Регулитивные: комрешений. Коммуникативные: самореализации. Соблюдать технику выполнения сего также средство объекствую деятельность с учителем и серстичных выдов выпосивности. Развития выполнения объекство объекствую деятельность с учителем и серстичность с учителем и семореализации. Тестирование подмежение подмежение подмежение правиты выполнения объекство по объекство по объекство по объекство развития подмежение подмежение подмежение представление от серденных сокращений. Коммуникативные: самостоятельно подмежение по) [90			Коммуникативные: ведение диалога в				
Выпосливости, через закрепление техники и изучении истории развития баскетбола. Выполнения развития баскетбола. Выполнения классического хода в равномерном темпе. Выполнения классического хода в равномерном темпе. Регулятивные: составлять план и последовательность действий при развития выносливости. Коммуникативные: умение работать индивидуально и в группе. Выполнять бет на дъжках в равномерном темпе, контролировать темп бета. Выполнять бет на дъжках в равномерном темпе, контролировать темп бета. Выполнять бет на дъжках в при подпотовке к занятиям при изучении истории развития баскетбола. Выполнять бет на дъжках в правномерном темпе, контролировать темп бета. Оценивать выполнение технических действий в дъжках в правномерном темпе, контролировать е темп бета. Оценивать выполнение технических действий в дъжжных гонках. Оценивать выполнение технических действий в дъжжных гонках. Оценивать выполнение технических действий в дъжжных гонках. Оденивать выполнение технических действий в дъжжных гонках. Оденивать выполнение технической нагрузки и контролировать е ё по частоте серденных сокращений. Коммуникативные: умение организовывать согруднической нагрузки и контролировать е е по частоте серденных сокращений. Стойки в баскетболе. Объяснять правила техники безопасности; представление о технике выполнения стоюх в баскетболе. Объяснять правила техники безопасности; представление о технике выполнения стоюх в баскетболе. Объяснять правила техники безопасности при игре в баскетбол. Объяснять правила техники безопасности при игре в баскетбол. Объяснять при игре в баскетбол. Объяснять при игре в баскетбол. Объяснять правила техники безопасности при игре в баскетбол. Объяснять при игре в баскетбол. Объясна						доброжелательной и открытой форме.				
Выпосливости, через закрепление техники и изучении истории развития баскетбола. Выполнетия Выполнетия Выполнетия Классического хода в дактепции в дажных гонках. Выполнетия Классического хода в дактепции в дажных гонках. Выполнять бет на дажных гонках. Выполнетие технических и последовательность действий при развитии в настипальности. Коммуникативные: раскрывать значение технических действий в дажных гонках. Выполнять бет на дажных гонках. Выполнять технических действий в дажных гонках. Выполнять технической нагрузки и контролировать её по частоте серденных сокращений. Соблюдать технику важных гонками. Выполнять наскорт при изразвития ванической нагрузки и контролировать её по частоте серденных сокращений. Соблюдать техник ваморить и спортивную одежду и инвентарь при изучении истории развития баскетбола. Выполнять наскорт при итре в баскетбол. Ваксетбы при итре в баскетбол. Ваксетбы пр		Развитие общей		Проходить	Оценивать технику	Познавательные: понимание	Овладеть техникой	Прохождение	Рассказ.	
Бег на лыжах. Бег на результат 1000 м. Выполнять бег на лыжах в разночение технических и тактических и тактических и тактических и тактических и тактических действий в лыжных гонках. Научить выбирать спотринную одежду и подготовке к занятиям при изучении истории развития баскетбола. Научить выбирать стортивную одежду и подготовке к занятиям при изучении истории развития баскетбола. Выполнять бег на лыжах. Выполнение технических и тактических и тактических и тактических и тактических и тактических действий в лыжных гонках. Нозивавательные: раскрывать значение пульсовых режимов в развитии развития к выбирать индивидуальный режим физической нагрузки и контролировать её по частоте серденных оскращений. Коммуникативные: умение организовывать сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками. Научить выбирать спотринную одежду и подготовке к занятиям при изучении истории развития баскетбола. Научить выбирать спотринную одежду и подготовке к занятиям при изучении истории развития баскетбола. Облюдать технику безопасности; подучит представление о технике выполнения стоек в баскетболе. Облюдать техникой лыжного хода, устанавливать значение пульсовых режимов в развитии развития к выбрать индивидуальный режим физической нагрузки и контролировать информацию обаскетболе находить и структурировать информацию обаскетболе находить и структурировать информацию обаскетболе осознание того, что уже освоено и что еще подлежит усвоению. Коммуникативные: оденка, выделение и осознание того, что уже освоено и что еще подлежит усвоению. Коммуникативные: оденка, выделение и осознание того, что уже освоено и что еще подлежит усвоению. Коммуникативные: фактывностивности дна информацию обаскетбол. Предодолевать начение прикавные закимов обращений и саморами и саморами. Объяснять представление при игранием правити и саморами		выносливости, через	0 - ĬĬ	*	•	физической культуры как средства		*		
Бег на лыжах. Бег на результат 1000 м. Выполнять бег на лыжах в разномерном темпе, комтролировать темп бега. Выполнять бег на лыжах в разномерном темпе, комтролировать темп бега. Выполнять бег на лыжах в разномерном темпе, комтролировать темп бега. Научить выбирать спотривную одежду и подготовке к занятиям при изучении истории развития баскетбола. Научить выбирать стортивную одежду и подготовке к занятиям при изучении истории развития баскетбола. Выполнять бег на лыжах в развитии технических и тактических и тактических и тактических и нагрузки и контролировать её по частоте серденных охорящений. Коммуникативные: умение организовывать сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками. Научить выбирать спотривную одежду и подготовке к занятиям при изучении истории развития баскетбола. Научить выбирать спотривную одежду и подготовке к занятиям при изучении истории развития баскетбола. Оденивать выполнение технических и тактических и наки выполнение технических и наки в баскетболе. Оденивать выполнение техников развитии развития выделение пульсовых режимов в развитии развития в развитии развития в развитии развития в развития и саморализации. Объяснять правила техникой преставление пульсовых режимов в развитии развития в развитии развития в развития и саморализации. Объяснять правила техникой пыжного хода, устанавливать значение пульсовых режимов в развитии празвития в развитии развития в развития и саморализации. Объяснять правила техники безопасности при игре в баскетбол. Выполнять сторченном семо почастоте серденных окрывать в почастоте серчных окрывать в почастоте серденных окрывать в почастоте серденных выполнение пульсовых развитии развитии правномиром дымень правичие пульсовых развитии развития и саморализации. Объяснять правила техникой пыжного хода, устанавливать значение пульсовых выбрать индивистото саморалнати и саморалнати и саморалнати и саморалнати и саморалнати и саморалнати на представление и собъяснать не почастать не почастать не почастать не почастать не почаста				равномерном темпе.	классического хода в		лыжах, определять	равномерном темпе		
Бег на лыжах. Бег на результат 1000 м. Выполнять бег на лыжах в разномерном темпе, комтролировать темп бега. Выполнять бег на лыжах в разномерном темпе, комтролировать темп бега. Выполнять бег на лыжах в разномерном темпе, комтролировать темп бега. Научить выбирать спотривную одежду и подготовке к занятиям при изучении истории развития баскетбола. Научить выбирать стортивную одежду и подготовке к занятиям при изучении истории развития баскетбола. Выполнять бег на лыжах в развитии технических и тактических и тактических и тактических и нагрузки и контролировать её по частоте серденных охорящений. Коммуникативные: умение организовывать сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками. Научить выбирать спотривную одежду и подготовке к занятиям при изучении истории развития баскетбола. Научить выбирать спотривную одежду и подготовке к занятиям при изучении истории развития баскетбола. Оденивать выполнение технических и тактических и наки выполнение технических и наки в баскетболе. Оденивать выполнение техников развитии развития выделение пульсовых режимов в развитии развития в развитии развития в развитии развития в развития и саморализации. Объяснять правила техникой преставление пульсовых режимов в развитии развития в развитии развития в развития и саморализации. Объяснять правила техникой пыжного хода, устанавливать значение пульсовых режимов в развитии празвития в развитии развития в развития и саморализации. Объяснять правила техники безопасности при игре в баскетбол. Выполнять сторченном семо почастоте серденных окрывать в почастоте серчных окрывать в почастоте серденных окрывать в почастоте серденных выполнение пульсовых развитии развитии правномиром дымень правичие пульсовых развитии развития и саморализации. Объяснять правила техникой пыжного хода, устанавливать значение пульсовых выбрать индивистото саморалнати и саморалнати и саморалнати и саморалнати и саморалнати и саморалнати на представление и собъяснать не почастать не почастать не почастать не почастать не почаста		*	rel				* * * * * * * * * * * * * * * * * * * *			
Бег на лыжах. Бег на результат 1000 м. Выполнять бег на лыжах в равномерном темпе, контролировать темп бега. Выполнять бег на лыжах в равномерном темпе, контролировать темп бега. Выполнять бег на лыжах в равномерном темпе, контролировать темп бега. Выполнять бег на лыжах в равномерном темпе, контролировать темп бега. Выполнять бег на лыжах в равномерном темпе, контролировать темп бега. Выполнять бег на лыжах в равномерном темпе, тактических и тактических и тактических и нагрузки и контролировать её по частоте серденых охорящений. Коммуникативные: умение организовывать сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками. Научить выбирать спотривную одежду и подготовке к занятиям при изучении истории развития баскетбола. Научить выбирать спотривную одежду и подготовке к занятиям при изучении истории развития баскетболе. Оденивать выполнение технических и тактических и накических и накических и тактических и накических и тактических и накических и накических и накических и накических и тактических и накических и накических и тактических и тактических и тактических и накических и накической нагрузки и контролировать информацию обаскетболе. Выполнять к накических и накических и накической нагрузки и контролировать несто частот с сучителем и сверсных саморализации. Выполнять бега. Познавательные: раккрывать значение приьсопьости. Пределать саморальнетох ода, устанавливать значение развитии развития и саморами. Познавательные: раккрывать начние приьсопьости. Пределать не при и какической нагружиться об частот саморами. Выполнять бетами финация на информацию. Собъясным при игра ваксетбол. Познавательные: раккрывать начение приьсописи привовогом саморами и саморами саморами и саморами и саморами на начичение на при игра	65		Ba' poj			·	**			
Бег на лыжах. Бег на результат 1000 м. Выполнять бег на лыжах в разномерном темпе, комтролировать темп бега. Выполнять бег на лыжах в разномерном темпе, комтролировать темп бега. Выполнять бег на лыжах в разномерном темпе, комтролировать темп бега. Научить выбирать спотривную одежду и подготовке к занятиям при изучении истории развития баскетбола. Научить выбирать стортивную одежду и подготовке к занятиям при изучении истории развития баскетбола. Выполнять бег на лыжах в развитии технических и тактических и тактических и тактических и нагрузки и контролировать её по частоте серденных охорящений. Коммуникативные: умение организовывать сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками. Научить выбирать спотривную одежду и подготовке к занятиям при изучении истории развития баскетбола. Научить выбирать спотривную одежду и подготовке к занятиям при изучении истории развития баскетбола. Оденивать выполнение технических и тактических и наки выполнение технических и наки в баскетболе. Оденивать выполнение техников развитии развития выделение пульсовых режимов в развитии развития в развитии развития в развитии развития в развития и саморализации. Объяснять правила техникой преставление пульсовых режимов в развитии развития в развитии развития в развития и саморализации. Объяснять правила техникой пыжного хода, устанавливать значение пульсовых режимов в развитии празвития в развитии развития в развития и саморализации. Объяснять правила техники безопасности при игре в баскетбол. Выполнять сторченном семо почастоте серденных окрывать в почастоте серчных окрывать в почастоте серденных окрывать в почастоте серденных выполнение пульсовых развитии развитии правномиром дымень правичие пульсовых развитии развития и саморализации. Объяснять правила техникой пыжного хода, устанавливать значение пульсовых выбрать индивистото саморалнати и саморалнати и саморалнати и саморалнати и саморалнати и саморалнати на представление и собъяснать не почастать не почастать не почастать не почастать не почаста		кодов.	130				' '			
Бег на лыжах. Бег на результат 1000 м. Выполнять бег на лыжах в разномерном темпе, комтролировать темп бега. Выполнять бег на лыжах в разномерном темпе, комтролировать темп бега. Выполнять бег на лыжах в разномерном темпе, комтролировать темп бега. Научить выбирать спотривную одежду и подготовке к занятиям при изучении истории развития баскетбола. Научить выбирать стортивную одежду и подготовке к занятиям при изучении истории развития баскетбола. Выполнять бег на лыжах в развитии технических и тактических и тактических и тактических и нагрузки и контролировать её по частоте серденных охорящений. Коммуникативные: умение организовывать сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками. Научить выбирать спотривную одежду и подготовке к занятиям при изучении истории развития баскетбола. Научить выбирать спотривную одежду и подготовке к занятиям при изучении истории развития баскетбола. Оденивать выполнение технических и тактических и наки выполнение технических и наки в баскетболе. Оденивать выполнение техников развитии развития выделение пульсовых режимов в развитии развития в развитии развития в развитии развития в развития и саморализации. Объяснять правила техникой преставление пульсовых режимов в развитии развития в развитии развития в развития и саморализации. Объяснять правила техникой пыжного хода, устанавливать значение пульсовых режимов в развитии празвития в развитии развития в развития и саморализации. Объяснять правила техники безопасности при игре в баскетбол. Выполнять сторченном семо почастоте серденных окрывать в почастоте серчных окрывать в почастоте серденных окрывать в почастоте серденных выполнение пульсовых развитии развитии правномиром дымень правичие пульсовых развитии развития и саморализации. Объяснять правила техникой пыжного хода, устанавливать значение пульсовых выбрать индивистото саморалнати и саморалнати и саморалнати и саморалнати и саморалнати и саморалнати на представление и собъяснать не почастать не почастать не почастать не почастать не почаста			ope			*	_			
Бег на лыжах. Бег на результат 1000 м. — она продоставление результать 1000 м. — она продоставление результать 1000 м. — она продоставление результать 1000 м. — она продоставление развития различных видов выносливости. Регулятивные: выбирать индивидуальный режим физической нагружи и контролировать её по частоте сердечных сокращений. Коммуникативные: умение организовывать сотрудничество и совместную деятельность с учителем и накодить и структурировать информацию об баскетболе. Научить выбирать стортивную одежду и инвентарь при подготовке к занятиям при изучении истории развития баскетбола. Выполнять Стойки в баскетболе. Познавательные: рыскрывать значение приьсовых режимор в развитии развития различных видов выносливости для саморазвития и саморазвития и саморазвития и саморазвития и саморазвития одежду и спортивную одежду и спортивную одежду и спортивный инвентарь при игре в баскетбол. Выполнять Стойки в баскетболе. Научить выбирать сторудничество и совместную деятельность самостоятельно находить и структурировать информацию об баскетбол. Выполнять Стойки в баскетболе. Научить выбирать сорудничество и совместную деятельность сучителем и саморазытия различных видов выносливости для саморазичных видов выносливости для саморазичных видов выносливости для саморазичные наморать от саморазичные			0 [• •	самореализации.			
результат 1000 м. ———————————————————————————————————		Бег на шихах Бег на		Выполнять бег на	Опецирать выполнение		Овлалеть техникой	Преодолерать среднюю	Тестипорацие	
Выполнять спортивную одежду и инвентарь при при изучении истории развития баскетбола. Объяскетбола. Объ					'				тестирование.	
66 В Научить выбирать спортивную одежду и инвентарь при подготовке к занятиям при изучении истории развития баскетбола. (Соблюдать технику выполнения стоек в баскетболе.) (Соблюдать технику выполнять спортивную одежду и инвентарь при подготовке к занятиям при изучении истории развития баскетбола.)		результат 1000 м.					1117			
Научить выбирать спортивную одежду и инвентарь при подготовке к занятиям при изучении истории развития баскетбола. В научить выбирать спортивную одежду и инвентарь при подготовке к занятиям при изучении истории развития баскетбола. Научить выбирать совместную деятельность с учителем и сверстниками. Научить выбирать спортивную одежду и инвентарь при подготовке к занятиям при изучении истории развития баскетбола. Научить выбирать Стойки в баскетболе. Научить выбирать стоек в баскетболе. Научить выбирать стортивную одежду и спортивный инвентарь при игре в баскетбол. Регулятивные: оденка, выделение и осознание того, что уже освоено и что еще подлежит усвоению. Коммуникативные: формулировать			10 ŠIŽ	1 1		*	*	равномерном темпе.		
Научить выбирать спортивную одежду и инвентарь при подготовке к занятиям при изучении истории развития баскетбола. В научить выбирать спортивную одежду и инвентарь при подготовке к занятиям при изучении истории развития баскетбола. Научить выбирать совместную деятельность с учителем и сверстниками. Научить выбирать спортивную одежду и инвентарь при подготовке к занятиям при изучении истории развития баскетбола. Научить выбирать Стойки в баскетболе. Научить выбирать стоек в баскетболе. Научить выбирать стортивную одежду и спортивный инвентарь при игре в баскетбол. Регулятивные: оденка, выделение и осознание того, что уже освоено и что еще подлежит усвоению. Коммуникативные: формулировать			19 11		лыжных гонках.	*				
Научить выбирать спортивную одежду и инвентарь при подготовке к занятиям при изучении истории развития баскетбола. Выполнять Стойки в баскетболе. Тойки в баскетболе. Соблюдать технику безопасности; получит представление о технике выполнения стоек в баскетболе. Тойки в баскетболе. Выполнять Стойки в баскетболе. Познавательные: самостоятельно находить и структурировать информацию обаскетболе как виде спорта. Регулятивные: оценка, выделение и осознание того, что уже освоено и что еще подлежит усвоению. Коммуникативные: формулировать			TC BO	dera.		1 1				
Научить выбирать спортивную одежду и инвентарь при подготовке к занятиям при изучении истории развития баскетбола. Выполнять Стойки в баскетболе. Тойки в баскетболе. Соблюдать технику безопасности; получит представление о технике выполнения стоек в баскетболе. Тойки в баскетболе. Выполнять Стойки в баскетболе. Познавательные: самостоятельно находить и структурировать информацию обаскетболе как виде спорта. Регулятивные: оценка, выделение и осознание того, что уже освоено и что еще подлежит усвоению. Коммуникативные: формулировать	00		od)			1 1				
Научить выбирать спортивную одежду и инвентарь при подготовке к занятиям при изучении истории развития баскетбола. Выполнять Стойки в баскетболе. Тойки в баскетболе. Соблюдать технику безопасности; получит представление о технике выполнения стоек в баскетболе. Тойки в баскетболе. Выполнять Стойки в баскетболе. Познавательные: самостоятельно находить и структурировать информацию обаскетболе как виде спорта. Регулятивные: оценка, выделение и осознание того, что уже освоено и что еще подлежит усвоению. Коммуникативные: формулировать			833 HE			1	самореализации.			
Научить выбирать спортивную одежду и инвентарь при подготовке к занятиям при изучении истории развития баскетбола. Выполнять Стойки в баскетболе. Тойки в баскетболе. Соблюдать технику безопасности; получит представление о технике выполнения стоек в баскетболе. Тойки в баскетболе. Выполнять Стойки в баскетболе. Познавательные: самостоятельно находить и структурировать информацию обаскетболе как виде спорта. Регулятивные: оценка, выделение и осознание того, что уже освоено и что еще подлежит усвоению. Коммуникативные: формулировать			l og			· ·				
Научить выбирать спортивную одежду и инвентарь при подготовке к занятиям при изучении истории развития баскетбола. Соблюдать технику безопасности; получит представление о технике выполнения стоек в баскетболе. Соблюдать технику безопасности; получит представление о технике выполнения стоек в баскетболе. Соблюдать технику безопасности; получит представление о технике выполнения стоек в баскетболе. Стойки в баскетболе. Выполнять Стойки в баскетболе. Познавательные: самостоятельно находить и структурировать информацию о баскетболе как виде спорта. Регулятивные: оценка, выделение и осознание того, что уже освоено и что еще подлежит усвоению. Коммуникативные: формулировать			0 -							
Научить выбирать спортивную одежду и инвентарь при подготовке к занятиям при изучении истории развития баскетбола. Научить выбирать спортивную одежду и инвентарь при подготовке к занятиям при изучении истории развития баскетбола. Научить выбирать соблюдать технику безопасности; получит представление о технике выполнения стоек в баскетболе. Научить выбирать снортивную одежду и спортивную одежду и спортивный инвентарь при игре в баскетбол. Научить выбирать снортивную одежду и спортивный инвентарь при игре в баскетбол. Регулятивные: оценка, выделение и осознание того, что уже освоено и что еще подлежит усвоению. Коммуникативные: формулировать						· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·				
спортивную одежду и инвентарь при подготовке к занятиям при изучении истории развития баскетбола. Стойки в баскетболе. Стойки в баскетболе. Стойки в баскетболе. Стойки в баскетболе. Находить и структурировать информацию обаскетболе. Находить и структурировать информацию обаскетболе истортивную одежду и спортивный инвентарь при игре в баскетбол. Регулятивные: оценка, выделение и осознание того, что уже освоено и что еще подлежит усвоению. Коммуникативные: формулировать				0.5	2		1			
67 Стойки в баскетболе. Стойки в баскетболе. Подготовке к занятиям при изучении истории развития баскетбола. Обественнее муение и подставление о технике выполнения стоек в баскетболе. Обественнее муение и подставление о технике выполнения стоек в баскетболе. Обественнее муение и подставление о технике выполнения стоек в баскетболе. Обественнее муение и подставление о технике выполнения стоек в баскетболе. Обественнее муение и подставление о технике выполнения стоек в баскетболе. Обественнее муение и подучит при игре в баскетбол. Обественнее муение и подучительного при игре в баскетбол. Обественнее подучительного при игре в баскетбол. Обественнее подучительного при игре в баскетбол. Обественнее подучительного подучительного при игре в баскетбол. Обественнее подучительного при игре в баскетбол. Обественнее подучительного при игре в баскетбол. Обественнее подучительного при игре в баскетбол.			1	•			-	-	· ·	
инвентарь при подготовке к занятиям при изучении истории развития баскетбола. 1		спортивную одежду и	НО	безопасности;	Стойки в баскетболе.	10 01 1	1		-	
подготовке к занятиям при изучении истории развития баскетбола. Бара Баскетболе. Представление о технике выполнения стоек в баскетболе. Регулятивные: оценка, выделение и осознание того, что уже освоено и что еще подлежит усвоению. Коммуникативные: формулировать собствение мунчие и при игре в баскетбол. П		инвентарь при	HE HE	получит				при игре в баскетбол.	реферат.	
при изучении истории развития баскетбола. При изучении истории и что еще подлежит усвоению. При изучение и подпечино и что еще подлежит усвоению. При изучение и подпечино и что еще подлежит усвоению. При изучение и подпечино и что еще подлежит усвоению. При изучение и подпечино и что еще подпечино и что ещ	67	подготовке к занятиям	ате	представление о		Регулятивные: оценка, выделение и	при игре в баскетбол.			
развития баскетбола.	07	при изучении истории	BOB	технике выполнения		осознание того, что уже освоено и что				
Коммуникативные: формулировать собственное мление и позначио		развития баскетбола.	раз	стоек в баскетболе.		еще подлежит усвоению.				
собственное мнение и позинию) 100 1100			Коммуникативные: формулировать				
сооственное мнение и позицию.						собственное мнение и позицию.				

							•	
68	Развивать скоростных способности, при изучении стоек и перемещений игроков в баскетболе.	Образовательно – обучающий	Перемещаться по игровому полю с изменяющимися внешними факторами игровой деятельности.	Оценивать выполнение технических и тактических действий в баскетболе.	Познавательные: владение сведениями об организации и проведении соревнований по баскетболу. Регулятивные: планировать и осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата. Коммуникативные: знание терминологии спортивной игры баскетбол.	Демонстрировать технико-тактические действия в игре. Знать правила игры в баскетбол.	Описывать технику игровых действий и приемов, осваивать их самостоятельно, выявлять и устранять типичные ошибки.	Беседа
69	Развитие координационных способностей, через изучение техники ловли и передачи мяча двумя руками от груди, одной рукой от плеча.	Образовательно - обучающий	Ловить и передавать мяч двумя руками от груди и одной рукой от плеча.	Анализировать технику ловли и передачи мяча в баскетболе, исправлять типичные ошибки.	Познавательные: уметь объяснить технику ловли и передачи мяча в баскетболе. Регулятивные: составлять план и последовательность действий при развитии координационных способностей. Коммуникативные: умение организовывать сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками.	Уметь ловить и передавать мяч на месте по правилам баскетбола.	Выполнять ловлю и передачу мяча в баскетболе, выявлять и устранять типичные ошибки.	Соревнования
70	Развитие координационных способностей, через изучение техники ловли и передачи мяча двумя руками от груди, одной рукой от плеча в движении.	Образовательно - обучающий	Ловить и передавать мяч двумя руками от груди и одной рукой от плеча в движении.	Анализировать технику ловли и передачи мяча в баскетболе, исправлять типичные ошибки.	Познавательные: уметь объяснить технику ловли и передачи мяча в баскетболе. Регулятивные: составлять план и последовательность действий при развитии координационных способностей. Коммуникативные: умение организовывать сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками.	Уметь ловить и передавать мяч в движении по правилам баскетбола.	Выполнять ловлю и передачу мяча в баскетболе, выявлять и устранять типичные ошибки.	Соревнования
71	Развитие скоростно- силовых способностей, через изучение техники ведения мяча на месте и в движении.	Образовательно – обучающий	Вести мяч на месте и в движении.	Вести мяч с изменением направления и высоты отскока.	Познавательные: понимание физической культуры как средство профилактики вредных привычек. Регулятивные: составлять план и последовательность действий при развитии скоростно-силовых способностей. Коммуникативные: умение работать индивидуально и в группе.	Умение выполнять ведение мяча на месте и в движении.	Описывать технику игровых действий и приемов, осваивать их самостоятельно, выявлять и устранять типичные ошибки.	Эстафеты
72	Развитие силовых способностей, через изучение техники броска мяча одной рукой от плеча с места.	Образовательно – обучающий	Бросать мяч одной рукой от плеча с места.	Бросать мяч одной рукой от плеча в движении.	Познавательные: раскрывать значение возрастных и половых особенностей в развитии силы. Регулятивные: выбирать индивидуальный режим физической нагрузки и контролировать её по частоте сердечных сокращений. Коммуникативные: умение организовывать сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками.	Овладеть техникой броска мяча одной рукой, устанавливать значение развития силовых способностей для саморазвития и самореализации.	Описывать технику игровых действий и приемов, осваивать их самостоятельно, выявлять и устранять типичные ошибки.	Презентация

73	Игра по упрощенным правила в мини-баскетбол. Терминология баскетбола.	Образовательно - тренировочный	Планировать занятия баскетболом в режиме учебного дня, развивать координационные способности.	Контролировать правильность выполнения тактикотехнических действий в игре.	Познавательные: формулировать учебные цели при обучении тактики и техники игры в баскетбол. Регулятивные прогнозировать развитие координационных и кондиционных качеств в режиме учебного дня. Коммуникативные: умение предупреждать конфликтные ситуации во время совместных занятий физической культурой.	Развивать свои физические качества, стремиться к достижению высоких спортивных результатов, участвовать в соревнованиях различного уровня.	Выполнять правила игры, уважительно относиться к сопернику и управлять своими эмоциями.	Соревнования
74	Научить соблюдать технику безопасности на уроке физкультуры, через изучение принципов правил игры в регби.	Образовательно- познавательный	Соблюдать технику безопасности при занятиях регби.	Расширять знания о правилах игры в регби в зависимости от возраста играющих.	Познавательные: самостоятельно находить и структурировать информацию о регби как виде спорта. Регулятивные: оценка, выделение и осознание того, что уже освоено и что еще подлежит усвоению. Коммуникативные: формулировать собственное мнение и позицию.	Готовить спортивный инвентарь к занятиям по регби, осуществлять судейство игр по регби.	Объяснять правила техники безопасности на уроках регби.	Беседа, рассказ, реферат.
75	Развитие силовых способностей, через изучение техники игры в «раке».	Образовательно – обучающий	Выполнять игру в «раке».	Анализировать технику игры в «раке»; исправлять ошибки; контролировать правильность выполнения.	Познавательные: составлять комплексы из освоенных элементов для развития силы. Регулятивные: оценивание, выделение и осознание учащимся того, что уже освоено и что еще подлежит усвоению. Коммуникативные: согласовывать усилия по достижению общих целей.	Устанавливать уровень развития силы для самореализации и саморазвития.	Выполнять игровые действия в «раке».	Рассказ.
76	Развитие силовых способностей, через изучение техники игры в «моле».	Образовательно – обучающий	Выполнять игру в «моле».	Анализировать технику игры в «моле»; исправлять ошибки; контролировать правильность выполнения.	Познавательные: составлять комплексы из освоенных элементов для развития силы. Регулятивные: оценивание, выделение и осознание учащимся того, что уже освоено и что еще подлежит усвоению. Коммуникативные: согласовывать усилия по достижению общих целей.	Устанавливать уровень развития силы для самореализации и саморазвития.	Выполнять игровые действия в «моле».	Рассказ.
77	Развитие силовых способностей, через изучение техники игры в «схватке».	Образовательно – обучающий	Выполнять игру в «схватке».	Анализировать технику игры в «схватке»; исправлять ошибки; контролировать правильность выполнения.	Познавательные: составлять комплексы из освоенных элементов для развития силы. Регулятивные: оценивание, выделение и осознание учащимся того, что уже освоено и что еще подлежит усвоению. Коммуникативные: согласовывать усилия по достижению общих целей.	Устанавливать уровень развития силы для самореализации и саморазвития.	Выполнять игровые действия в «схватке».	Рассказ.
78	Развитие координационных и кондиционных способностей, через игру в регби.	Образовательно - тренировочный	Планировать занятия регби в режиме учебного дня.	Контролировать правильность выполнения тактикотехнических действий в регби.	Познавательные: формулировать учебные цели при обучении тактики и техники игры в регби. Регулятивные прогнозировать развитие координационных и кондиционных качеств в режиме учебного дня. Коммуникативные: умение предупреждать конфликтные ситуации во время совместных занятий физической культурой.	Развивать свои физические качества, стремиться к достижению высоких спортивных результатов, участвовать в соревнованиях различного уровня.	Выполнять правила игры, уважительно относиться к сопернику и управлять своими эмоциями.	Соревнования.

					4 четверть			
79	Научить выбирать спортивную одежду и инвентарь при подготовке к занятиям изучая историю развития волейбола.	Образовательно- познавательный	Соблюдать технику безопасности; представление о технике выполнения стоек и перемещений в волейболе.	Выполнять стойки и перемещения в волейболе.	Познавательные: самостоятельно находить и структурировать информацию о волейболе как виде спорта. Регулятивные: оценка, выделение и осознание того, что уже освоено и что еще подлежит усвоению. Коммуникативные: формулировать собственное мнение и позицию.	Умения выбирать спортивную одежду и спортивный инвентарь при игре в волейбол.	Объяснять правила техники безопасности при игре в волейбол.	Беседа, рассказ, реферат.
80	Развитие координационных способностей, через изучение стоек и перемещений игроков в волейболе.	Образовательно – обучающий	Перемещаться по игровому полю с изменяющимися внешними факторами игровой деятельности.	Оценивать выполнение технических и тактических действий в волейболе.	Познавательные: владение сведениями об организации и проведении соревнований по волейболу. Регулятивные: планировать и осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата. Коммуникативные: знание терминологии спортивной игры в волейбол.	Выполнять различные стойки и перемещения при игре в волейбол. Знать правила игры в волейбол.	Описывать технику игровых действий и приемов, осванвать их самостоятельно, выявлять и устранять типичные ошибки.	Беседа
81	Развитие силовых способностей, через изучение техники передачи мяча двумя руками сверху.	Образовательно - обучающий	Передавать мяч двумя руками сверху.	Анализировать технику передачи мяча в волейболе, исправлять типичные ошибки.	Познавательные: уметь объяснить технику передачи мяча в волейболе. Регулятивные: составлять план и последовательность действий при развитии силы. Коммуникативные: умение организовывать сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками.	Уметь передавать мяч по правилам волейбола.	Выполнять передачу мяча в волейболе, выявлять и устранять типичные ошибки.	Рассказ.
82	Развитие силовых способностей, через изучение техники передачи мяча двумя руками снизу.	Образовательно - обучающий	Передавать мяч двумя руками снизу.	Анализировать технику передачи мяча в волейболе, исправлять типичные ошибки.	Познавательные: уметь объяснить технику передачи мяча в волейболе. Регулятивные: составлять план и последовательность действий при развитии силы. Коммуникативные: умение организовывать сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками.	Уметь передавать мяч по правилам волейбола различными способами.	Выполнять передачу мяча в волейболе, выявлять и устранять типичные ошибки.	Эстафеты.
83	Развитие скоростно- силовых способностей, через изучение техники приема мяча в волейболе.	Образовательно – обучающий	Прием мяча в волейболе.	Анализировать технику приема мяча в волейболе, исправлять типичные ошибки.	Познавательные: понимание физической культуры как средство организации здорового образа жизни. Регулятивные: составлять план и последовательность действий при развитии скоростных и силовых способностей. Коммуникативные: умение работать индивидуально и в группе.	Умение выполнять прием мяча снизу, сбоку, в падении.	Описывать технику игровых действий и приемов, осваивать их самостоятельно, выявлять и устранять типичные ошибки.	Эстафеты

			T ==	Ι.		T ++	T o	T	
	Развитие скоростно-		Подача мяча в	Анализировать технику	Познавательные: понимание	Умение выполнять	Описывать технику	Беседа.	
	силовых способностей,	- 0	волейболе.	подачи мяча в	физической культуры как средство	подачу мяча снизу, сбоку	игровых действий и		
	через изучение техники	Образовательно - обучающий		волейболе, исправлять	организации здорового образа жизни.		приемов, осваивать их		
	подачи мяча в	E E		типичные ошибки.	Регулятивные: составлять план и		самостоятельно,		
84	волейболе.	зат			последовательность действий при		выявлять и устранять		
		301			развитии скоростных и силовых		типичные ошибки.		
		pa o6			способностей.				
		90			Коммуникативные: умение работать				
					индивидуально и в группе.				
	Развитие		Играть в подвижные	Анализировать	Познавательные: владение сведениями	Проявлять культуру	Выполнять правила	Соревнования	
	координационных	. X	игры с элементами	технико-тактические	об организации и проведении	общения и	игры, уважительно	Соревнования	
	способностей, через	PHPI	волейбола		соревнований по волейболу.	взаимодействия в			
		Образовательно - тренировочный	волеиоола	действия во время	Регулятивные наблюдать за	r 1	относиться к		
85	подвижные игры с	3a1		игры и оперативно		процессе занятий	сопернику и управлять		
	элементами волейбола.	301		корректировать их.	показателями физического развития и	физической культурой,	своими эмоциями.		
		ра			физической подготовленности.	игровой и			
		96 It			Коммуникативные: ведение диалога в	соревновательной			
		_			доброжелательной и открытой форме.	деятельности.			
	Развитие		Взаимодействовать	Самостоятельно	Познавательные: понимание	Устанавливать значение	Играть в футбол	Беседа,	
	координационных и		со сверстниками при	организовывать	физической культуры как средства	результатов игры в	(мини-футбол) по	двустороння	
	кондиционных		игре в футбол,	систематические	организации и активного ведения	футбол для	правилам, судить	игра.	
	способностей через	Й.	соблюдать правили и	занятия физической	здорового образа жизни.	самореализации и	соревнования.	•	
	игру в футбол.	IP IP I	технику	культурой с	Регулятивные соотносить свои действия	саморазвития;	1		
	13 13	.e.	безопасности в	соблюдение правил	с планируемыми результатами,	определять смысл игры в			
86		Ва	футболе.	техники безопасности	осуществлять контроль в процессе	футбол для			
		Образовательно - тренировочный	футовле.	и профилактики	достижения результата.	удовлетворения			
		op; pei		1 1	Коммуникативные: владение культурой	индивидуальных			
		O L		травматизма.					
					речи; умение вести дискуссию; находить	интересов и			
					компромиссы при принятии общих	потребностей.			
	**		H	70	решений.	B	D	C	
	Игра по упрощенным		Планировать занятия	Контролировать	Познавательные: формулировать	Развивать свои	Выполнять правила	Соревнования	
	правила в мини-	٠ ,	баскетболом в	правильность	учебные цели при обучении тактики и	физические качества,	игры, уважительно		
	баскетбол.	но	режиме учебного	выполнения тактико-	техники игры в баскетбол.	стремиться к	относиться к		
	Терминология	AIC HP	дня, развивать	технических действий	Регулятивные прогнозировать развитие	достижению высоких	сопернику и управлять		
87	баскетбола.	Образовательно - тренировочный	координационные	в игре.	координационных и кондиционных	спортивных результатов,	своими эмоциями.		
07		0B;	способности.		качеств в режиме учебного дня.	участвовать в			
		эаз			Коммуникативные: умение	соревнованиях			
		Эб <u>г</u> тр			предупреждать конфликтные ситуации во	различного уровня.			
					время совместных занятий физической				
					культурой.				
	Развитие		Играть в подвижные	Анализировать	Познавательные: владение сведениями	Проявлять культуру	Выполнять правила	Соревнования	
	координационных	Й	игры с элементами	технико-тактические	об организации и проведении	общения и	игры, уважительно	1	
	способностей, через	IBH IHB	волейбола	действия во время	соревнований по волейболу.	взаимодействия в	относиться к		
	подвижные игры с	Tel		игры и оперативно	Регулятивные наблюдать за	процессе занятий	сопернику и управлять		
88	элементами волейбола.	30E		корректировать их.	показателями физического развития и	физической культурой,	своими эмоциями.		
	элементами воленоола.	Образовательно - тренировочный		корректировать ил.	физической подготовленности.	игровой и	овоный эмоциями.		
		бря			•	1			
		ŏF			Коммуникативные: ведение диалога в	соревновательной			
					доброжелательной и открытой форме.	деятельности.			

_	T	1	T	T =		1 -	T	T
	Научить соблюдать		Соблюдать технику	Расширять знания о	Познавательные: самостоятельно	Готовить спортивный	Объяснять правила	Беседа,
	технику безопасности	Образовательно-познавательный	безопасности при	различных вариантов	находить и структурировать информацию	инвентарь к занятиям по	техники безопасности	рассказ,
	на уроке физкультуры,	E E	занятиях регби.	игры в регби.	о регби как виде спорта.	регби, осуществлять	на уроках регби.	реферат.
	через изучение	Te.	1	1 1	Регулятивные: оценка, выделение и	судейство игр по регби	71 1	1 1 1
89	разновидностей регби	Ba			осознание того, что уже освоено и что	(тач-регби, тэг-регби).		
		130 [aB				(тач-регой, тэт-регой).		
	(тач-регби, тэг-регби).	Эре Эзн			еще подлежит усвоению.			
		00 11			Коммуникативные: формулировать			
					собственное мнение и позицию.			
	Развитие		Выполнять	Анализировать технику	Познавательные: уметь объяснить	Уметь развивать мелкую	Выполнять	Беседа.
i	координационных		технические	игры руками в регби,	технику игры руками в регби.	моторику используя	технические действия	
i	способностей, через	-0	действия при игре	исправлять типичные	Регулятивные: составлять план и	технику игры руками в	при игре руками в	
		HÄ Ä		ошибки.	· ·			
	изучение техники игры	10000000000000000000000000000000000000	руками в регби.	ошиоки.	последовательность действий при	регби.	регби, выявлять и	
90	руками в регби.	ат			развитии координационных		устранять типичные	
, ,		10B			способностей.		ошибки.	
		Образовательно - обучающий			Коммуникативные: умение			
		J 190			организовывать сотрудничество и			
		0			совместную деятельность с учителем и			
	Deanyerye		Пиохимарам рам	V avera a vvva an are	сверстниками.	Deanymany on av	Drygo wygmy washyys-	Соморугорогия
	Развитие		Планировать занятия	Контролировать	Познавательные: формулировать	Развивать свои	Выполнять правила	Соревнования.
	координационных и	1 _	тэг-регби в режиме	правильность	учебные цели при обучении тактики и	физические качества,	игры, уважительно]
	кондиционных	H0 61Ŭ	учебного дня.	выполнения тактико-	техники игры в регби.	стремиться к	относиться к	
	способностей, через	Образовательно - тренировочный		технических действий	Регулятивные прогнозировать развитие	достижению высоких	сопернику и управлять	
0.1	игру в тэг-регби.	9. G		в тэг-регби.	координационных и кондиционных	спортивных результатов,	своими эмоциями.	
91	1,7 1	po		1	качеств в режиме учебного дня.	участвовать в	,	
		33 C			Коммуникативные: умение	соревнованиях		
		5 pe			· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	=		
		Ŏ [предупреждать конфликтные ситуации во	различного уровня.		
					время совместных занятий физической			
					культурой.			
	Развитие гибкости,	1	Выполнять ловлю	Анализировать технику	Познавательные: составлять комплексы	Устанавливать уровень	Выполнять ловлю мяча	Рассказ.
	через изучение техники	0	мяча в воздухе.	ловли мяча в воздухе;	из освоенных элементов для развития	развития гибкости для	в воздухе во время	
	ловли мяча в воздухе.	ий и		исправлять ошибки;	гибкости.	самореализации и	игры в регби.	
		2 E		контролировать	Регулятивные: оценивание, выделение и	саморазвития.		
92		3a1			· ·	саморазвития.		
		30		правильность	осознание учащимся того, что уже			
		pa o6		выполнения.	освоено и что еще подлежит усвоению.			
		Образовательно - обучающий			Коммуникативные: согласовывать]
					усилия по достижению общих целей.			
	Развитие		Планировать занятия	Контролировать	Познавательные: формулировать	Развивать свои	Выполнять правила	Соревнования.
	координационных и		тач-регби в режиме	правильность	учебные цели при обучении тактики и	физические качества,	игры, уважительно	-
	кондиционных	o - ĬŽ	учебного дня.	выполнения тактико-	техники игры в регби.	стремиться к	относиться к]
	способностей, через	ьн	J I I I I I I I I I I I I I I I I I I I	технических действий	Регулятивные прогнозировать развитие	достижению высоких	сопернику и управлять]
	· _ *	Образовательно - тренировочный]
93	игру в тач-регби.	32T 0B		в тач-регби.	координационных и кондиционных	спортивных результатов,	своими эмоциями.]
		30E Mp			качеств в режиме учебного дня.	участвовать в		
		рас			Коммуникативные: умение	соревнованиях]
		ЭС ТР			предупреждать конфликтные ситуации во	различного уровня.]
					время совместных занятий физической	1]
					культурой.			
	Развитие скоростных		Выполнять удар	Анализировать технику	Познавательные: составлять комплексы	Устанавливать уровень	Выполнять удар ногой	Рассказ.
	*		* *	·		• •	• •	i accias.
	способностей, через	й	ногой в игре регби	удара ногой;	из освоенных элементов для развития	развития скоростных	в игре регби, с рук, с]
	изучение техники	1 1 1		исправлять ошибки;	скоростных способностей.	способностей для	земли.]
		5 2		контролировать	Регулятивные: оценивание, выделение и	самореализации и		
94	удара ногой.	E X					i e	
94	удара ногой.	овал		правильность	осознание учащимся того, что уже	саморазвития.		J
94	удара ногой.	азовал				саморазвития.		
94	удара ногой.	бразовал обучак		правильность выполнения.	освоено и что еще подлежит усвоению.	саморазвития.		
94	удара ногой.	Образовательно - обучающий				саморазвития.		

	Развитие		Планировать занятия	Контролировать	Познавательные: формулировать	Развивать свои	Выполнять правила	Соревнования.
	координационных и		регби в режиме	правильность	учебные цели при обучении тактики и	физические качества,	игры, уважительно	Соревнования.
	координационных и кондиционных	z, z	учебного дня.	выполнения тактико-	учеоные цели при обучении тактики и техники игры в регби.	*	относиться к	
	способностей, через	PHE HIBI	учеоного дня.	технических действий	Регулятивные прогнозировать развитие	стремиться к достижению высоких		
	игру в регби.	Гел Юч		в регби.	координационных и кондиционных		сопернику и управлять	
95	игру в регои.	вал		в регои.	координационных и кондиционных качеств в режиме учебного дня.	спортивных результатов, участвовать в	своими эмоциями.	
		130			Коммуникативные: умение	соревнованиях		
		Образовательно - тренировочный			предупреждать конфликтные ситуации во	различного уровня.		
		Ŏ F			время совместных занятий физической	различного уровни.		
					культурой.			
	Научить выбирать		Соблюдать технику	Расширить знания о	Познавательные: самостоятельно	Умения выбирать	Объяснять правила	Реферат.
	спортивную одежду и	Образовательно- познавательный	безопасности;	неолимпийских	находить и структурировать информацию	спортивную одежду и	техники безопасности	1 сферит.
	инвентарь при	HPP	получит	дисциплинах легкой	о легкой атлетике как виде спорта.	спортивный инвентарь	на уроках	
	подготовке к занятиям	Te.	представление о	атлетике.	Регулятивные: оценка, выделение и	при подготовки к	физкультуры.	
96	изучая виды легкой	зат	видах легкой	атлетике.	осознание того, что уже освоено и что	занятиям легкой	физкультуры.	
	атлетике.	азс	атлетике.		еще подлежит усвоению.	атлетикой.		
) (03			Коммуникативные: формулировать			
		0 1			собственное мнение и позицию.			
	Развитие скоростных		Выполнять прыжок в	Анализировать технику	Познавательные: уметь объяснить	Умение выполнять	Прыгать в длину с	Опрос.
1	способностей, через	0	длину с разбега.	прыжка в длину с	технику прыжка в длину с разбега.	прыжок в длину с	способом «согнув	-I
	изучение техники	ън	, J 1	разбега способом	Регулятивные: составлять план и	разбега.	ноги» с неполного	
0.7	прыжка в длину.	ош		«согнув ноги».	последовательность действий при		разбега.	
97	1 ~ ~ ,	эва			развитии скоростных способностей.		1	
		933 6y			Коммуникативные: организовывать			
		Образовательно - обучающий			совместную деятельность с учителем и			
					сверстниками.			
	Развитие скоростных		Выполнять прыжок в	Анализировать технику	Познавательные: уметь объяснить	Умение выполнять	Прыгать в длину с	Соревнования.
	способностей, через	HO .	длину с полного	прыжка в длину с	технику прыжка в длину с разбега.	прыжок в длину с	способом «согнув	
	изучение техники	E E E E E	разбега.	разбега способом	Регулятивные: составлять план и	полного разбега.	ноги» с полного	
98	прыжка в длину.	ате		«согнув ноги»,	последовательность действий при		разбега.	
76		ов		подбирать разбег.	развитии скоростных способностей.			
		pa3			Коммуникативные: организовывать			
		Образовательно - обучающий			совместную деятельность с учителем и			
					сверстниками.			
	Развитие скоростно-	1 _	Подбирать разбег,	Решать задачи	Познавательные: отбирать упражнения	Устанавливать уровень	С полного разбега	Тестирование.
	силовых способностей.	НО	выполнять прыжок в	соревновательной	и составлять комплексы для развития	развития скоростных и	выполнять прыжок в	
	Прыжок в длину	祖於	длину способом	деятельности с	скоростных и силовых способностей.	силовых качеств для	длину способом	
99	способом «согнув	ате	«согнув ноги».	помощью	Регулятивные: оценивание, выделение и	самореализации и	«согнув ноги» на	
	ноги».	30В ир		двигательных	осознание учащимся того, что уже	саморазвития.	результат.	
		ра		действий.	освоено и что еще подлежит усвоению.			
		Образовательно – тренировочный			Коммуникативные: согласовывать			
	D		D	A	усилия по достижению общих целей.	V	D	П
	Развитие		Выполнять	Анализировать технику	Познавательные: понимание	Установка на ЗОЖ; способность к	Вариативное выполнение беговых	Проведение
	кондиционных	0	ускорение из	спринтерского бега;	физической культуры как явление			эстафет.
	способностей, через	ЛБН	различных	исправлять ошибки;	культуры, способствующего развитию целостной личности человека.	пространственно-	упражнений; передачи	
100	обучение техники эстафетного бега на	тте.	положений; бегу по	контролировать правильность	целостнои личности человека. Регулятивные: составлять план и	временной оценке двигательных актов.	эстафеты.	
100	эстафетного оега на различные дистанции.	ов <i>г</i>	дистанции.	правильность	последовательность действий при	двигательных актов.		
	различные дистанции.	3a3 363		преодоления	развитии скоростной ывносливости.			
		Образовательно - обучающий		дистанции.	коммуникативные: определять общую			
		~		дотынции.	цель и пути её достижения.			
					Action in the documentum.	1		

	G		l p	l p	т с			T	
	Спринтерский бег. Бег		Выполнять	Решать задачи	Познавательные: уметь объяснить	Умение с максимальной	Из положения	Тестирование.	
	на результат 60 метров		спринтерский бег с	соревновательной	технику спринтерского бега, высокого	скоростью пробегать 60	высокого старта, с		
		0 - IX	высокого старта.	деятельности с	старта.	метров с высокого	максимальной		
		BH HB		помощью	Регулятивные: владение способами	старта, финишировать.	скоростью		
		Ee Fo		двигательных	наблюдения за показателями физического		преодолевать		
100		вал		действий.	развития, использование этих показателей		спринтерскую		
		Образовательно - тренировочный			в процессе развития физических качеств.		дистанцию и		
		oper per			Коммуникативные: умение		финишировать.		
		Ŏ F			организовывать сотрудничество и		•		
					совместную деятельность с учителем и				
					сверстниками.				
	Развитие общей		Выполнять бег на	Уметь контролировать	Познавательные: понимание	Умение выполнять	Выполнение	Беседа.	
	выносливости, через	I	средние дистанции.	темп и ритм бега на	физической культуры как средство	циклическую работу в	циклической работы в		
	обучения бегу на	й Й	-L -V V	средние дистанции с	организации здорового образа жизни,	равномерном темпе.	равномерном темпе и с		
	средние и длинные	Образовательно - обучающий		преодолением	профилактика вредных привычек.	равномерном темпе.	учетом		
102	дистанции.	те		естественных	Регулятивные: составлять план и				
102	дистанции.	0B6			· ·		индивидуального		
) a3		препятствий.	последовательность действий при		развития физических		
		d Joe			развитии общей выносливости.		качеств.		
		0			Коммуникативные: умение работать				
					индивидуально и в группе.	**		-	
	Развитие силовой		Выполнять бег на	Анализировать технику	Познавательные: раскрывать значение	Умение выполнять и	Демонстрировать бег	Рассказ.	
	выносливости, через	- 0	длинные дистанции с	бега на длинные	развития различных видов выносливости.	корректировать	на длинные дистанции,		
	обучение бегу на	ьне	преодолением	дистанции; исправлять	Регулятивные: планировать	циклическую работу в	применять беговые		
	средние и длинные	e II	естественных	ошибки;	последовательность действий при	изменяющихся внешних	упражнения для		
103	дистанции с	зат	препятствий.	контролировать темп и	развитии специальной выносливости.	условиях.	развития силовой		
	преодолением	301		ритм бега.	Коммуникативные: находить общее		выносливости.		
	естественных	ppa oc			решение и разрешать конфликты на				
	препятствий.	Образовательно - обучающий			основе согласования позиции учета				
					интересов.				
	Бег на средние		Выполнять бег на	Оценивать выполнение	Познавательные: раскрывать значение	Овладеть техникой	Применять беговые	Тестирование.	
	дистанции. Бег на		средние дистанции в	технических и	пульсовых режимов в развитии	длительного бега,	упражнения для	•	
	результат 1000 м.	١ ,_	равномерном темпе,	тактических действий в	различных видов выносливости.	устанавливать значение	развития специальной		
	1 5	Образовательно - тренировочный	контролировать темп	длительном беге.	Регулятивные: выбирать	развития различных	выносливости;		
		負	бега.	Amire and a control	индивидуальный режим физической	видов выносливости для	преодолевать среднюю		
104		aT6	oci a.		нагрузки и контролировать её по частоте	саморазвития и	дистанцию в		
104		10B			сердечных сокращений.	самореализации.	равномерном темпе.		
		раз			Коммуникативные: умение	симореализации.	равномерном темне.		
		75 T			· ·				
					организовывать сотрудничество и				
					совместную деятельность с учителем и				
-	D		D	C	сверстниками.	V	П 6	TC	
	Развитие		Взаимодействовать	Самостоятельно	Познавательные: понимание	Устанавливать значение	Применять беговые и	Конкурс	
	координационных и		со сверстниками при	организовывать	физической культуры как средства	результатов занятий	прыжковые		
	кондиционных	٠	выполнении беговых	систематические	организации и активного ведения	легкой атлетикой для	упражнения для		
	способностей через	но	и прыжковых	занятия физической	здорового образа жизни.	самореализации и	развития физических		
	подвижные игры с	Образовательно - тренировочный	упражнений с	культурой с	Регулятивные соотносить свои действия	саморазвития;	качеств.		
105	элементами легкой	ате	соблюдением правил	соблюдение правил	с планируемыми результатами,	определять смысл			
103	атлетики.	ова	техники	техники безопасности	осуществлять контроль в процессе	занятий легкой атлетикой			
)a3	безопасности в	и профилактики	достижения результата.	для удовлетворения			
)6ç 1p¢	подвижных играх.	травматизма.	Коммуникативные: владение культурой	индивидуальных			
		0 .	1	<u> </u>	речи; умение вести дискуссию; находить	интересов и			
					компромиссы при принятии общих	потребностей.			
					решений.	1			
	1		l		L	l .		1	

Перечень учебно-методического и материально-технического обеспечения

11	еречень учеоно-методического и материально-технического ооеспеч	кины
Π/π	Наименование средств материально-технического обеспечения	Кол-во
1	Основная литература	
1.1	Лях В.И., Зданевич А.А. Комплексная программа физического	π
1.1	воспитания учащихся 1–11-х классов. – М.: Просвещение, 2011 г.	Д
1.2	Рабочая программа по физической культуре	Д
	Физическая культура. 5-7 классы: учеб. Для общеобразоват.	
1.3	Учреждений / под ред. М.Я. Виленского. – М.: Просвещение,	П
	2012. – 239 с.: ил. – ISBN 978-5-09-028319-9.	
2	Дополнительная литература для учителя	
2.1	Дидактические материалы по основным разделам и темам	Ф
2.1	учебного предмета «физическая культура»	Φ
2.2	Кофман Л.Б. Настольная книга учителя физической культуры. –	п
2.2	М., Физкультура и спорт, 1998.	Д
2.4	Лях В.И. Тесты в физическом воспитании школьников. Пособие	П
2.4	для учителя, Москва, 1998.	Д
3	Дополнительная литература для обучающихся	
	Научно-популярная и художественная литература по физической	_
3.1	культуре, спорту, олимпийскому движению.	Д
4	Технические средства обучения	
4.1	Ноутбук	Д
4.2	Аудиозаписи	Д
5	Учебно-практическое оборудование	
5.1	Бревно гимнастическое напольное	П
5.2	Канат для лазанья	П
5.3	Стенка гимнастическая	Φ
5.4	Скамейка гимнастическая жесткая (длиной 4 м)	П
J.T		11
5.5	Комплект навесного оборудования (перекладина, мишени для метания, тренировочные баскетбольные щиты)	П
	Мячи: набивные весом 2 кг, малый мяч (мягкий), баскетбольные,	
5.6	волейбольные, футбольные, регбийные.	Φ
5.7	Палка гимнастическая	К
5.8		K
	Скакалка Мет турина ступу секти	
5.9	Мат гимнастический	П
5.10	Кегли	К
5.11	Обруч пластиковый	Ф
5.12	Флажки: разметочные с опорой, стартовые	Д
5.13	Рулетка измерительная	Д
5.14	Набор инструментов для подготовки прыжковых ям	Д
5.15	Лыжи (с креплениями и палками)	К
5.16	Щит баскетбольный тренировочный	Д
5.17	Сетка волейбольная	Д
5.18	Аптечка	Д

Д – демонстрационный экземпляр (1экземпляр); К – полный комплект (для каждого ученика);

Ф – комплект для фронтальной работы (не менее 1 экземпляра на 2 учеников);

 $[\]Pi$ – комплект.

Планируемые результаты освоения учебного предмета.

В результате изучения курса «Физическая культура на основе регби» обучающимися средней школы должны быть достигнуты определённые результаты. Знания о физической культуре.

Выпускник научится:

рассматривать физическую культуру как явление культуры, выделять исторические этапы её развития, характеризовать основные направления и формы её организации в современном обществе;

характеризовать содержательные основы здорового образа жизни, раскрывать его взаимосвязь со здоровьем, гармоничным физическим развитием и физической подготовленностью, формированием качеств личности и профилактикой вредных привычек;

понимать определение допинга, основ антидопинговых правил и концепции честного спорта, осознавать последствия допинга;

определять базовые понятия и термины физической культуры, применять их в процессе совместных занятий физическими упражнениями со своими сверстниками, излагать с их помощью особенности выполнения техники двигательных действий и физических упражнений, развития физических качеств;

разрабатывать содержание самостоятельных занятий физическими упражнениями, определять их направленность и формулировать задачи, рационально планировать режим дня и учебной недели;

руководствоваться правилами профилактики травматизма и подготовки мест занятий, правильного выбора обуви и формы одежды в зависимости от времени года и погодных условий;

руководствоваться правилами оказания первой доврачебной помощи при травмах и ушибах во время самостоятельных занятий физическими упражнениями.

Выпускник получит возможность научиться:

характеризовать цель возрождения Олимпийских игр и роль Пьера де Кубертена в становлении современного Олимпийского движения, объяснять смысл символики и ритуалов Олимпийских игр;

характеризовать исторические вехи развития отечественного спортивного движения, великих спортсменов, принёсших славу российскому спорту;

определять признаки положительного влияния занятий физической подготовкой на укрепление здоровья, устанавливать связь между развитием физических качеств и основных систем организма.

Способы двигательной (физкультурной) деятельности.

Выпускник научится: использовать занятия физической культурой, спортивные игры и спортивные соревнования для организации индивидуального отдыха и досуга, укрепления собственного здоровья, повышения уровня физических кондиций;

составлять комплексы физических упражнений оздоровительной, тренирующей и корригирующей направленности, подбирать индивидуальную нагрузку с учётом функциональных особенностей и возможностей собственного организма;

классифицировать физические упражнения по их функциональной направленности, планировать их последовательность и дозировку в процессе самостоятельных занятий по укреплению здоровья и развитию физических качеств;

самостоятельно проводить занятия по обучению двигательным действиям, анализировать особенности их выполнения, выявлять ошибки и своевременно устранять их;

тестировать показатели физического развития и основных физических качеств, сравнивать их с возрастными стандартами, контролировать особенности их динамики в процессе самостоятельных занятий физической подготовкой;

взаимодействовать со сверстниками в условиях самостоятельной учебной деятельности, оказывать помощь в организации и проведении занятий, освоении новых двигательных действий, развитии физических качеств, тестировании физического развития и физической подготовленности.

Выпускник получит возможность научиться: вести дневник по физкультурной деятельности, включать в него оформление планов проведения самостоятельных занятий физическими упражнениями разной функциональной направленности, данные контроля динамики индивидуального физического развития и физической подготовленности;

проводить занятия физической культурой с использованием оздоровительной ходьбы и бега, лыжных прогулок и туристских походов, обеспечивать их оздоровительную направленность;

проводить восстановительные мероприятия с использованием банных процедур и сеансов оздоровительного массажа.

Физическое совершенствование.

Выпускник научится: выполнять комплексы упражнений по профилактике утомления и перенапряжения организма, повышению его работоспособности в процессе трудовой и учебной деятельности;

выполнять общеразвивающие упражнения, целенаправленно воздействующие на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и координации);

выполнять акробатические комбинации из числа хорошо освоенных упражнений;

выполнять гимнастические комбинации на спортивных снарядах из числа хорошо освоенных упражнений;

выполнять легкоатлетические упражнения в беге и прыжках (в высоту и длину); выполнять технику классических лыжных ходов;

выполнять основные технические действия и приёмы игры в футбол, волейбол, баскетбол в условиях учебной и игровой деятельности;

выполнять основные технические действия и приёмы игры в тэг-регби и тач-регби;

выполнять тестовые упражнения на оценку уровня индивидуального развития основных физических качеств.

Выпускник получит возможность научиться: выполнять комплексы упражнений лечебной физической культуры с учётом имеющихся индивидуальных нарушений в показателях здоровья;

преодолевать естественные и искусственные препятствия с помощью разнообразных способов лазания, прыжков и бега;

осуществлять судейство по одному из осваиваемых видов спорта; выполнять тестовые нормативы по физической подготовке.

Список используемой литературы

- 1. Виленский, М. Я. Физическая культура. 5-7 кл.: учеб. для общеобразовательных учреждений/М. Я. Виленский, Т. Ю. Торочкова, И. М. Туревский; под общ. ред. М. Я. Виленского. Просвещение, 2010.
- 2. Каинов, А. Н. Методические рекомендации планирования прохождения материала по предмету «Физическая культура» в основной школе на основе баскетбола: программа В. И. Ляха, А. А. Зданевича/ А. Н. Каинов, Н. В. Колышкина. Волгоград: ВГАФК, 2007. 52 с.
- 3. Лях, В. И. Комплексная программа физического воспитания учащихся: 1-11 классы/ В. И. Лях, А. А. Зданевич// Физкультура в школе. 2009. № 1-8.
- 4. Лях, В. И. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов/ В. И. Лях, А. А. Зданевич. М.: Просвещение, 2010. 127 с.
- 5. Настольная книга учителя физической культуры / авт.-сост. Г. И. Погадаев; под ред. Л. Б. Кофмана. М.: Физкультура и спорт, 2009. 496 с.
- 6. Настольная книга учителя физической культуры: справ.-метод, пособие / сост. Б. И. Мишин. М.: ООО «Изд-во АСТ»; ООО «Изд-во Астрель», 2009. 526 с.
- 7. Оценка качества подготовки выпускников средней (полной) школы по физической культуре / авт.-сост. А. П. Матвеев. Т. В. Петрова. М.: Дрофа, 2008. 128 с.
- 8. Пояснительная записка к федеральному базисному учебному плану и примерный учебный план для общеобразовательных учреждений РФ // Физкультура в школе. 2009. № 6.
- 9. Физическая культура. 1-11 классы: комплексная программа физического воспитания учащихся В.И.Ляха, А.А.Зданевича/авт.-сост. А.Н.Каинов, Г.И.Курьерова. Волгоград: Учитель, 2011. 171 с.
- 10. Единая коллекция Цифровых Образовательных Ресурсов. Режим доступа: http://schoolcollection.edu.ru
- 11.Поурочные планы: методическая копилка, информационные технологии в школе. Режим доступа: www.uroki.ru
- 12. Журнал «Спорт в школе»: spo@1september.ru
- 13. Учительский портал: Одноклассники: http://www.uchportal.ru/index/0-96
- 14. Социальная сеть работников образования «Наша сеть»: http://www.nsportal.ru/shkola