

## Частное общеобразовательное учреждение — Лицей №1 «Спутник»

РАССМОТРЕНО  
на заседании методического  
совета Лицея №1 «Спутник»  
протокол №\_\_  
от «\_\_»\_\_\_\_\_2017г.  
Председатель методического  
совета Лицея №1 «Спутник»

\_\_\_\_\_  
Н.С. Уреул

УТВЕРЖДАЮ  
Директор лицея №1  
«Спутник»

\_\_\_\_\_  
И.Ю. Ермоленко  
приказ №\_\_\_\_\_  
от \_\_\_\_\_

### Тематическое планирование

Наименование учебного предмета **Физическая культура**

Класс **6**

Уровень общего образования **базовый**

Количество часов по учебному плану 6 класс 102 часа в год в неделю 3 час.

Составлена на основе программы: Лях В.И. Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников М.Я. Виленского, В.Я. Ляха. 5-9 классы М. «Просвещение», 2016

Тематическое планирование составил: А.А. Писаренко

Самара, 2017

№ пп	Наименование раздела	Тема урока	Количество часов	Содержание урока	Планируемые результаты		Форма контроля
1	Легкая атлетика	Техника безопасности на уроках легкой атлетики.	1	Ознакомить с техникой безопасности на уроках по лёгкой атлетике. Развитие выносливости. ОРУ в движении.  Развитие выносливости. Эстафеты с элементами л/атлетики. Подвижные игры с элементами л/атл.	Знать:  Правила поведения на уроке по легкой атлетике;  Правила игры. Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ;	<b>Познавательные</b> (анализ и интерпретация информации, преобразование информации)  <b>Коммуникативные</b> (владение диалоговой формой коммуникации, постановка вопросов)	текущий
2		Строевые упражнения.	1	Бег на короткие дистанции. Развитие скоростно-силовых качеств.  ОРУ в движении. Бег с ускорением 30 м.  Бег с ускорением 60 м. Развитие скор.-сил. К-в (прыжки, многоскоки).	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; Бегать на короткие дистанции.	<b>Личностные</b> (смыслообразование - установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом)	текущий
3		Прыжки в длину с разбега.	1	Обучение технике прыжков в длину с разбега. Развитие скоростно-силовых качеств. Строевые упражнения. Медленный бег. ОРУ в движении. Развитие скор.-сил. К-в (прыжки, многоскоки).	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ;  Научиться: технике прыжков в длину с разбега.	<b>Познавательные</b> (анализ и интерпретация информации,  моделирование, установка аналогии)	текущий
4		Бег с низкого старта.	1	Обучение технике бега с низкого старта. Обучение технике метания мяча. Строевые упражнения. Медленный бег. ОРУ в движении. Метание мяча. Подвижные игры с элементами л/атл.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ;  Научиться: технике бега с низкого старта; технике метания мяча.	<b>Коммуникативные</b> (постановка вопросов, сотрудничество в группе, владение диалоговой формы коммуникации)	текущий
5		Совершенствование техники метания мяча.	1	Совершенствование техники метания мяча. Развитие выносливости. Развитие силовых качеств. Строевые упражнения. Медленный бег. ОРУ в	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять метание мяча на дальность.	<b>Регулятивные</b> (принятие и сохранение цели, планирование, самоконтроль)	текущий

				движении. Развитие выносливости. Развитие сил. К-в (подтяг-ние, пресс).		<b>Личностные</b>  (смыслообразование - установление учащимися связи между целью учебной деятельности и ее мотивом)	
6		Совершенствование техники прыжков в длину с разбега.	1	Совершенствование техники прыжков в длину с разбега. Развитие скоростно-силовых качеств. Строевые упражнения. Медленный бег. ОРУ в движении. Развитие скор.-сил. К-в (прыжки, многоскоки).	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять прыжки в длину с разбега.	<b>Познавательные</b>  (анализ и интерпретация информации,  моделирование, установка аналогий)	текущий
7		Бег с ускорением 30 м.	1	Совершенствование техники бега на короткие дистанции. Строевые упражнения. Медленный бег. ОРУ в движении. Бег с ускорением 60 м. Развитие скор.-сил.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; Бегать на короткие дистанции.	<b>Регулятивные</b>  (принятие и сохранение цели, постановка учебных задач)	текущий
8		Развитие выносливости.	1	Развитие выносливости. Развитие силовых качеств. Строевые упражнения. Медленный бег. ОРУ в движении. Развитие сил. К-в (подтяг-ние, пресс).	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; Бегать на средние дистанции.	<b>Коммуникативные</b>  (постановка вопросов, сотрудничество в группе, владение диалоговой формы коммуникации)	текущий
9		Метание мяча.	1	Совершенствование техники метания мяча. Развитие силовых качеств.  Строевые упражнения. Медленный бег. ОРУ в движении. Развитие сил. К-в (подтяг-ние, пресс).	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять метание мяча на дальность.	<b>Познавательные</b> (анализ и интерпретация информации, анализ, синтез, сравнение)  <b>Регулятивные</b> (принятие и сохранение цели, планирование, самоконтроль.)	текущий
10		Контроль техники бега с низкого старта.	1	Контроль техники бега с низкого старта. Совершенствование техники прыжков в длину с разбега. Строевые упражнения. Медленный бег. ОРУ в движении. Прыжки в длину с разбега.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; бегать с низкого старта; выполнять прыжки в длину с разбега.	<b>Коммуникативные</b>  (построение монологических высказываний, продуктивное содействие в разрешении конфликтов).	сдача нормативов
11		Развитие выносливости.	1	Строевые упражнения. Медленный бег. ОРУ в движении. Развитие	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; Бегать на средние дистанции.		текущий

				выносливости. Подвижные игры с элементами л/атл.			
12		Эстафеты с элементами л/атлетики.	1	Строевые упражнения. Медленный бег. ОРУ в движении. Бег с ускорением 30 м.  Бег с ускорением 60 м. Совершенствование техники бега на короткие дистанции	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; Бегать на короткие дистанции.	<b>Регулятивные</b>  (принятие и сохранение цели, планирование, самоконтроль)  <b>Коммуникативные</b>  (аргументация собственного мнения, владение диалоговой формой коммуникации)	текущий
14		Контроль бега на выносливость.	1	Строевые упражнения. Медленный бег. ОРУ в движении. Совершенствование техники метания мяча. Контроль бега на выносливость.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять метание мяча на дальность; Бегать на средние дистанции.	<b>Познавательные</b>  (анализ и интерпретация информации, анализ, синтез, сравнение)	сдача нормативов
15		Контроль бега на короткие дистанции.	1	Строевые упражнения. Медленный бег. ОРУ в движении. Бег с ускорением 60 м.  Контроль бега на короткие дистанции. Развитие скоростно-силовых качеств.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; Бегать на короткие дистанции		сдача нормативов
16		Контроль техники метания мяча.	1	Строевые упражнения. Медленный бег. ОРУ в движении. Контроль техники метания мяча. Эстафеты с элементами л/атлетики.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять метание мяча на дальность;	<b>Регулятивные</b>  (принятие и сохранение цели, планирование, самоконтроль)	сдача нормативов
17		Контроль техники прыжков в длину с разбега.	1	Строевые упражнения. Медленный бег. ОРУ в движении. Контроль техники прыжков в длину с разбега. Развитие скоростно-силовых качеств. Развитие скор.-сил. К-в (прыжки, многоскоки).	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять прыжки в длину с разбега.	<b>Коммуникативные</b>  (аргументация собственного мнения, владение диалоговой формой коммуникации)  <b>Познавательные</b>	сдача нормативов
18		Развитие силовых качеств.	1	Строевые упражнения. Медленный бег. ОРУ в движении. Эстафеты с элементами л/атлетики. Способствовать развитию физических качеств в игре.	Знать правила игры.	(анализ и интерпретация информации, анализ, синтез, сравнение)	текущий

19	Спортивные игры. Баскетбол.	Техника безопасности на уроках по баскетболу.	1	Строевые упражнения. Медленный бег. ОРУ в движении. Стойка игрока, перемещения, остановка, повороты. 2 шага, бросок мяча после ведения. Ознакомить с техникой безопасности на уроках по баскетболу. Совершенствование техники перемещений, остановок, поворотов. Обучение технике бросков мяча по кольцу, после двух шагов.	Знать:  Правила поведения на уроке по спортивным играм.  Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять техники перемещений, остановок, поворотов  Научиться: технике бросков мяча по кольцу, после двух шагов.	<b>Регулятивные</b>  (принятие и сохранение цели, планирование, самоконтроль)  <b>Познавательные</b>  (моделирование, постановка проблем, выдвижение гипотез)  <b>Коммуникативные</b> (постановка вопросов, сотрудничество в группе)  <b>Личностные</b>  (самоопределение- система оценок и представлений о себе)  Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.  Формирование эстетических	текущий
20		Ведение мяча в разных стойках.	1	Строевые упражнения. Медленный бег. ОРУ в движении. Совершенствование техники ведения мяча. Совершенствование техники бросков мяча с ближней дистанции. Броски мяча с различных дистанций. Эстафеты с элементами баскетбола.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять ведение мяча; выполнять броски мяча с ближней дистанции. Знать правила игры.		текущий
21		Штрафные броски.	1	Строевые упражнения. Медленный бег. ОРУ в движении. Обучение технике бросков по кольцу со штрафной линии.  Учебная 2-х сторонняя игра.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ;  Научиться: технике бросков по кольцу со штрафной линии. Знать правила игры.		текущий
22		Ловля и передача мяча различным способом.	1	Строевые упражнения. Медленный бег. ОРУ в движении. Совершенствование техники передачи и ловли мяча. Совершенствование техники бросков по кольцу со штрафной линии.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять передачи и ловли мяча; выполнять броски по кольцу со штрафной линии.		текущий
23		2 шага, бросок мяча после ведения	1	Строевые упражнения. Медленный бег. ОРУ в движении. Совершенствование техники передачи и ловли мяча. Совершенствование техники бросков мяча по кольцу, после двух шагов.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять передачи и ловли мяча; выполнять бросок мяча по кольцу, после двух шагов.		текущий
24		Совершенствование техники передачи и ловли мяча.	1	Строевые упражнения. Медленный бег. ОРУ в движении. Совершенствование техники передачи и ловли мяча.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять передачи и		текущий

				Совершенствование техники бросков по кольцу со штрафной линии.	ловли мяча; выполнять броск мяча по кольцу, после двух шагов.		
25	Гимнастика с элементами акробатики.	Техника безопасности на уроках по гимнастике.	1	Строевые упражнения. О.Р.У. Развитие силовых качеств (подтягивание, пресс). ОФП (прыжки с/м, упр. На гибкость, челночный бег). Ознакомить с техникой безопасности на уроках по гимнастике. Строевые упражнения. Развитие силовых качеств. Упражнения на гибкость.	Знать: технику безопасности на уроках по гимнастике. Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять Упражнения на гибкость.	<b>Регулятивные</b> (принятие и сохранение цели, планирование, самоконтроль)  <b>Коммуникативные</b> (постановка вопросов, сотрудничество в группе, владение диалоговой формы коммуникации)	текущий
26		Упражнения на бревне.	1	Строевые упражнения. О.Р.У. Обучение технике упражнений на брусьях параллельных для мальчиков, упражнений на бревне для девочек. Развитие силовых качеств.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ;  Научиться: технике упражнений на брусьях; упражнений на бревне.		<b>Познавательные</b> (анализ и интерпретация информации)  <b>Личностные</b> (самоопределение-система оценок и представлений о себе)
27		Акробатика.	1	Строевые упражнения. О.Р.У. Совершенствование техники акробатических упражнений. Развитие силовых качеств (подтягивание, пресс). ОФП (прыжки с/м, упр. На гибкость, челночный бег).	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнить акробатические упражнения;		текущий
28		Развитие скоростно-силовых качеств.	1	Строевые упражнения. О.Р.У. Совершенствование техники лазания по канату. Развитие скоростно-силовых качеств. Развитие силовых качеств (подтягивание, пресс). ОФП (прыжки с/м, упр. На гибкость, челночный бег).	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять лазание по канату.	<b>Познавательные</b> (преобразование информации, классификация, обобщение)  <b>Регулятивные</b> (принятие и сохранение цели, планирование, самоконтроль)	текущий
29		Совершенствование техники акробатических упражнений.	1	Строевые упражнения. О.Р.У. Совершенствование техники акробатических упражнений.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнить акробатические упражнения;	<b>Коммуникативные</b> (постановка вопросов, сотрудничество в группе, владение диалоговой формы коммуникации)	текущий
30		Акробатика. Развитие силовых качеств.	1	Строевые упражнения. О.Р.У. Совершенствование техники акробатических упражнений. Развитие силовых качеств (подтягивание, пресс).	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнить акробатические упражнения;		текущий

31	Упражнения на брусьях.	1	Строевые упражнения. О.Р.У. Совершенствование техники упражнений на брусьях параллельных для мальчиков, упражнений на бревне для девочек. Развитие силовых качеств.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнить упражнения на брусьях; выполнять упражнения на бревне.		текущий
32	Лазание по канату.	1	Строевые упражнения. О.Р.У. Развитие силовых качеств. Совершенствование техники лазания по канату. Упражнения на бревне.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять лазание по канату.	<b>Познавательные</b> (анализ и интерпретация информации, преобразование информации, установление аналогии)  <b>Регулятивные</b> (принятие и сохранение цели, планирование, самоконтроль)  <b>Коммуникативные</b> (сотрудничество в группе)	текущий
33	Упражнения на перекладине.	1	Строевые упражнения. О.Р.У. Лазание по канату. Совершенствование техники лазания по канату. Развитие силовых качеств. Развитие скоростно-силовых качеств. ОФП (прыжки с/м, упр. На гибкость, челночный бег).	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять лазание по канату		текущий
34	Развитие силовых качеств.	1	Строевые упражнения. О.Р.У. . Развитие силовых качеств. ОФП (прыжки с/м, упр. На гибкость, челночный бег).	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять упражнения на гибкость.		текущий
35	Упражнения на брусьях.	1	Строевые упражнения. О.Р.У. Совершенствование техники упражнений на брусьях параллельных для мальчиков, упражнений на бревне для девочек. Развитие силовых качеств. ОФП (прыжки с/м, упр. На гибкость, челночный бег).	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять упражнения на брусьях; выполнять упражнения на бревне.		текущий
36	Акробатика.	1	Строевые упражнения. О.Р.У. Совершенствование техники акробатических упражнений. Развитие силовых качеств (подтягивание, пресс).	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнить акробатические упражнения;		<b>Познавательные</b> (поиск информации, классификация, обобщение)  <b>Регулятивные</b>  (принятие и сохранение цели, планирование, самоконтроль)
37	Упражнения на брусьях. Упражнения на перекладине.	1	Строевые упражнения. О.Р.У. Совершенствование техники упражнений на брусьях. ОФП (прыжки с/м, упр. На гибкость, челночный бег).	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнить упражнения на брусьях;	(принятие и сохранение цели, планирование, самоконтроль)  <b>Коммуникативные</b> (постановка вопросов,	текущий

38		Лазание по канату. Упражнения на бревне.	1	Совершенствование техники: лазания по канату, упражнения на бревне. Строевые упражнения. О.Р.У. Развитие силовых качеств (подтягивание, пресс).	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять лазание по канату; выполнять упражнения на бревне.	сотрудничество в группе, владение диалоговой формы коммуникации)	текущий
39		Строевые упражнения.	1	Совершенствование техники упражнений на брусьях. Строевые упражнения. О.Р.У. ОФП (прыжки с/м, упр. На гибкость, челночный бег).	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнить упражнения на брусьях;		
40		Акробатика. Упражнения на перекладине.	1	Строевые упражнения. О.Р.У. Совершенствование техники акробатических упражнений. ОФП (прыжки с/м, упр. На гибкость, челночный бег).	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнить акробатические упражнения;	<b>Познавательные</b> (анализ и интерпретация информации, преобразование информации)  <b>Коммуникативные</b>  (владение диалоговой формой коммуникации, постановка вопросов)  <b>Личностные</b>  (самоопределение- система оценок и представлений о себе)	текущий
41		Контроль техники акробатических упражнений.	1	Строевые упражнения. О.Р.У. Акробатика. Упражнения на бревне. Развитие силовых качеств (подтягивание, пресс). Контроль техники акробатических упражнений.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнить акробатические упражнения;		сдача нормативов
42		Контроль развития силовых качеств.	1	Строевые упражнения. О.Р.У. Упражнения на брусьях. Развитие силовых качеств (подтягивание, пресс). Контроль развития силовых качеств. Совершенствование техники упражнений на брусьях.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнить упражнения на брусьях;		сдача нормативов
43		Контроль техники: упражнений на бревне, на перекладине.	1	Строевые упражнения. О.Р.У. Упражнения на бревне. Упражнения на перекладине. ОФП (прыжки с/м, упр. На гибкость, челночный бег). Контроль техники: упражнений на бревне, на перекладине.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять упражнения на бревне, на перекладине.		сдача нормативов
44		Контроль техники упражнений на брусьях.	1	Строевые упражнения. О.Р.У. Упражнения на брусьях. Развитие силовых качеств (подтягивание, пресс). Контроль техники упражнений на брусьях.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнить упражнения на брусьях;	<b>Познавательные</b>  (анализ и интерпретация информации, преобразование информации)	сдача нормативов

45		Контроль техники лазания по канату.	1	Строевые упражнения. О.Р.У. Акробатика. Лазание по канату. ОФП (прыжки с/м, упр. На гибкость челночный бег). Контроль техники лазания по канату.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять лазание по канату; выполнять упражнения на гибкость.	<b>Регулятивные</b> (выполнение плана, самоконтроль)  <b>Коммуникативные</b> (сотрудничество в группе, владение диалоговой формы коммуникации)	сдача нормативов
46		Развитие силовых качеств.	1	Строевые упражнения. О.Р.У. Развитие силовых качеств (подтягивание, пресс). Развитие силовых качеств.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять силовые упражнения.		текущий
47		Контроль техники упражнения на гибкость.	1	Строевые упражнения. О.Р.У. Упражнения на бревне. Упражнения на перекладине. ОФП (прыжки с/м, упр. На гибкость, челночный бег). Контроль техники упражнения на гибкость.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять упражнения на бревне.	Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок.	сдача нормативов
48		Контроль техники упражнений на бревне.	1	Контроль техники упражнений на бревне. Строевые упражнения. О.Р.У. Упражнения на бревне. Упражнения на перекладине. ОФП (прыжки с/м, упр. На гибкость, челночный бег).	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять упражнения на бревне.	Формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.	сдача нормативов
49	Лыжная подготовка вка.	Техника безопасности на уроках по лыжной подготовке.	1	Ознакомить с техникой безопасности на уроках по лыжной подготовке. Обучение технике одновременного двухшажного ход.	Знать: правила поведения на уроке по лыжной подготовке.  Научиться: технике одновременного двухшажного ход.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.  Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.	текущий
50		Одновременный 2-х шажный ход.	1	Совершенствование техники одновременного двухшажного хода. Обучение технике подъёма в гору способом «полуёлочка».	Уметь: передвигаться в одновременном двухшажном ходе.  Научиться: техники подъёма в гору способом «полуёлочка».		текущий
51		Повороты на месте.	1	Совершенствование техники поворотов в движении.	Уметь: выполнять повороты в движении.		текущий
52		Одновременный 2-х шажный ход.	1	Совершенствование техники одновременного двухшажного хода. Обучение технике преодоления бугров и впадин, при спуске с горы.	Уметь: передвигаться в одновременном двухшажном ходе.  Научиться:		текущий

				Технике преодоления бугров и впадин, при спуске с горы.		
53	Бег по дистанции до 3 км.	1	Развитие выносливости.	Уметь: передвигаться в одновременном двухшажном ходе.	<b>Познавательные</b> (поиск информации, классификация, обобщение)  <b>Регулятивные</b> (принятие и сохранение цели, планирование, самоконтроль)  <b>Коммуникативные</b> (постановка вопросов, сотрудничество в группе, владение диалоговой формы коммуникации)	текущий
54	Подъемы в гору.	1	Совершенствование техники поворотов на месте. Совершенствование техники подъёма в гору способом «полуёлочка».	Уметь: выполнять повороты на месте; выполнять подъёмы в гору способом «полуёлочка».		текущий
55	Бег по дистанции до 3 км.	1	Развитие выносливости.	Уметь: передвигаться в одновременном двухшажном ходе.		текущий
56	Одновременный 2-х шажный ход. Подъемы в гору.	1	Совершенствование техники одновременного двухшажного хода. Совершенствование техники подъёма в гору способом «полуёлочка».	Уметь: передвигаться в одновременном двухшажном ходе; выполнять подъёмы в гору способом «полуёлочка».		текущий
57	Спуски с горы.	1	Совершенствование техники преодоления бугров и впадин, при спуске с горы.	Уметь: преодолевать бугры и впадины, при спуске с горы.		текущий
58	Повороты на месте. Спуски с горы.	1	Совершенствование техники поворотов на месте. Совершенствование техники спусков с горы.	Уметь: выполнять повороты на месте; выполнять спуски с горы в высокой, низкой стойках.		Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.
59	Подъемы в гору. Бег по дистанции до 3 км.	1	Совершенствование техники подъёма в гору. Развитие выносливости.	Уметь: выполнять спуски с горы в высокой, низкой стойках; передвигаться в одновременном двухшажном ходе.	текущий	
60	Контроль техники спусков с горы.	1	Совершенствование техники одновременного двухшажного хода. Контроль техники спусков с горы.	Уметь: выполнять спуски с горы в высокой, низкой стойках; передвигаться в одновременном двухшажном ходе.	<b>Регулятивные</b> (принятие и сохранение цели, планирование, самоконтроль)  <b>Познавательные</b> (моделирование, постановка проблем, выдвижение гипотез)	сдача нормативов
61	Контроль техники подъёма в гору.	1	Контроль техники подъёма в гору. Развитие выносливости.	Уметь: выполнять спуски с горы в высокой, низкой стойках; передвигаться в одновременном двухшажном ходе.		сдача нормативов

62		Контроль техники одновременный двухшажный ход.	1	Контроль техники одновременный двухшажный ход. Совершенствование техники спусков с горы.	Уметь: выполнять спуски с горы в высокой, низкой стойках; передвигаться в одновременном двухшажном ходе.	<b>Коммуникативные</b> (постановка вопросов, сотрудничество в группе)  <b>Личностные</b>	сдача нормативов
63		Контроль техники поворотов на лыжах.	1	Контроль техники поворотов на лыжах. Развитие выносливости. Бег по дистанции до 3 км.	Уметь: выполнять повороты на месте и в движении; передвигаться в одновременном двухшажном ходе.	(самоопределение- система оценок и представлений о себе)	сдача нормативов
64		Контрольное прохождение дистанции.	1	Контрольное прохождение дистанции. Бег по дистанции до 3 км.	Уметь: передвигаться в одновременном двухшажном ходе.		сдача нормативов
65	Спортивные игры.  Волейбол.	Техника безопасности на уроках по волейболу.	1	Инструктаж по ТБ на уроках. Стойки и передвижения игрока. Комбинации из ранее изученных перемещений. Передача мяча над собой во встречных колоннах. Нижняя прямая подача, прием подачи. Игра по упрощенным правилам.	Знать: технику безопасности на уроках по волейболу;  Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять техники передачи, подачи и приема мяча. Знать правила игры.	<b>Регулятивные</b>  (принятие и сохранение цели, планирование, самоконтроль)  <b>Познавательные</b>  (анализ и интерпретация информации, преобразование информации)	текущий
66		Стойки и передвижения игрока.	1	О.Р.У. в движении медленным бегом. Стойки и передвижения игрока. Комбинации из ранее изученных перемещений. Передача мяча над собой во встречных колоннах. Нижняя прямая подача, прием подачи. Игра по упрощенным правилам.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять нижнюю подачу, стойку игрока. Знать правила игры.	<b>Коммуникативные</b> (сотрудничество в группе)  <b>Личностные</b>  (самоопределение- система оценок и представлений о себе)	текущий
67		Нижняя прямая подача мяча.	1	О.Р.У. в движении медленным бегом. Стойки и передвижения игрока. Передача мяча сверху двумя руками в парах через сетку. Прием мяча снизу двумя руками после подачи. Нижняя прямая подача мяча. Нападающий удар после подбрасывания партнером. Игровые задания на укороченной площадке. Игра по упрощенным правилам.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять нижнюю прямую подачу. Знать правила игры.		текущий
68		Нападающий удар после подбрасывания партнером.	1	О.Р.У. в движении медленным бегом. Стойки и передвижения игрока. Передача мяча сверху двумя руками в парах через сетку. Прием мяча снизу	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять нападающий удар. Знать правила игры.	<b>Познавательные</b>	текущий

				двумя руками после подачи. Нижняя прямая подача мяча. Нападающий удар после подбрасывания партнером. Игровые задания на укороченной площадке. Игра по упрощенным правилам.		(анализ и интерпретация информации, преобразование информации) <b>Регулятивные</b>  (выполнение плана, самоконтроль)	
69	Комбинация из освоенных элементов.	1	О.Р.У. в движении медленным бегом. Стойки и передвижения игрока. Комбинация из освоенных элементов (прием-передача-удар). Нижняя прямая подача мяча. Нападающий удар после подбрасывания партнером. Тактика свободного нападения. Игра по упрощенным правилам	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять комбинации. Знать правила игры.		<b>Коммуникативные</b> (сотрудничество в группе, владение диалоговой формы коммуникации)	текущий
70	Тактика свободного нападения.	1	О.Р.У. в движении медленным бегом. Стойки и передвижения игрока. Комбинация из освоенных элементов (прием-передача-удар). Нижняя прямая подача мяча. Нападающий удар после подбрасывания партнером. Тактика свободного нападения. Игра по упрощенным правилам	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять технику свободного нападения. Знать правила игры.			текущий
71	Прием мяча снизу двумя руками.	1	О.Р.У. в движении медленным бегом. Передвижения в стойке. Передача мяча двумя руками сверху в парах. Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. Нижняя прямая подача мяча с 3-6м. Игра в мини-волейбол.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять прием мяча снизу двумя руками. Знать правила игры.	<b>Познавательные</b> (поиск информации, анализ и интерпретация информации)  <b>Регулятивные</b>  (принятие и сохранение цели, планирование, самоконтроль)	текущий	
72	Подвижная игра «Пасовка волейболистов».	1	О.Р.У. в движении медленным бегом. Стойка игрока. Передвижения в стойке. Передача мяча двумя руками сверху вперед. Подвижная игра «Пасовка волейболистов».	Уметь: выполнять комплекс ОРУ.  Знать правила игры		текущий	
73	Подвижная игра с элементами волейбола	1	Стойка игрока. Передвижения в стойке. Передача мяча двумя руками сверху над собой и вперед. Встречные	Уметь: выполнять комплекс ОРУ.  Знать правила игры		текущий	

				эстафеты. Подвижная игра с элементами волейбола «Летучий мяч».			
74		Игра в волейбол по упрощенным правилам.	1	Стойка игрока. Передвижения в стойке. Передача мяча двумя руками сверху в парах. Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. Мини-волейбол.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ. Знать правила игры		текущий
75	Спортивные игры. Баскетбол.	Техника безопасности на уроках по баскетболу.	1	Повторить технику безопасности на уроках по баскетболу. Совершенствование техники бросков по кольцу. Строевые упражнения. Медленный бег, ОРУ в движении. Ведение мяча в различной стойке. Броски с различных дистанций.	Знать: технику безопасности на уроках по подвижным играм;  Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять броски по кольцу.	<b>Регулятивные</b>  (принятие и сохранение цели, планирование, самоконтроль)  <b>Познавательные</b>  (моделирование, постановка проблем, выдвижение гипотез)  <b>Коммуникативные</b>  (постановка вопросов, сотрудничество в группе)  <b>Личностные</b>  (самоопределение- система оценок и представлений о себе)	текущий
76		Совершенствование техники ведения мяча.	1	Строевые упражнения. Медленный бег, ОРУ в движении. Ведение мяча в различной стойке.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять ведение мяча в различных стойках.		текущий
77		Контроль техники бросков по кольцу со штрафной линии.	1	Контроль техники бросков по кольцу со штрафной линии. Строевые упражнения. Медленный бег, ОРУ в движении. Штрафные броски. Учебная игра.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять броски по кольцу со штрафной линии. Знать правила игры.		сдача нормативов
78		Контроль техники бросков мяча по кольцу, после двух шагов.	1	Строевые упражнения. Медленный бег, ОРУ в движении. 2 шага бросок после ведения. Эстафеты с элементами баскетбола. Учебная 2-х сторонняя игра.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять бросков мяча по кольцу, после двух шагов. Знать правила игры		сдача нормативов
79		Учебная игра.	1	Строевые упражнения. Медленный бег, ОРУ в движении. Ведение мяча. Совершенствование техники ведения мяча.	Знать: технику безопасности на уроках по спортивным играм. Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять ведение мяча в различных стойках. Знать правила игры.		текущий

80	Передача и ловля мяча.	1	Строевые упражнения. Медленный бег, ОРУ в движении. Совершенствование техники передачи и ловли мяча. Эстафеты с элементами баскетбола.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять передачи и ловли мяча; Знать правила игры.	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.	текущий
81	Эстафеты с элементами баскетбола.	1	Строевые упражнения. Медленный бег, ОРУ в движении. Штрафные броски. Совершенствование технику бросков по кольцу со штрафной линии.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять броски по кольцу со штрафной линии. Знать правила игры.		текущий
82	Учебная 2-х сторонняя игра.	1	Строевые упражнения. Медленный бег, ОРУ в движении. 2 шага бросок после ведения мяча. Совершенствование техники бросков мяча по кольцу, после двух шагов.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять бросков мяча по кольцу, после двух шагов. Знать правила игры	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.	текущий
83	Штрафные броски. Учебная игра.	1	Строевые упражнения. Медленный бег, ОРУ в движении. Совершенствование технику бросков по кольцу со штрафной линии.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять броски по кольцу со штрафной линии. Знать правила игры		текущий
84	Стойка, перемещение, повороты, остановка.	1	Строевые упражнения. Медленный бег, ОРУ в движении. Ведение мяча. Совершенствование техники ведения мяча. Совершенствование техники перемещений, остановок, поворотов.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять ведение мяча в различных стойках; выполнять технику перемещений, остановок, поворотов.	Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.  Формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.	текущий
85	Броски с различных дистанций.	1	Строевые упражнения. Медленный бег, ОРУ в движении. Штрафные броски. Учебная 2-х сторонняя игра.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять броски мяча с дальней, средней, ближней дистанций. Выполнять броски по кольцу со штрафной линии. Знать правила игры.		текущий
86	Ведение мяча.	1	Строевые упражнения. Медленный бег, ОРУ в движении. Совершенствование техники ведения мяча. Совершенствование техники бросков мяча по кольцу, после двух шагов. 2 шага бросок после ведения мяча. Учебная 2-х сторонняя игра.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять ведение мяча в различных стойках; выполнять бросков мяча по кольцу, после двух шагов. Знать правила игры.	Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок.	текущий

87		Передача и ловля мяча. Эстафеты с элементами баскетбола.	1	Строевые упражнения. Медленный бег, ОРУ в движении. Совершенствование техники передачи и ловли мяча.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять передачи и ловли мяча; Знать правила игры.		текущий
88		Учебная 2-х сторонняя игра.	1	Строевые упражнения. Медленный бег, ОРУ в движении. Броски с различных дистанций. Учебная 2-х сторонняя игра. Совершенствование техники бросков мяча с различной дистанции.	Уметь: выполнять комплекс ОРУ; выполнять броски мяча с дальней, средней, ближней дистанций.. Знать правила игры.		текущий
89	Легкая атлетик а.	Техника безопасности на уроках легкой атлетики.	1	Строевые упражнения. Медленный бег, ОРУ в движении. Повторить технику безопасности на уроках по лёгкой атлетике. Совершенствование техники бега с низкого старта. Совершенствование техники бега на короткие дистанции	Знать: технику безопасности на уроках по подвижным играм;  Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; бегать короткие дистанции с низкого старта. Выполнять метание мяча на дальность.	<b>Познавательные</b>  (анализ и интерпретация информации, преобразование информации)  <b>Регулятивные</b>  (выполнение плана, самоконтроль)	текущий
90		Бег с ускорением 60 м.	1	Строевые упражнения. Медленный бег, ОРУ в движении. Совершенствование техники бега на короткие дистанции. Совершенствование техники метания мяча. Развитие силовых качеств.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; бегать короткие дистанции.	<b>Коммуникативные</b> (сотрудничество в группе, владение диалоговой формы коммуникации)	текущий
91		Прыжки в длину с разбега. Эстафеты с элементами л/атлетики.	2	Строевые упражнения. Медленный бег, ОРУ в движении. Совершенствование техники прыжков в длину с разбега.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять прыжки в длину с разбега.		текущий
92		Развитие выносливости.	1	Строевые упражнения. Медленный бег, ОРУ в движении. Развитие выносливости. Развитие скоростно-силовых качеств.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; бегать на средние дистанции.	<b>Регулятивные</b>  (принятие и сохранение цели, планирование, самоконтроль)	текущий
93		Метание мяча.	1	Строевые упражнения. Медленный бег, ОРУ в движении Бег с низкого старта. Бег с ускорением 60 м. Совершенствование техники метания мяча.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; бегать короткие дистанции с низкого старта; выполнять метание мяча на дальность.	<b>Познавательные</b>  (моделирование, постановка проблем, выдвижение гипотез)  <b>Коммуникативные</b> (постановка вопросов, сотрудничество в группе)	текущий
94		Прыжки в длину с разбега.	1	Строевые упражнения. Медленный бег, ОРУ в движении. Совершенствование техники прыжков в длину с разбега.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять прыжков в длину с разбега.		текущий

95		Развитие скоростно-силовых качеств.	1	Строевые упражнения. Медленный бег, ОРУ в движении. Развитие выносливости. Развитие выносливости. Развитие скоростно-силовых качеств(прыжки, многоскоки).	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; бегать на средние дистанции.	<b>Личностные</b> (самоопределение- система оценок и представлений о себе)	текущий
96		Бег с ускорением 30 м. и 60 м. Метание мяча.	1	Строевые упражнения. Медленный бег, ОРУ в движении. Совершенствование техники бега на короткие дистанции. Совершенствование техники метания мяча. Развитие силовых качеств.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; бегать короткие дистанции; выполнять метание мяча на дальность.	<b>Познавательные</b> (анализ и интерпретация информации, преобразование информации)  <b>Регулятивные</b> (выполнение плана, самоконтроль)	текущий
97		Прыжки в длину с разбега.	1	Строевые упражнения. Медленный бег, ОРУ в движении. Совершенствование техники прыжков в длину с разбега. . Эстафеты с элементами л/атлетики	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять прыжков в длину с разбега.	<b>Коммуникативные</b> (сотрудничество в группе, владение диалоговой формы коммуникации)	текущий
98		Контроль развитие силовых качеств.	1	Строевые упражнения. Медленный бег, ОРУ в движении. Развитие выносливости. Развитие скор.-сил. К-в (прыжки, многоскоки). Развитие сил. К-в (подтяг-ние, пресс). Контроль развитие силовых качеств	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; бегать на средние дистанции.		сдача нормативов
99		Контроль техники метания мяча.	1	Строевые упражнения. Медленный бег, ОРУ в движении. Бег с ускорением 60 м. Метание мяча. Развитие сил. К-в (подтяг-ние, пресс). Контроль техники метания мяча.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; бегать на короткие дистанции.	<b>Познавательные</b> (поиск информации, анализ и интерпретация информации)  <b>Регулятивные</b> (принятие и сохранение цели, планирование, самоконтроль)	сдача нормативов
100		Контроль техники прыжков в длину с разбега.	1	Строевые упражнения. Медленный бег, ОРУ в движении. Прыжки в длину с разбега. Эстафеты с элементами л/атлетики. Контроль техники прыжков в длину с разбега.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять прыжков в длину с разбега.	<b>Коммуникативные</b> (постановка вопросов)	сдача нормативов
101		Контроль бега на выносливость	1	Строевые упражнения. Медленный бег, ОРУ в движении Развитие выносливости. Развитие скор.-сил. К-в (прыжки, многоскоки). Контроль бега	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; бегать на средние дистанции.		сдача нормативов

				на выносливость. Развитие скоростно-силовых качеств.			
102		Контроль бега на короткие дистанции.	1	Строевые упражнения. Медленный бег, ОРУ в движении. Бег с ускорением 60 м. Развитие скор.-сил. К-в (прыжки, многоскоки). Развитие сил. К-в (подтяг-ние, пресс). Контроль бега на короткие дистанции. Развитие скоростно-силовых качеств.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; бегать на короткие дистанции.		сдача нормативов