

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Департамент образования и науки Тюменской области

Упоровский район

МАОУ Суерская СОШ

РАССМОТРЕНО
МО естественно-научного цикла
 Шестакова Л.И.

Протокол № 4
от «21» июня 2022 г.

СОГЛАСОВАНО
Заместитель директора по УВР
 Герман В.П.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного предмета

«Физическая культура»

Для 9 класса основного общего образования на 2022-2023 учебный год

Составитель: Дубровин Юрий Константинович
учитель физической культуры

с.Суерка 2022г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

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

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

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

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

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

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

ЦЕЛИ ИЗУЧЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

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

Развивающая направленность рабочей программы определяется вектором развития физических качеств и функциональных возможностей организма занимающихся, являющихся основой укрепления их здоровья, повышения надёжности и активности адаптивных процессов. Существенным достижением данной ориентации является приобретение школьниками знаний и умений в организации самостоятельных форм занятий оздоровительной, спортивной и прикладно-ориентированной физической культурой, возможностью познания своих физических способностей и их целенаправленного развития.

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

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

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

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

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

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

МЕСТО УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

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

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

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

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

9 класс

Знания о физической культуре. Здоровье и здоровый образ жизни, вредные привычки и их пагубное влияние на здоровье человека. Туристские походы как форма организации здорового образа жизни. Профессионально-прикладная физическая культура.

Способы самостоятельной деятельности. Восстановительный массаж как средство оптимизации работоспособности, его правила и приёмы во время самостоятельных занятий физической подготовкой. Банные процедуры как средство укрепления здоровья. Измерение функциональных резервов организма. Оказание первой помощи на самостоятельных занятиях физическими упражнениями и во время активного отдыха.

Физическое совершенствование. Физкультурно-оздоровительная деятельность. Занятия физической культурой и режим питания. Упражнения для снижения избыточной массы тела.

Оздоровительные, коррекционные и профилактические мероприятия в режиме двигательной активности старшеклассников
Спортивно-оздоровительная деятельность.

Модуль «Гимнастика». Акробатическая комбинация с включением длинного кувырка с разбега и кувырка назад в упор, стоя ноги врозь (юноши).

Гимнастическая комбинация на высокой перекладине, с включением элементов размахивания и соскока вперёд прогнувшись (юноши). Гимнастическая комбинация на параллельных брусьях, с включением двух кувырков вперёд с опорой на руки (юноши). Гимнастическая комбинация на гимнастическом бревне, с включением полушпагата, стойки на колене с опорой на руки и отведением ноги назад (девушки). Черлидинг: композиция упражнений с построением пирамид, элементами степ-аэробики, акробатики и ритмической гимнастики (девушки).

Модуль «Лёгкая атлетика». Техническая подготовка в беговых и прыжковых упражнениях: бег на короткие и длинные дистанции; прыжки в длину способами «прогнувшись» и «согнув ноги»; прыжки в высоту способом «перешагивание». Техническая подготовка в метании спортивного снаряда с разбега на дальность.

Модуль «Зимние виды спорта». Техническая подготовка в передвижении лыжными ходами по учебной дистанции: попеременный двухшажный ход, одновременный одношажный ход, способы перехода с одного лыжного хода на другой.

Модуль «Плавание». Брасс: подводящие упражнения и плавание в полной координации. Повороты при плавании брассом.

Модуль «Спортивные игры».

Баскетбол. Техническая подготовка в игровых действиях: ведение, передачи, приёмы и броски мяча на месте, в прыжке, после ведения.

Волейбол. Техническая подготовка в игровых действиях: подачи мяча в разные зоны площадки соперника; приёмы и передачи на месте и в движении; удары и блокировка.

Футбол. Техническая подготовка в игровых действиях: ведение, приёмы и передачи, остановки и удары по мячу с места и в движении.

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

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

ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

9 класс

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

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

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

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

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

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

устанавливать связь негативного влияния нарушения осанки на состояние здоровья и выявлять причины нарушений, измерять

индивидуальную форму и составлять комплексы упражнений по профилактике и коррекции выявляемых нарушений;

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

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

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

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 9 класс

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Кол-во часов	Основные виды деятельности учащихся	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
Раздел 1. Знания о физической культуре (1 часа)				
1.1.	Здоровье и здоровый образ жизни	1	коллективная дискуссия (проблемные доклады, эссе, фиксированные выступления). Вопросы для обсуждения: -что такое здоровье и какие факторы определяют его состояние; -почему занятия физической культурой и спортом не совмести мы с вредными привычками; -какие факторы и причины побуждают человека вести здоровый образ жизни	РЭШ №1 https://resh.edu.ru/subject/lesson/2687/start/
Итого по разделу		1		
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности (2 часа)				
2.1.	Измерение функциональных резервов организма	1	-знакомятся с понятием «резервные возможности организма», отвечают на вопросы о предназначении резервных возможностей организма и их связи с состоянием физического здоровья человека; - знакомятся с функциональными пробами, их назначением и правилами проведения («проба Штанге», «проба Генча», «проба с задержкой дыхания»); - разучивают способы проведения функциональных проб и способы оценивания их результатов по расчётным формулам; - проводят исследование индивидуальных резервов организма с помощью функциональных проб и сравнивают их результаты с данными оценочных шкал	Инфоурок https://infourok.ru/material.html?mid=108249
2.2.	Оказание первой помощи во	1	- знакомятся с наиболее распространёнными	Инфоурок

	время самостоятельных занятий физическими упражнениями		<p>травмами во время самостоятельных занятий физическими упражнениями и их характерными признаками (ушибы, потёртости, вывихи, судороги мышц, обморожение, тепловой и солнечный удар);</p> <ul style="list-style-type: none"> - знакомятся с основными причинами возможного появления травм и профилактическими мерами по их предупреждению; - наблюдают и анализируют образцы способов оказания первой помощи и обучаются оказывать первую помощь (в группе); - контролируют технику выполнения способов оказания первой помощи другими учащимися, сравнивают с образцом и выявляют возможные ошибки, предлагают способы их устранения (в группах) 	https://infourok.ru/okazanie-pervoj-dovrachebnoj-pomoshi-na-uroke-fizkultury-4320054.html
Итого по разделу		2		
Раздел 3. Физическое совершенствование (45 часа)				
3.1	<i>Модуль «Гимнастика».</i> Длинный кувырок с разбега	1	<ul style="list-style-type: none"> - изучают и анализируют образец техники длинного кувырка с разбега, выделяют его фазы и обсуждают технические сложности в их выполнении; - анализируют подводящие и подготовительные упражнения для качественного освоения техники длинного кувырка и разучивают их; - разучивают длинный кувырок с разбега по фазам движения и в полной координации; - контролируют технику выполнения длинного кувырка другими учащимися, выявляют возможные ошибки и предлагают способы их устранения (обучение в группах) - консультации учителя по отбору и самостоятельному обучению подводящих и подготовительных упражнений; <p>последовательности освоения техники кувырка на самостоятельных занятиях технической подготовкой</p>	РЭШ №10 https://resh.edu.ru/subject/lesson/3424/start/

3.2	<i>Модуль «Гимнастика».</i> Кувырок назад в упор, стоя ноги врозь	1	<ul style="list-style-type: none"> - изучают и анализируют образец техники кувырка назад в упор, стоя ноги врозь, выделяют его фазы и обсуждают технические сложности в их выполнении; - анализируют подводящие и подготовительные упражнения для качественного освоения техники кувырка назад в упор ноги врозь и разучивают их; - разучивают технику кувырка по фазам движения и в полной координации; - контролируют технику выполнения длинного кувырка другими учащимися, выявляют возможные ошибки и предлагают способы их устранения (обучение в группах) 	РЭШ №11 https://resh.edu.ru/subject/lesson/3423/start/
3.3	<i>Модуль «Гимнастика».</i> Соскок вперёд прогнувшись с высокой гимнастической перекладины	2	<ul style="list-style-type: none"> - изучают и анализируют образец техники соскока вперёд прогнувшись с высокой перекладины и разучивают его в сочетании с выполнением размахивания; - контролируют технику выполнения соскока другими учащимися, выявляют возможные ошибки и предлагают способы их устранения (обучение в группах) 	https://infourok.ru/prezentaciya_po_gimnastike_yunoshi_8-9_klass_naglyadnost_perekladina_i_parallelnye_brusya_po-135725.htm
3.4	<i>Модуль «Гимнастика».</i> Гимнастическая комбинация на параллельных брусьях	2	<ul style="list-style-type: none"> - закрепляют и совершенствуют технику упражнений ранее освоенной гимнастической комбинации; - наблюдают и анализируют технику последовательного выполнения двух кувырков, выясняют технические трудности; - составляют гимнастическую комбинацию из ранее освоенных упражнений и разучивают её в полной координации; - контролируют технику выполнения комбинации другими учащимися, выявляют возможные ошибки и предлагают способы их устранения (обучение в группах) 	https://infourok.ru/urok-po-fizicheskoj-kulture-obuchenie-tehnike-uprazhnenij-na-brusyah-parallelnyh-raznovysokih-9-klass-4461062.html
3.5	<i>Модуль «Лёгкая атлетика».</i> Техническая подготовка в легкоатлетических упражнениях	8	<ul style="list-style-type: none"> - рассматривают и уточняют образцы техники беговых и прыжковых упражнений (бег на короткие и длинные дистанции; прыжки в длину способами «прогнувшись» и 	РЭШ №13-14 https://resh.edu.ru/subject/lesson/3422/start/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/3421/start/

			«согнув ноги»; прыжки в высоту способом «перешагиванием»); - контролируют технику выполнения легкоатлетических упражнений другими учащимися, сравнивают их технику с образцами и выявляют возможные ошибки, предлагают способы их устранения (обучение в группах)	
3.6	<i>Модуль «Лёгкая атлетика».</i> Техническая подготовка в метании спортивного снаряда с разбега на дальность	5	- рассматривают и уточняют образец техники метания спортивного снаряда (малого мяча); - контролируют технику выполнения метания спортивного снаряда другими учащимися, сравнивают их технику с эталонным образцом и выявляют возможные ошибки, предлагают способы их устранения (обучение в группах)	РЭШ №15 https://resh.edu.ru/subject/lesson/3238/start/
3.7	<i>Модуль «Зимние виды спорта».</i> Техническая подготовка в передвижении на лыжах по учебной дистанции	10	- рассматривают и уточняют образцы техники передвижения лыжными ходами, способы перехода с одного хода на другой (попеременный двухшажный ход, одновременный одношажный ход); - контролируют технику выполнения передвижений на лыжах другими учащимися, сравнивают их технику с эталонными образцами и выявляют возможные ошибки, предлагают способы их устранения (обучение в группах)	РЭШ №16-18 https://resh.edu.ru/subject/lesson/3237/start/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/3461/start/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/3470/start/
3.8	<i>Модуль «Спортивные игры».</i> Техническая подготовка в баскетболе	8	- рассматривают и уточняют образцы техники в ведении, передача ч, приёмах и бросках мяча на месте, в прыжке и после ведения; - контролируют технику выполнения игровых действий другими учащимися, сравнивают их технику с эталонными образцами и выявляют возможные ошибки, предлагают способы их устранения (обучение в группах); - совершенствуют технические действия в тактических схемах нападения и защиты (в условиях учебной игровой деятельности); - играют по правилам с использованием разученных технических и тактических действий (обучение в командах)	РЭШ №25-27 https://resh.edu.ru/subject/lesson/3456/start/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/3232/start/ https://resh.edu.ru/subject/lesson/3231/start/
3.9	<i>Модуль «Спортивные игры».</i>	12	- рассматривают и уточняют образцы техники в	https://nsportal.ru/shkola/fizkultura-i-

	Техническая подготовка в волейболе		<p>подаче мяча в разные зоны площадки соперника, приёмах и передачах на месте и в движении, ударе и блокировке;</p> <ul style="list-style-type: none"> - контролируют технику выполнения игровых действий другими учащимися, сравнивают их технику с эталонными образцами и выявляют возможные ошибки, предлагают способы их устранения (обучение в группах); - совершенствуют технические действия в тактических схемах нападения и защиты (в условиях учебной игровой деятельности); - играют по правилам с использованием разученных технических и тактических действий (обучение в командах) 	<p>sport/library/2015/04/14/tema-uroka-osnovnye-tehnicheskie-priemy-igry-v-voleybol</p> <p>https://infourok.ru/konspekt-uroka-po-volejbolu-9-klass-tema-uroka-sovershenstvovanie-tehniko-takticheskoi-podgotovki-v-volejbole-4164819.html</p>
3.10	<i>Модуль «Спортивные игры».</i> Техническая подготовка в футболе	5	<ul style="list-style-type: none"> - рассматривают и уточняют образцы техники в подаче мяча в разные зоны площадки соперника, приёмах и передачах на месте и в движении, при ударе и блокировке; - контролируют технику выполнения игровых действий другими учащимися, сравнивают их технику с эталонными образцами и выявляют возможные ошибки, предлагают способы их устранения (обучение в группах); - совершенствуют технические действия в тактических схемах нападения и защиты (в условиях учебной игровой деятельности); - играют по правилам с использованием разученных технических и тактических действий (обучение в командах) 	<p>РЭШ №22-24</p> <p>https://resh.edu.ru/subject/lesson/3234/start/</p> <p>https://resh.edu.ru/subject/lesson/3233/start/</p> <p>https://resh.edu.ru/subject/lesson/3466/start/</p>
Итого по разделу		45		
Раздел 4. Спорт (20 часов)				
4.1.	Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО	20	<ul style="list-style-type: none"> - осваивают содержание примерных модульных программ по физической культуре или рабочей программы базовой физической подготовки; - демонстрируют приросты в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО 	Сайт ГТО https://www.gto.ru/norms
Итого по разделу		20		

ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ | 68

--	--

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
9 класс
Количество часов: 68; в неделю 2 часа

1 четверть 16 ч

Раздел. Легкая атлетика - 10 часов.

Реализация календарно-тематического плана обеспечивает освоение универсальных учебных действий:

Регулятивные:

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

Познавательные:

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

Коммуникативные:

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

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

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

					задачей.		
5.			Правила соревнований в спринтерском беге. 60 метров – на результат. Подготовка к сдаче норм ГТО. Эстафеты	1	-владеть способами проведения занятия по легкой атлетике; - формулировать и удерживать учебную задачу. -слушать собеседника, задавать вопросы, использовать речь; -выбирать действия в соответствии с задачей	.	
6.			Метание теннисного мяча на дальность отскока от стены, в цель Подвижная игра «Попади в мяч»	1	-владеть широким арсеналом двигательных действий и физических упражнений из легкой атлетки; -адекватная мотивация учебной деятельности -определять общую цель и пути её достижения; - координировать и принимать различные позиции во взаимодействии.	Учетный	
7			Метание мяча на дальность и на заданное расстояние. Подвижная игра«Кто дальше бросит»	1	-задавать вопросы, управление коммуникацией. -определять общую цель и пути её достижения; -формулировать собственное мнение.	Учетный	
8.			Правила соревнований в метаниях. Метание мяча на дальность. Упражнения с набивным мячом.	1	-задавать вопросы, управление коммуникацией. -определять общую цель и пути её достижения; -формулировать собственное мнение.	Текущий	

9			Правила выполнения домашних заданий по физической культуре. Прыжки в длину с разбега Прыжки с места-на результат. Подготовка к сдачи норм ГТО	1	-владеть широким арсеналом двигательных действий и физических упражнений из легкой атлетики; -адекватная мотивация учебной деятельности -определять общую цель и пути её достижения; - координировать и принимать различные позиции во взаимодействии.	Учетный	
10			Правила использования легкоатлетических упражнений для развития скоростно-силовых качеств. Бег 1500 м.	1	-адекватная мотивация учебной деятельности -определять общую цель и пути её достижения;	Текущий	

Раздел . Спортивные игры (баскетбол) – 6 часов.

Реализация календарно-тематического плана обеспечивает освоение универсальных учебных действий:

Регулятивные:

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

Познавательные:

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

Коммуникативные:

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

№ урока	Дата проведения		Тема урока	Кол-во часов	Формирование функциональной грамотности	Виды контроля	ЦОРы
	план	факт					
11.			ТБ на уроках спортивных игр (баскетбол). Сочетание приёмов передвижений и остановок.	1	Анализировать эффективность спортивных игр.	Текущий	

			Ведение мяча с пасом сопротивлением и сопротивлением на месте.		-контролировать и оценивать процесс и результат своей деятельности. -формулировать собственное мнение.		
12			Правила баскетбола. Бросок двумя руками от головы с места. Передача двумя руками от груди на месте. Личная защита Учебная игра	1	Анализировать эффективность спортивных игр. -определять общую цель и пути её достижения; -выбирать более эффективные способы решения;	Текущий	
13			Бросок двумя руками от головы с места. Передача двумя руками от груди на месте. Личная защита Учебная игра	1	Анализировать эффективность спортивных игр. -контролировать и оценивать процесс и результат своей деятельности. -формулировать собственное мнение;	Текущий	
14			Терминология баскетбола. Ведение мяча с сопротивлением. Бросок одной рукой от плеча с/м. Передача мяча двумя руками от груди в движении парами с сопротивлением	1	-Анализировать эффективность спортивных игр. -понимать роль физической культуры, как средства организации здорового образа жизни, профилактики вредных привычек. -слушать собеседника, задавать вопросы, использовать речь;	Текущий	

					-контролировать и оценивать процесс и результат; -владеть арсеналом технических действий, применяя их в игровой деятельности.		
15			Передача одной рукой от плеча в движении в тройках с сопротивлением. Игровые задания. Учебная игра	1	-Способность проводить самостоятельные занятия -владеть широким арсеналом двигательных действий и физических упражнений; -применять установленные правила в деятельности; -контролировать и оценивать процесс и результат своей деятельности	Текущий	
16			История баскетбола. Сочетание приёмов ведения, передачи, броска. Штрафной бросок. Учебная игра.	1	-ставить и формулировать проблемы, выбирать эффективные способы решения, обращаться за помощью. -выбирать более эффективные способы решения.	Текущий	

2 четверть 16 ч

Раздел 4. Гимнастика с элементами акробатики - 10 часов.

Реализация календарно-тематического плана обеспечивает освоение универсальных учебных действий:

Регулятивные:

- выполнять строевые приемы на месте и в движении, построения и перестроения, общеразвивающие упражнения, комбинации, гимнастические упражнения на снарядах и без снарядов на занятиях гимнастикой и акробатикой;

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

№ урока	Дата проведения		Тема урока	Кол-во часов	Формирование функциональной грамотности	Виды контроля	ЦОРы
	план	факт					
17			Инструктаж ТБ. Строевые упражнения. Из виса на подколенках через стойку на руках опускание в упор присев(М) Из упора на нижней жерди опускание вперед в вис присев(Д) . Эстафеты с обручем, мячом и скакалкой.	1	<ul style="list-style-type: none"> -Анализировать эффективность инструктажа по технике безопасности. -Способность проводить самостоятельные занятия по освоению техники акробатических и гимнастических упражнений. -владеть способами проведения занятия по гимнастике; -понимать роль здоровья, как важнейшего условия саморазвития и самореализации человека; -слушать собеседника, задавать вопросы, использовать речь; -контролировать и оценивать процесс и результат своей деятельности. 	Текущий	
18			Значение гимнастических упражнений для сохранения правильной осанки и развития силовых способностей. Подъём завесом вне(М), вис лёжа на нижней жерди, сед боком на нижней жерди, соскок(Д)	1	<ul style="list-style-type: none"> -выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. -самостоятельно выделять и 	Текущий	

					формулировать познавательную цель.		
19.			Составление простейших комбинаций в висе Упражнения на гимнастической стенке, гимнастической скамейке	1	-выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. -определять общую цель и пути её достижения; -самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.	Учетный	
20.			Упражнения для самостоятельной тренировки. Круговая тренировка.	1	-выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. -самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.	Учетный	
21.			Опорный прыжок «согнув ноги»(м)-козёл в длину, 110-115см; прыжок боком с поворотом на 90(д)(конь в ширину,110см) Упражнения на скакалке .Установка и уборка снарядов.	1	-ставить и формулировать проблему. -договариваться о распределение функций и ролей в совместной деятельности.	Текущий	
22.			Опорный прыжок «согнув ноги»(м)-козёл в длину, 110-115см; прыжок боком с поворотом на 90(д)(конь в ширину,110см) Упражнения на скакалке .	1	-вносить дополнения и изменения в план и способ действия в случае расхождения действия -контролировать процесс и результат деятельности.	Текущий	
23.			Упражнения на снарядах Круговая тренировка. Поднимание туловища- на результат. Подготовка к сдаче норм ГТО.	1	-Способность проводить самостоятельные занятия. -вносить дополнения и изменения в план и способ действия в случае расхождения действия и его	Текущий	

					результат -контролировать процесс и результат деятельности; -владеть навыками преодоления препятствий, применяя их в игровой деятельности.		
24			Упражнения на гимнастических снарядах. Опорный прыжок- на результат. Эстафеты с гимнастическими предметами. Спорт, каким он нужен миру. Гимнастическая полоса препятствий.	1	-владеть способами наблюдения за выполнением упражнения. -владеть навыками преодоления препятствий, применяя их в игровой деятельности.	текущий	
25.			Страховка и помощь во время занятий. Кувырок назад в упор стоя ноги врозь(м),Мост и поворот в упор стоя на одном колене(д) кувырок вперёд, назад. Правильная осанка. Акробатическая комбинация .Гимнастическая полоса препятствий. Лазание по канату - на результат.	1	-владеть широким арсеналом двигательных действий и физических упражнений из гимнастики. -определять общую цель и пути её достижения.	текущий	
26.			Длинный кувырок, стойка на голове и руках(м),Мост и поворот в упор стоя на одном колене(д) кувырок вперёд и назад . Лазание по канату и лестнице	1	-владеть способами наблюдения за выполнением упражнения. -владеть навыками преодоления препятствий, применяя их в эстафетах.	текущий	

Раздел . Спортивные игры -волейбол – 6 часов.

Реализация календарно-тематического плана обеспечивает освоение универсальных учебных действий:

Регулятивные:

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

Познавательные:

- демонстрировать вариативное выполнение стойки и передвижений, передачи мяча в парах, в тройках, через сетку; приемов мяча снизу и сверху; верхних и нижних подач мяча.
 - ознакомиться с техникой выполнения упражнений с волейбольным мячом, правилами соревнований по волейболу.
- Коммуникативные:
- взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техники и тактики индивидуальной и командной игры в волейбол;
 - сопереживать и поддерживать друг друга, при выполнении упражнений с мячом, тестов по физической культуре и нормативов по волейболу.

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

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

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

3 четверть 22 ч

Раздел . Лыжная подготовка - 14 часов.

Реализация календарно-тематического плана обеспечивает освоение универсальных учебных действий:

Регулятивные:

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

Познавательные:

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

Коммуникативные:

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

№	Дата	Тема урока	Кол-	Формирование функциональной	Виды	ЦОРы
---	------	------------	------	-----------------------------	------	------

урока	проведения			во часов	грамотности	контроля	
	план	факт					
33			.ТБ на уроках лыжной подготовки. Презентация:«Техника лыжных ходов». Попеременный двухшажный и одновременный бесшажный ходы Передвижение по дистанции – 1 км. Эстафета с передачей палок.	1	-понимать роль лыжной подготовки как активного двигательного действия; -проявлять культуру взаимодействия, терпимости, толерантности для достижения единых целей. -слушать собеседника, задавать вопросы; -умение содержать в порядке спортивный инвентарь, спортивную форму.	Текущий	
34			Правила самостоятельного выполнения упражнений и домашнего задания. Подъёмы «полуелочка», «елочка». Преодоление бугров и впадин при спуске с горы.Прохождение дистанции до 1,5 км.	1	-адекватная мотивация учебной деятельности. -формулировать и удерживать учебную задачу;	Текущий	
35			Оказание помощи при обморожениях и травмах.Одновременный одношажный ход(стартовый вариант) Круговая эстафета	1	-владеть широким арсеналом двигательных действий и физических упражнений из лыжной подготовки.	Текущий	
36			Виды лыжного спорта. Торможение и поворот «плугом» Подъём в гору скользящим шагом. Дистанция 2 км Эстафеты с передачей палок	1	-адекватная мотивация учебной деятельности. -формулировать и удерживать учебную задачу;	Текущий	

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

					учебную задачу;		
43			Дистанция 2 км (д), 3км (м) на результат(классический ход).	1	-проявлять культуру взаимодействия, терпимости для достижения единых целей. -владеть навыками выполнения лыжных ходов в соревновательной деятельности.	Учетный	
44			Дистанция 2 км (д), 3км (м) . Коньковый ход.. Игра «Гонки с выбыванием»	1	-владеть широким арсеналом двигательных действий и физических упражнений из лыжной подготовки. -формулировать учебную задачу; -владеть арсеналом технических действий, применяя их в лыжной подготовке.	Текущий	
45			Одновременный одношажный ход (У). Эстафеты. Игры на склоне.	1	-адекватная мотивация учебной деятельности. -формулировать и удерживать учебную задачу;	Учетный	
46			Переходы с одного хода на другой Подъемы, спуски, повороты в катание с горок. Игра «Смелее с горки».	1	-владеть широким арсеналом двигательных действий упражнений из лыжной подготовки. -осваивать технику передвижения лыжными ходами, устраняя типичные ошибки.	Учетный	
47			Переход с хода на ход в зависимости от дистанции Повороты переступанием, на месте махом.	1	владеть широким арсеналом двигательных действий упражнений из лыжной подготовки	Текущий	

					-осваивать технику передвижения лыжными ходами, устраняя типичные ошибки		
48			Прохождение дистанции 4,5км, используя изученные ходы (Учет).Эстафеты.	1	-проявлять культуру взаимодействия, терпимости, толерантности для достижения единых целей. -осваивать технику передвижения лыжными ходами, устраняя типичные ошибки.	Текущий	

Раздел . Спортивные игры (волейбол) – 6 часов.

Реализация календарно-тематического плана обеспечивает освоение универсальных учебных действий:

Регулятивные:

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

Познавательные:

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

Коммуникативные:

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

№ урока	Дата проведения		Тема урока	Кол-во часов	Формирование функциональной грамотности	Виды контроля	ЦОРы
	план	факт					
49			Инструктаж Т.Б. по волейболу. Игровые задания на укороченной. площадке.	1	-владеть способами проведения занятия по волейболу; -понимать роль физической культуры, как средства организации здорового образа	Текущий	

					<p>жизни, профилактики вредных привычек.</p> <p>-слушать собеседника, задавать вопросы, использовать речь;</p> <p>-контролировать и оценивать процесс и результат;</p> <p>-применяя их в игровой деятельности.</p>		
50			Передачи мяча в тройках после перемещения. Игра по упрощённым правилам	1	<p>-вносить коррективы в выполнение правильных действий упражнений, сличать с заданным эталоном.</p> <p>-владеть арсеналом технических действий, применяя их в игре «пионербол».</p>	Текущий	
51			Игра по упрощённым правилам «Мяч в воздухе»	1	<p>-понимание культуры движений и двигательных умений.</p> <p>-владеть арсеналом технических действий, применяя их в волейболе.</p>	Учетный	
52			Нападающий удар после передачи. Игра по упрощённым правилам	1	<p>-вносить коррективы в выполнение правильных действий упражнений.</p> <p>-осваивать технику игровых упражнений, устраняя типичные ошибки.</p>	Текущий	
53			Тактика свободного нападения. Нападающий удар в тройках ч/з сетку Игра по упрощённым правилам.	2	<p>-владеть широким арсеналом двигательных действий в технике подач мяча при игре в волейбол.</p> <p>-осваивать технику игровых упражнений, устраняя типичные</p>	Учетный	
54							

					ошибки.		
--	--	--	--	--	---------	--	--

4 четверть 14 часа

Раздел. Спортивные игры (баскетбол) – 6 часов.

Реализация календарно-тематического плана обеспечивает освоение универсальных учебных действий:

Регулятивные:

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

Познавательные:

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

Коммуникативные:

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

№ урока	Дата проведения		Тема урока	Кол-во часов	Формирование функциональной грамотности	Виды контроля	ЦОРы
	план	факт					
55			ТБ на уроках спортивных игр (баскетбол). Позиционное нападение со сменой места бросок одной рукой от плеча в движении с сопротивлением	1	-владеть способами проведения занятия по баскетболу; - понимать роль физической культуры, как средства организации здорового образа жизни, профилактики вредных привычек. -слушать собеседника, задавать	Текущий	

					<p>вопросы;</p> <p>-контролировать и оценивать процесс и результат;</p> <p>-владеть арсеналом технических действий, применяя их в игровой деятельности.</p>		
56			Позиционное нападение со сменой места бросок одной рукой от плеча в движении с сопротивлением	1	<p>-владеть широким арсеналом двигательных действий и физических упражнений из баскетбола;</p> <p>-контролировать и оценивать процесс</p> <p>-владеть навыками ведения, ловли и передачи мяча, применяя их в игровой деятельности.</p>	Текущий	
57			Сочетание приёмов ведения, передачи, броска с сопротивлением. Быстрый прорыв(2*1, 3*2). Учебная игра.	1	<p>-определять общую цель и пути её достижения; прогнозирование</p> <p>-вносить коррективы в выполнение правильных действий упражнений, сличать с заданным эталоном</p>	Текущий	
58			Взаимодействие двух игроков через заслон. Штрафной бросок. Учебная игра.	1	-владеть широким арсеналом двигательных действий и физических упражнений из баскетбола;	Учетный	
59			Быстрый прорыв(3*1, 3*2,4*2). Штрафной бросок. Судейство игры. Учебная игра .	1	<p>-применять установленные правила</p> <p>-контролировать и оценивать процесс и результат своей деятельности;</p> <p>-владеть навыками</p>		

					взаимодействия двух игроков, применяя их в игре		
60			Взаимодействие игроков в защите и нападении через заслон. Взаимодействие игроков в нападении. Учебная игра	1	<ul style="list-style-type: none"> -владеть широким арсеналом двигательных действий и физических упражнений из баскетбола; -применять установленные правила в планировании способа решения -контролировать и оценивать процесс и результат своей деятельности; -владеть навыками взаимодействия двух игроков, применяя их в игровой деятельности. 	Текущий	

Раздел Легкая атлетика - 8 часов.

Реализация календарно-тематического плана обеспечивает освоение универсальных учебных действий:

Регулятивные:

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

Познавательные:

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

Коммуникативные:

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

№ урока	Дата проведения	Тема урока	Кол-во часов	Формирование функциональной грамотности	Виды контроля	ЦОРы
61		Инструктаж ТБ по лёгкой атлетике. Правила соревнований в беге, Бег на средние дистанции. Круговая эстафета	1	<p>-Способность проводить самостоятельные занятия по освоению техники спринтерского бега.</p> <p>-владеть способами проведения занятия по легкой атлетике;</p> <p>-формулировать и удерживать учебную задачу.</p> <p>-слушать собеседника, задавать вопросы, использовать речь;</p> <p>-выбирать действия в соответствии с задачей.</p>	Текущий	
62		Спринтерский бег, эстафетный бег Эстафетный бег	1	<p>-Способность проводить самостоятельные занятия</p> <p>-владеть широким арсеналом двигательных действий и физ. упражнений из легкой атлетики;</p> <p>-формулировать и учебную задачу.</p> <p>-определять общую цель и пути её достижения;</p> <p>-адекватная мотивация учебной деятельности</p>	Учетный	

63		Правила использование л/а упражнений для развития скоростных качеств. Низкий старт. Бег с ускорением Бег 30 м	1	-Способность проводить самостоятельные занятия -формулировать и удерживать учебную задачу. -контролировать и оценивать процесс и результат деятельности.	Текущий	
64		Правила соревнований в беге. 60 метров – на результат Эстафеты по кругу.	1	-Способность проводить самостоятельные занятия -формулировать и удерживать учебную задачу. -уметь легко и непринужденно выполнять бег с передачей эстафетной палочки;	Текущий	
65		Прыжки в высоту с 7-9 беговых шагов способом перешагивания. Прыжки с места	1	-Способность проводить самостоятельные занятия -задавать вопросы, управление коммуникацией. -определять общую цель и пути её достижения; -формулировать собственное мнение.	Учетный	
66		Прыжки в высоту с 7-9 беговых шагов способом перешагивания. Прыжки с разбега.	1	-Способность проводить самостоятельные занятия -владеть широким арсеналом двигательных действий и физических упражнений из легкой атлетики; -адекватная мотивация учебной	Учетный	

				<p>деятельности</p> <ul style="list-style-type: none"> -определять общую цель и пути её достижения; -координировать и принимать различные позиции во взаимодействии. 		
67		Прыжки в высоту. Метание мяча в цель, на дальность отскока от стены. Подвижная игра «Кто дальше бросит»	1	<ul style="list-style-type: none"> -Способность проводить самостоятельные занятия -адекватная мотивация учебной деятельности -определять общую цель и пути её достижения; владеть навыками бега 	Учетный	
68		Преодоление вертикальных препятствий . Бег 1000 метров – на результат.	1	<ul style="list-style-type: none"> -владеть способами проведения занятия по бегу -понимать роль физической культуры, как явления для развития личности, физических качеств; -слушать собеседника, задавать вопросы 		