**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**

**5 класс**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №  урока | Элементы содержания | Кол-во  часов | Дата проведения | | | Оборудование урока | УУД |
| План | Факт | |  |  |
| 1 | 2 | 3 | 4 | | | 5 | 6 |
|  | **I четверть** | 27 |  | |  |  |  |
|  | **Легкая атлетика** | 16 |  | |  |  |  |
|  | **Спринтерский бег** | 9 |  | |  |  |  |
| 1 | Первичный инструктаж на рабочем месте по технике безопасности. Специальные беговые упражнения. | 1 |  | |  | Свисток, фишки, футбольный мяч | Р: *целеполагание* – формулировать и удерживать учебную задачу; *планирование* – выбирать действия  в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. П: *общеучебные* – использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. К: *инициативное сотрудничество* – ставить вопросы, обращаться за помощью |
| 2 | Бег с ускорением (30 – 40 м) с максимальной скоростью. | 1 |  | |  | Свисток, фишки, футбольный мяч | Р: *целеполагание* – формулировать и удерживать учебную задачу. П: *общеучебные* – использовать общие приемы решения поставленных задач К: *инициативное сотрудничество* – ставить вопросы, обращаться за помощью; *взаимодействие* – формулировать собственное мнение |
| 3 | Высокий старт от 10 до 15 м. | 1 |  | |  | Свисток, фишки, футбольный мяч | Р: *целеполагание* – формулировать и удерживать учебную задачу. П: *общеучебные* – использовать общие приемы решения поставленных задач К: *инициативное сотрудничество* – ставить вопросы, обращаться за помощью; *взаимодействие* – формулировать собственное мнение |
| 4 | Высокий старт и скоростной бег до 40 метров. | 1 |  | |  | Свисток, фишки, футбольный мяч | Р: *планирование* – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. П: *общеучебные* – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. К: *инициативное сотрудничество* – ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач |
| 5 | Высокий старт и скоростной бег до 50 метров ( 2 серии). | 1 |  | |  | Свисток, фишки, футбольный мяч | Р: *целеполагание* – формулировать и удерживать учебную задачу. П: *общеучебные* – контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. К: *инициативное сотрудничество* – ставить вопросы, обращаться за помощью; *взаимодействие* – формулировать собственное мнение и позицию |
| 6 | Челночный бег 3\*10 | 1 |  | |  | Свисток, фишки, футбольный мяч | Р: *планирование* – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. П: *общеучебные* – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. К: *инициативное сотрудничество* – ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач |
| 7 | Бег с ускорением. | 1 |  | |  | Свисток, фишки, футбольный мяч | Р: *целеполагание* – формулировать и удерживать учебную задачу. П: *общеучебные* – контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. К: *инициативное сотрудничество* – ставить вопросы, обращаться за помощью; *взаимодействие* – формулировать собственное мнение и позицию |
| 8 | Эстафеты, встречная эстафета. | 1 |  | |  | Свисток, фишки, футбольный мяч | Р: *планирование* – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. П: *общеучебные* – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. К: *инициативное сотрудничество* – ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач |
| **9** | Старты из различных исходных положений | 1 |  | |  | Свисток, фишки, футбольный мяч | Р: *целеполагание* – ставить новые задачи в сотрудничестве  с учителем. П: *общеучебные* – контролировать и оценивать процесс в ходе выполнения упражнений. К: *планирование учебного сотрудничества* – задавать вопросы, обращаться за помощью |
|  | Техника длительного бега. | 2 |  | |  |  |  |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 10 | Кросс до 15 минут | 1 |  |  | Свисток, фишки, футбольный мяч | Р: *планирование* – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. П: *общеучебные* – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. К: *инициативное сотрудничество* – ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач |
| 11 | Минутный бег | 1 |  |  | Свисток, фишки, футбольный мяч | Р: *планирование* – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. П: *общеучебные* – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. К: *инициативное сотрудничество* – ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач |
|  | **Прыжки в длину** | 2 |  |  |  |  |
| 12 | Прыжки в длину с 5-7 шагов разбега | 1 |  |  | Свисток, рулетка, флажок | Р: *контроль и самоконтроль* – сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона. П: *общеучебные* – выбирать наиболее эффективные способы решения задач. К: *планирование учебного сотрудничества* – задавать вопросы, обращаться за помощью; определять общую цель и пути ее достижения |
| 13 | Прыжки в длину с разбега – на результат. | 1 |  |  | Свисток, рулетка, флажок | Р: *контроль и самоконтроль* – сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона. П: *общеучебные* – выбирать наиболее эффективные способы решения задач. К: *планирование учебного сотрудничества* – задавать вопросы, обращаться за помощью; определять общую цель и пути ее достижения |
|  | **Метание малого мяча** | 4 |  |  |  |  |
| 14 | Метание на заданное расстояние | 1 |  |  | Свисток, теннисные мячи, фишки. | Р: *целеполагание* – ставить новые задачи в сотрудничестве  с учителем. П: *общеучебные* – контролировать и оценивать процесс в ходе выполнения упражнений. К: *планирование учебного сотрудничества* – задавать вопросы, обращаться за помощью |
| 15 | Метание в горизонтальную и вертикальную цели ( 1x1) с расстояния 6 – 8 метров | 1 |  |  | Свисток, теннисные мячи, щит 1x1 | Р: *целеполагание* – ставить новые задачи в сотрудничестве  с учителем. П: *общеучебные* – контролировать и оценивать процесс в ходе выполнения упражнений. К: *планирование учебного сотрудничества* – задавать вопросы, обращаться за помощью |
| 16 | Метание теннисного мяча с 4 – 5 шагов разбега на дальность. | 1 |  |  | Свисток, рулетка, теннисные мячи. | : *целеполагание* – ставить новые задачи в сотрудничестве  с учителем. П: *общеучебные* – контролировать и оценивать процесс в ходе выполнения упражнений. К: *планирование учебного сотрудничества* – задавать вопросы, обращаться за помощью |
|  | **Кроссовая подготовка** | 6 |  |  |  |  |
| 17 | Кросс до 15 минут | 1 |  |  | Свисток, секундомер | Р.: включать беговые упражнения в различные формы занятий физической культурой.  П.: применять беговые упражнения для развития физических качеств. К.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения беговых упражнений. |
| 18 | Бег с препятствиями | 1 |  |  | Свисток, секундомер | Р.: включать беговые упражнения в различные формы занятий физической культурой.  П.: демонстрировать вариативное выполнение прыжковых упражнений  К.: соблюдать правила безопасности. |
| 19 | Бег на местности | 1 |  |  | Свисток, секундомер | Р.: включать беговые упражнения в различные формы занятий физической культурой.  П.: применять упражнения для развития физических качеств. К.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения беговых упражнений. |
| 20 | Круговая тренировка | 1 |  |  | Свисток, секундомер | Р.: применять упражнения малого мяча для развития физических качеств.  П.: демонстрировать выполнение метания малого мяча.  К.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения упражнений в метании малого мяча. |
| 21 | Бег в равномерном темпе от 10 до 12 минут. | 1 |  |  | Свисток, секундомер | Р.: включать беговые упражнения в различные формы занятий физической культурой. П.: применять беговые упражнения для развития физических качеств. К.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения беговых упражнений. |
| 22 | Бег на 1000 метров | 1 |  |  | Свисток, секундомер, флажок | Р.: включать беговые упражнения в различные формы занятий физической культурой.  П.: применять упражнения для развития физических качеств. К.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения беговых упражнений. |
|  | **Спортивные игры** | 36 |  |  |  |  |
|  | **Волейбол. Передвижения, прием и передача.** | 9 |  |  |  |  |
| 23 | Правила техники безопасности. Основные правила игры в волейбол. | 1 |  |  | Свисток, волейбольные мячи. | Р.: применять правила подбора одежды для занятий волейболом.  П.: моделировать технику действий и приемов волейболиста.  К.: соблюдать правила безопасности. |
| 24 | Стойки игрока перемещения в стойке. | 1 |  |  | Свисток, волейбольные мячи | Р.: уважительно относиться к партнеру.  П.: моделировать технику игровых действий и приемов.  К.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технический действий волейбола. |
| 25 | Передача мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения вперед. | 1 |  |  | Свисток, волейбольные мячи | Р.: выполнять правила игры.  П.: моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий.  К.: соблюдать правила безопасности. |
| 26 | Передача мяча над собой. | 1 |  |  | Свисток, волейбольные мячи | Р.: уважительно относиться к сопернику и управлять своими эмоциями.  П.: моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игрой деятельности.  К.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технический действий волейбола. |
| 27 | Передача мяча через сетку. | 1 |  |  | Свисток, волейбольные мячи | Р.: уважительно относиться к партнеру.  П.: моделировать технику игровых действий и приемов.  К.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технический действий волейбола. |
|  | **II четверть** | 21 |  |  |  |  |
| 28 | Игра по упрощенным правилам мини-волейбол. | 1 |  |  | Свисток, волейбольные мячи | Р.: использовать игру волейбол в организации активного отдыха.  П.: моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий.  К.: соблюдать правила безопасности. |
| 29 | Игры и игровые задания с ограниченным числом игроков | 1 |  |  | Свисток, волейбольные мячи | Р.: выполнять правила игры.  П.: моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий.  К.: соблюдать правила безопасности. |
| 30 | Организация и проведение подвижных игр и игровых заданий. | 1 |  |  | Свисток, волейбольные мячи | Р.: выполнять правила игры.  П.: моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий.  К.: соблюдать правила безопасности. |
| 31 | Упражнения по овладению и соревнованию в технике перемещений и владения мячом. | 1 |  |  | Свисток, волейбольные мячи | Р.: использовать игровые упражнения для развития координационных упражнений.  П.: моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий.  К.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технический действий волейбола. |
|  | **Волейбол. Нападающий удар. Подачи.** | 9 |  |  |  |  |
| 32 | Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером. | 1 |  |  | Свисток, волейбольные мячи | Р.: описывать технику изучаемых игровых приемов и действий.  П.: осваивать их самостоятельно выявлять и устранять типичные ошибки.  К.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения игровых приемов и действий, соблюдать правила безопасности. |
| 33 | Комбинации из освоенных элементов: прием, передача, удар. | 1 |  |  | Свисток, волейбольные мячи | Р.: описывать технику изучаемых игровых приемов и действий.  П.: осваивать их самостоятельно выявлять и устранять типичные ошибки.  К.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения игровых приемов и действий, соблюдать правила безопасности. |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 34 | Позиционное нападения без изменения позиций игроков | 1 |  |  | Свисток, волейбольные мячи | Р.: описывать технику изучаемых игровых приемов и действий.  П.: осваивать их самостоятельно выявлять и устранять типичные ошибки.  К.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения игровых приемов и действий, соблюдать правила безопасности. |
| 35 | Тактика свободного нападения. | 1 |  |  | Свисток, волейбольные мячи | Р.: описывать технику изучаемых игровых приемов и действий.  П.: осваивать их самостоятельно выявлять и устранять типичные ошибки.  К.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения тактики игровых действий, соблюдать правила безопасности. |
| 36 | Тактика нападений. | 1 |  |  | Свисток, волейбольные мячи | Р.: описывать технику изучаемых игровых приемов и действий.  П.: осваивать их самостоятельно выявлять и устранять типичные ошибки.  К.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения тактики игровых действий, соблюдать правила безопасности. |
| 37 | Тактика защиты | 1 |  |  | Свисток, волейбольные мячи | Р.: описывать технику изучаемых игровых приемов и действий.  П.: осваивать их самостоятельно выявлять и устранять типичные ошибки.  К.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения тактики игровых действий, соблюдать правила безопасности. |
| 38 | Нижняя прямая подача с расстояния 3 – 6 метров от сетки. | 1 |  |  | Свисток, волейбольные мячи | Р.: описывать технику изучаемых игровых приемов и действий.  П.: осваивать их самостоятельно выявлять и устранять типичные ошибки.  К.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения тактики игровых действий, соблюдать правила безопасности. |
| 39 | Помощь в судействе. | 1 |  |  | Свисток, волейбольные мячи | Р.: организовывать со сверстниками совместные занятия по подвижным играм и игровым упражнениям, приближенным к содержанию разучиваемой игры.  П.: осуществлять помощь в судействе.  К.: комплектовать команды, подготовка мест проведения игры. |
| 40 | Двусторонние игры длительностью до 12 мин. | 1 |  |  | Свисток, волейбольные мячи | Р.: определять степень утомления организма во время игровой деятельности, использовать игровые действия для развития скоростных и скоростно – силовых способностей. |
|  | **Баскетбол. Стойки, перемещения, передачи.** | 9 |  |  |  |  |
| 41 | Стойки игрока, перемещения в стойке. | 1 |  |  | Свисток, баскетбольные мячи | Р: *планирование* – определять общую цель и пути ее достижения; *прогнозирование* – предвосхищать результат. П: *общеучебные* – выбирать наиболее эффективные способы решения задач; контролировать и оценивать процесс в результате своей деятельности. К: *инициативное сотрудничество* – формулировать свои затруднения |
| 42 | Комбинация из освоенных элементов техники передвижений. | 1 |  |  | Свисток, баскетбольные мячи | Р: *контроль и самоконтроль* – различать способ и результат действия; *прогнозирование* – предвосхищать результаты. П: *общеучебные* – ориентироваться в разнообразии способов решения задач; самостоятельно создавать ход деятельности при решении проблем. К: *взаимодействие* – формулировать собственное мнение, слушать собеседника; *управление коммуникацией* – разрешать конфликты на основе учета интересов и позиции всех участников |
| 43 | Варианты ловли и передачи мяча. | 1 |  |  | Свисток, баскетбольные мячи | Р: *целеполагание* – преобразовывать практическую задачу в образовательную. П: *общеучебные* – осознанно строить сообщения в устной форме. К.: *взаимодействие* – задавать вопросы, формулировать свою позицию. |
| 44 | Остановка двумя шагами и прыжком. | 1 |  |  | Свисток, баскетбольные мячи | Р: *целеполагание* – преобразовывать практическую задачу в образовательную. П: *общеучебные* – осознанно строить сообщения в устной форме. К: *взаимодействие* – задавать вопросы, формулировать свою позицию |
| 45 | Повороты без мяча и с мячом. | 1 |  |  | Свисток, баскетбольные мячи | Р: *контроль и самоконтроль* – сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона. П: *общеучебные* – ориентироваться в разнообразии способов решения задач. К: *инициативное сотрудничество* – формулировать свои затруднения |
| 46 | Комбинации из освоенных элементов техники передвижений. | 1 |  |  | Свисток, баскетбольные мячи | Р.: описывать технику изучаемых игровых приемов и действий.  П.: осваивать их самостоятельно выявлять и устранять типичные ошибки.  К.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приемов и действий, соблюдать правила безопасности. |
| 47 | Ловля и передача мяча двумя руками от груди на месте и в движении. | 1 |  |  | Свисток, баскетбольные мячи | Р: *коррекция –* вносить коррективы в выполнение правильных действий упражнений; сличать способ действия с заданным эталоном. П: *общеучебные* – ставить и формулировать проблемы; выбирать наиболее эффективные способы решения задач. К: *инициативное сотрудничество* – обращаться за помощью; *взаимодействие* – строить монологическое высказывание, вести устный диалог |
| 48 | Ловля и передача мяча одной рукой от груди на месте и в движении. | 1 |  |  | Свисток, баскетбольные мячи | Р: *коррекция –* вносить коррективы в выполнение правильных действий упражнений; сличать способ действия с заданным эталоном. П: *общеучебные* – ставить и формулировать проблемы; выбирать наиболее эффективные способы решения задач. К: *инициативное сотрудничество* – обращаться за помощью; *взаимодействие* – строить монологическое высказывание, вести устный диалог |
|  | **III четверть** | 30 |  |  |  |  |
| 49 | Ловля и передача мяча в парах, тройках, квадратах, круге. | 1 |  |  | Свисток, баскетбольные мячи | Р: *коррекция –* вносить коррективы в выполнение правильных действий упражнений; сличать способ действия с заданным эталоном. П: *общеучебные* – ставить и формулировать проблемы; выбирать наиболее эффективные способы решения задач. К: *инициативное сотрудничество* – обращаться за помощью; *взаимодействие* – строить монологическое высказывание, вести устный диалог |
|  | **Баскетбол. Ведение мяча, броски.** | 9 |  |  |  |  |
| 50 | ОРУ с мячом. Ведения мяча. | 1 |  |  | Свисток, баскетбольные мячи | Р.: использовать игровые действия баскетбола для развития физических качеств.  П.: моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий.  К.: соблюдать правила безопасности. |
| 51 | Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойки на месте. | 1 |  |  | Свисток, баскетбольные мячи | Р.: использовать игру баскетбол в организации активного отдыха.  П.: моделировать технику игровых действий и приемов.  К.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технический действий |
| 52 | Ведение мяча с изменением направления и скорости. | 1 |  |  | Свисток, баскетбольные мячи | Р.: выполнять правила игры.  П.: моделировать технику игровых действий и приемов.  К.: взаимодействовать со сверстниками |
| 53 | Ведение мяча без сопротивления защитника ведущей и не ведущей рукой. | 1 |  |  | Свисток, баскетбольные мячи | Р.: использовать игровые действия баскетбола для развития физических качеств.  П.: моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий.  К.: соблюдать правила безопасности. |
| 54 | Броски одной и двумя руками с места. | 1 |  |  | Свисток, баскетбольные мячи | Р.: использовать игру баскетбол в организации активного отдыха.  П.: моделировать технику игровых действий и приемов.  К.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технический действий |
| 55 | Броски одной и двумя руками в движении. | 1 |  |  | Свисток, баскетбольные мячи | Р.: использовать игровые действия баскетбола для развития физических качеств.  П.: моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий.  К.: соблюдать правила безопасности. |
| 56 | Вырывание и выбивание мяча. | 1 |  |  | Свисток, баскетбольные мячи | Р.: использовать игру баскетбол в организации активного отдыха.  П.: моделировать технику игровых действий и приемов.  К.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технический действий |
| 57 | Комбинации из освоенных элементов: ловля, передача, ведение, бросок. | 1 |  |  | Свисток, баскетбольные мячи | Р.: выполнять правила игры.  П.: моделировать технику игровых действий и приемов.  К.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технический действий. |
| 58 | Игра по упрощенным правилам мини – баскетбола. | 1 |  |  | Свисток, баскетбольные мячи | Р.: использовать игровые действия баскетбола для развития физических качеств.  П.: моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий.  К.: соблюдать правила безопасности. |
|  | **Гимнастика с элементами акробатики.** | 18 |  |  |  |  |
|  | **Гимнастика.** | 9 |  |  |  |  |
| 59 | Инструктаж по ТБ. Упражнения на гибкость. | 1 |  |  | Свисток, гимнастические маты. | Р: *планирование* – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. П: *общеучебные* – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. К: *взаимодействие* – слушать собеседника, формулировать свои затруднения |
| 60 | Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре дроблением и сведением. | 1 |  |  | Мячи малых размеров. | Р: *целеполагание* – формулировать и удерживать учебную задачу; *планирование* – применять установленные правила в планировании способа решения. П: *общеучебные* – ориентироваться в разнообразии способов решения задач. К: *планирование учебного сотрудничества* – слушать собеседника, задавать вопросы; использовать речь |
| 61 | Вис согнувшись, вис прогнувшись (м), смешанные висы (д). | 1 |  |  | Перекладина, гимнастические маты. | Р: *прогнозирование* – предвидеть возможности получения конкретного результата при решении задач. П: *общеучебные* – узнавать, называть и определять объекты и явления окружающей действительности в соответствии с содержанием учебных предметов. К: *взаимодействие* – строить для партнера понятные высказывания |
| 62 | Поднимание прямых ног в висе(м),подтягивание из положения лежа(д).Развитие силовых способностей. | 1 |  |  | Перекладина, гимнастические маты. | Р: *планирование* – ориентироваться в разнообразии способов решения задач; *коррекция –* вносить дополнения и изменения в план действия. П: *знаково-символические* – использовать знаково-символические средства, в том числе модели и схемы, для решения задач. К: *планирование учебного сотрудничества* – определять цели, функции участников, способы взаимодействия; координировать и принимать различные позиции во взаимодействии |
| 63 | Сочетание движений руками с ходьбой на месте и в движении. | 1 |  |  | Мячи малых размеров. | Р: *контроль и самоконтроль* – осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату. П: *общеучебные* – ставить, формулировать и решать проблемы. К: *взаимодействие* – задавать вопросы, строить понятные для партнера высказывания |
| 64 | Простые связки. | 1 |  |  | Гимнастические маты. | Р.: *контроль и самоконтроль* – использовать установленные правила в контроле способа решения. П: *общеучебные* – ставить и формулировать проблемы. К: *планирование учебного сотрудничества* – договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности |
| 65 | Общеразвивающие упражнения в парах. | 1 |  |  | Мячи малых размеров. | Р: *прогнозирование* – предвидеть возможности получения конкретного результата при решении задач. П: *общеучебные* – узнавать, называть и определять объекты и явления окружающей действительности в соответствии с содержанием учебных предметов. К: *взаимодействие* – строить для партнера понятные высказывания |
| 66 | Общеразвивающие упражнения с предметами. | 1 |  |  | Мячи малых размеров. | Р: *контроль и самоконтроль* – использовать установленные правила в контроле способа решения. П: *общеучебные* – ставить и формулировать проблемы. К: *планирование учебного сотрудничества* – договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности |
| 67 | Составление с помощью учитель простейших комбинаций упражнений. | 1 |  |  | Гимнастические палки обручи. | Р: *контроль и самоконтроль* – использовать установленные правила в контроле способа решения. П: *общеучебные* – ставить и формулировать проблемы. К: *планирование учебного сотрудничества* – договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности |
|  | **Акробатика.** | 9 |  |  |  |  |
| 68 | Кувырок вперед и назад. | 1 |  |  | Гимнастические маты. | Р: *планирование* – ориентироваться в разнообразии способов решения задач; *коррекция –* вносить дополнения и изменения в план действия. П: *знаково-символические* – использовать знаково-символические средства, в том числе модели и схемы, для решения задач. К: *планирование учебного сотрудничества* – определять цели, функции участников, способы взаимодействия; координировать и принимать различные позиции во взаимодействии |
| 69 | Эстафеты и игры с использованием гимнастических упражнений и инвентаря. | 1 |  |  | Скакалки, обручи. | Р: *планирование* – ориентироваться в разнообразии способов решения задач; *коррекция –* вносить дополнения и изменения в план действия. П: *знаково-символические* – использовать знаково-символические средства, в том числе модели и схемы, для решения задач. К: *планирование учебного сотрудничества* – определять цели, функции участников, способы взаимодействия; координировать и принимать различные позиции во взаимодействии |
| 70 | Стойка на лопатках – комбинация элементов. | 1 |  |  | Гимнастические маты | Р: *планирование* – ориентироваться в разнообразии способов решения задач; *коррекция –* вносить дополнения и изменения в план действия. П: *знаково-символические* – использовать знаково-символические средства, в том числе модели и схемы, для решения задач. К: *планирование учебного сотрудничества* – определять цели, функции участников, способы взаимодействия; координировать и принимать различные позиции во взаимодействии |
| 71 | Акробатические упражнения. | 1 |  |  | Гимнастические маты | Р: *контроль и самоконтроль* – осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату. П: *общеучебные* – ставить, формулировать и решать проблемы. К: *взаимодействие* – задавать вопросы, строить понятные для партнера высказывания |
| 72 | Вскок в упор присев. | 1 |  |  | Гимнастические: «козел», мостик, маты. | Р: *оценка* – устанавливать соответствие полученного результата поставленной цели. П: *общеучебные* – узнавать, называть и определять объекты и явления окружающей действительности в соответствии с содержанием учебных предметов. К: *взаимодействие* – слушать собеседника; формулировать собственное мнение и задавать вопросы |
| 73 | Прыжки со скакалкой | 1 |  |  | Скакалки. | Р: *прогнозирование* – предвидеть возможности получения конкретного результата при решении задачи. П: *информационные* – получать и обрабатывать информацию; *общеучебные* – ставить и формулировать проблемы. К: *взаимодействие* – формулировать собственное мнение и позицию |
| 74 | Вскок в упор присев. Соскок прогнувшись. | 1 |  |  | Гимнастические: «козел», мостик, маты. | Р: *прогнозирование* – предвидеть возможности получения конкретного результата при решении задачи. П: *информационные* – получать и обрабатывать информацию; *общеучебные* – ставить и формулировать проблемы. К: *взаимодействие* – формулировать собственное мнение и позицию |
| 75 | Броски набивного мяча. | 1 |  |  | Набивные мячи. | Р: *оценка* – устанавливать соответствие полученного результата поставленной цели. П: *общеучебные* – узнавать, называть и определять объекты и явления окружающей действительности в соответствии с содержанием учебных предметов. К: *взаимодействие* – слушать собеседника; формулировать собственное мнение и задавать вопросы |
| 76 | Помощь и страховка. | 1 |  |  | Гимнастические маты. | Р: *саморегуляция* – стабилизировать эмоциональное состояние для решения различных задач. П: *общеучебные* – самостоятельно создавать фон деятельности для решения проблем или ситуаций различного характера. К: *взаимодействие* – формировать собственное мнение и позицию; координировать |
|  | **Легкая атлетика.** | 8 |  |  |  |  |
| 77 | Т.Б при занятиях легкой атлетикой. Прыжки в высоту с 3 – 5 шагов разбега. | 1 |  |  | Резинка | Р.: включать беговые упражнения в различные формы занятий физической культурой.  П.: демонстрировать вариативное выполнение прыжковых упражнений.  К.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения прыжковых упражнений. |
| 78 | Прыжки в длину с 7-9 шагов разбега. | 1 |  |  | Резинка, рулетка. | Р.: включать беговые упражнения в различные формы занятий физической культурой.  П.: демонстрировать вариативное выполнение прыжковых упражнений и метания набивного мяча.  К.: соблюдать правила безопасности. |
|  | **IV четверть** |  |  |  |  |  |
| 79 | Метание на заданное расстояние. | 1 |  |  | Теннисные мячи, рулетка. | Р.: включать беговые упражнения в занятия физической культурой.  П. беговые упражнения для развития физических качеств.  К.: соблюдать правила безопасности. |
| 80 | Метание в горизонтальную и вертикальную цели (1х1) с расстояния 6 – 8 м. | 1 |  |  | Теннисные мячи, рулетка. | Р.: применять метательные упражнения для развития соответствующих способностей.  К.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения метательных упражнений, соблюдать правила безопасности. |
| 81 | Метание теннисного мяча с 4 – 5 шагов разбега на дальность. | 1 |  |  | Теннисные мячи, рулетка. | Р.: применять метательные упражнения для развития соответствующих способностей.  К.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения метательных упражнений, соблюдать правила безопасности. |
| 82 | Бросок набивного мяча двумя руками из-за головы, от груди. | 1 |  |  | Теннисные мячи | Р: *коррекция –* адекватно воспринимать предложения учителей и товарищей, родителей и других людей по исправлению допущенных ошибок. П: *общеучебные* – самостоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем различного характера. К: *взаимодействие* – слушать собеседника, задавать вопросы, строить монологическое высказывание |
| 83 | Ловля набивного мяча двумя руками после броска партнера. | 1 |  |  | Набивные мячи. | Р: *коррекция –* вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок. П: *общеучебные* – ориентироваться в разнообразии способов решения задач; узнавать, называть и определять объекты и явления окружающей действительности в соответствии с содержанием учебного предмета. К: *взаимодействие* – формулировать собственное мнение и позицию; *инициативное сотрудничество* – формулировать свои затруднения |
| 84 | Ловля набивного мяча двумя руками после броска в верх: с хлопками ладонями, после приседания. | 1 |  |  | Набивные мячи. | Р.: применять метательные упражнения для развития соответствующих способностей.  К.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения метательных упражнений, соблюдать правила безопасности. |
|  | **Кроссовая подготовка.** | **9** |  |  |  |  |
| 85 | Бег с преодолением горизонтальных и вертикальных препятствий | 1 |  |  | Свисток, фишки, резинка. | Р.: включать беговые упражнения в различные формы занятий физической культурой.  П.: демонстрировать выполнение передачи эстафетной палочки.  К.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения бега на выносливость по дистанции. |
| 86 | Смешанное передвижение (бег в чередовании с ходьбой) до 4000 метров – мальчики, до 2500 метров – девочки. | 1 |  |  | Свисток, футбольный мяч. | Р.: включать беговые упражнения в различные формы занятий физической культурой.  П.: демонстрировать выполнение передачи эстафетной палочки.  К.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения бега на выносливость по дистанции. |
| 87 | Бег с низкого старта в гору. Разнообразные прыжки и многоскоки. | 1 |  |  | Свисток, футбольный мяч. | Р.: применять упражнения малого мяча для развития физических качеств.  П.: демонстрировать выполнение метания малого мяча.  К.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения упражнений в метании малого мяча. |
| 88 | Переменный бег – 10 минут | 1 |  |  | Свисток, футбольный мяч. | Р.: включать беговые упражнения в различные формы занятий физической культурой.  П.: демонстрировать выполнение передачи эстафетной палочки.  К.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения бега на выносливость по дистанции. |
| 89 | Кросс до 15 мин. | 1 |  |  | Свисток, футбольный мяч. Секундомер. | Р.: применять разученные упражнения для развития выносливости.  К.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения бега на выносливость по дистанции. |
| 90 | Старт из различных исходных положений. | 1 |  |  | Свисток, футбольный мяч. Секундомер. | Р.: применять разученные упражнения для развития скоростных способностей.  К.: соблюдать технику безопасности. |
| 91 | Бег с ускорением. | 1 |  |  | Свисток, футбольный мяч. Секундомер. | Р.: применять разученные упражнения для развития скоростных способностей.  К.: соблюдать технику безопасности. |
| 92 | Бег с максимальной скоростью. | 1 |  |  | Свисток, футбольный мяч. Секундомер. | Р.: включать беговые упражнения в различные формы занятий физической культурой.  П.: применять упражнения для развития физических качеств. К.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения беговых упражнений. |
| 93 | Упражнения и простейшие программы выносливости. | 1 |  |  | Свисток, футбольный мяч. Секундомер. | Р.: включать беговые упражнения в различные формы занятий физической культурой.  П.: применять беговые упражнения для развития физических качеств.  К.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения беговых упражнений. |
|  | **Спортивные игры.** |  |  |  |  |  |
|  | **Футбол.** | **9** |  |  |  |  |
| 94 | Стойки игрока перемещение в стойки. | 1 |  |  | Свисток, футбольные мячи. | Р.: описывать технику изучаемых игровых приемов и действий.  П.: осваивать их самостоятельно, выявлять и устранять типичные ошибки.  К.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приемов и действий, соблюдать правила безопасности. |
| 95 | Комбинации из освоенных элементов техники передвижений. | 1 |  |  | Свисток, футбольные мячи. | Р.: описывать технику изучаемых игровых приемов и действий.  П.: осваивать их самостоятельно, выявлять и устранять типичные ошибки.  К.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приемов и действий, соблюдать правила безопасности. |
| 96 | Ведение мяча по прямой с изменением направления движения и скорости ведения. | 1 |  |  | Свисток, футбольные мячи. | Р.: описывать технику изучаемых игровых приемов и действий.  П.: осваивать их самостоятельно, выявлять и устранять типичные ошибки.  К.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приемов и действий, соблюдать правила безопасности. |
| 97 | Удары по воротам. | 1 |  |  | Свисток, футбольные мячи. | Р.: описывать технику изучаемых игровых приемов и действий.  П.: осваивать их самостоятельно, выявлять и устранять типичные ошибки.  К.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приемов и действий, соблюдать правила безопасности. |
| 98 | Комбинации из освоенных элементов: ведение, удар, прием мяча, остановка. | 1 |  |  | Свисток, футбольные мячи. | Р.: моделировать технику освоенных игровых действий и приемов.  К.: варьировать ее в зависимости от ситуации и условий, возникающих в процессе игровой деятельности. |
| 99 | Комбинации из освоенных элементов: техники перемещения и ведения мячом. | 1 |  |  | Свисток, футбольные мячи. | Р.: моделировать технику освоенных игровых действий и приемов.  К.: варьировать ее в зависимости от ситуации и условий, возникающих в процессе игровой деятельности. |
| 100 | Тактика свободного нападения. | 1 |  |  | Свисток, футбольные мячи. | Р.: описывать технику изучаемых игровых приемов и действий.  П.: осваивать их самостоятельно выявлять и устранять типичные ошибки.  К.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения тактики игровых действий, соблюдать правила безопасности. |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 101 | Позиционное нападение без изменения позиций игроков. | 1 |  |  | Свисток, футбольные мячи. | Р.: описывать технику изучаемых игровых приемов и действий.  П.: осваивать их самостоятельно выявлять и устранять типичные ошибки.  К.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения тактики игровых действий, соблюдать правила безопасности. |
| 102 | Игра по упрощенным правилам на площадках разных размеров. | 1 |  |  | Свисток, футбольные мячи. | Р.: использовать игровые действия футбола для развития физических качеств.  П.: моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий.  К.: соблюдать правила безопасности. |