

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. Урсул

УТВЕРЖДАЮ

Директор лицея №1
«Спутник»

И.Ю. Ермоленко
приказ №_____
от _____

Тематическое планирование

Наименование учебного предмета **Физическая культура**

Класс **7**

Уровень общего образования **базовый**

Количество часов по учебному плану 7 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	Дата	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 легкой атлетике. Развитие выносливости. Строевые упражнения. Медленный бег. Общеразвивающие упражнения на месте и в движении. Развитие выносливости. Подвижные игры с элементами л/атл.	Знать: правила поведения на уроке по легкой атлетике; правила игры. Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ;	текущий
2		Строевые упражнения.	1	Развитие скоростно-силовых качеств. Медленный бег. Общеразвивающие упражнения на месте и в движении. Эстафеты с элементами л/атлетики. Развитие скор.-сил. К-в (прыжки, многоскоки).	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; знать правила эстафеты.	
3		Общеразвивающие упражнения на месте и в движении.	1	Совершенствование техники бега с низкого старта. Совершенствование техники метания мяча. Строевые упражнения. Медленный бег. Бег с низкого старта. Метание мяча.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; Бегать с низкого старта; метать мяч на дальность.	текущий
4		Бег с высокого старта. Бег с ускорением 30 м.	1	Совершенствование техники бега с низкого старта. Совершенствование бега на короткие дистанции. Развитие скоростно-силовых качеств. Строевые упражнения. Медленный бег. Общеразвивающие упражнения на месте и в движении. Развитие скор.-сил. К-в (прыжки, многоскоки)	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; Бегать с низкого старта на короткие дистанции;	
5		Бег с ускорением 60 м.	1	Строевые упражнения. Медленный бег. Общеразвивающие упражнения на месте и в движении. Совершенствование бега на короткие дистанции. Совершенствование техники прыжков в длину с разбега. Прыжки в длину с разбега.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; Бегать с низкого старта на короткие дистанции; выполнять прыжки в длину с разбега.	
6		Метание мяча.	1	Строевые упражнения. Совершенствование техники метания мяча. Развитие силовых качеств. Медленный бег. Общеразвивающие упражнения на месте и в движении.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; Метать мяч на дальность.	текущий
7		Развитие выносливости.	1	Строевые упражнения. Медленный бег. Общеразвивающие упражнения на месте и в движении. Развитие выносливости. Подвижные игры с элементами л/атл.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; Бегать с низкого старта на средние дистанции;	
8		Прыжки в длину с разбега.	1	Строевые упражнения. Медленный бег. Общеразвивающие упражнения на месте и в движении. Совершенствование техники прыжков в длину с разбега. Эстафеты.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; Выполнять прыжки в длину с разбега.	текущий
9		Совершенствование техники метания мяча.	1	Совершенствование техники метания мяча. Развитие выносливости. Строевые упражнения. Медленный	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ;	

				бег. Общеразвивающие упражнения на месте и в движении. Метание мяча. Развитие выносливости	Метать мяч на дальность.	Познавательные (анализ и интерпретация информации, анализ, синтез, сравнение) Регулятивные (принятие и сохранение цели, планирование, самоконтроль.) Коммуникативные (построение монологических высказываний, продуктивное содействие в разрешении конфликтов).	
10	Контроль техники бега с низкого старта.	1	Строевые упражнения. Медленный бег. Общеразвивающие упражнения на месте и в движении. Развитие скор.-сил. К-в (прыжки, многоскоки). Контроль техники бега с низкого старта. Развитие скоростно-силовых качеств.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; Бегать с низкого старта на короткие дистанции;	сдача нормативов		
11	Развитие скоростно-силовых качеств.	1	Строевые упражнения. Медленный бег. Общеразвивающие упражнения на месте и в движении. Бег с ускорением 60 м. Совершенствование бега на короткие дистанции. Развитие скоростно-силовых качеств.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; Бегать с низкого старта на короткие дистанции;	текущий		
12	Метание мяча.	1	Строевые упражнения. Медленный бег. Общеразвивающие упражнения на месте и в движении. Совершенствование техники метания мяча. Подвижные игры с элементами л/атл.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; Метать мяч на дальность. Знать правила игры.	текущий		
13	Контроль бега на выносливость.	1	Контроль бега на выносливость. Развитие силовых качеств. Строевые упражнения. Медленный бег. Общеразвивающие упражнения на месте и в движении. Развитие выносливости. Развитие сил. к-в (подтяг-ние, пресс).	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; Бегать с низкого старта на средние дистанции;	сдача нормативов		
14	Прыжки в длину с разбега.	1	Строевые упражнения. Медленный бег. Общеразвивающие упражнения на месте и в движении. Совершенствование 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.	текущий		
15	Контроль техники метания мяча.	1	Строевые упражнения. Медленный бег. Общеразвивающие упражнения на месте и в движении. Метание мяча. Развитие выносливости. Контроль техники метания мяча. Развитие выносливости.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; Метать мяч на дальность.	сдача нормативов		
16	Контроль техники прыжков в длину с разбега.	1	Строевые упражнения. Медленный бег. Общеразвивающие упражнения на месте и в движении. Бег с ускорением 60 м. Прыжки в длину с разбега. Совершенствование бега на короткие дистанции. Контроль техники прыжков в длину с разбега.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; Бегать с низкого старта на короткие дистанции; Выполнять прыжки в длину с разбега	сдача нормативов		
17	Контроль бега на короткие дистанции.	1	Контроль бега на короткие дистанции. Строевые упражнения. Медленный бег. Общеразвивающие упражнения на месте и в движении. Бег с ускорением 60 м. Эстафеты	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; Бегать с низкого старта на короткие дистанции;	сдача нормативов		
18	Развитие силовых качеств.	1	Строевые упражнения. Медленный бег. Общеразвивающие упражнения на месте и в движении. Подвижные игры с элементами л/атл.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; Бегать с низкого старта на средние дистанции;	текущий		

				Развитие сил.к-в (подтяг-ние, пресс). Развитие силовых качеств.			
19	Спортивные игры. Баскетбол.	Техника безопасности на уроках по баскетболу.	1	ТБ на уроках по баскетболу. Строевые упражнения. Медленный бег. Общеразвивающие упражнения на месте и в движении. Стойка игрока, перемещения, остановка повороты. Ведение мяча в разных стойках. Учебная 2-х сторонняя игра.	Знать: правила поведения на уроке по спортивным играм. Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять техники перемещений, остановок, поворотов. Знать правила игры.	Регулятивные (принятие и сохранение цели, планирование, самоконтроль) Познавательные (моделирование, постановка проблем, выдвижение гипотез) Коммуникативные (постановка вопросов, сотрудничество в группе) Личностные (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		Бросок мяча с ближней дистанции.	1	Строевые упражнения. Медленный бег. Общеразвивающие упражнения на месте и в движении. Ведение мяча в разных стойках. Броски мяча с различных дистанций. Броски мяча с различных дистанций.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять броски мяча с ближней дистанции. Знать правила игры.		текущий
21		Бросок по кольцу со штрафной линии.	1	Строевые упражнения. Медленный бег. Общеразвивающие упражнения на месте и в движении. Ведение мяча в разных стойках. Ловля и передача мяча на месте и в движении. Штрафные броски.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять передачи и ловли мяча; выполнять броски по кольцу со штрафной линии.		текущий
22		Техника передачи и ловли мяча.	1	Строевые упражнения. Медленный бег. Общеразвивающие упражнения на месте и в движении. Ведение мяча в разных стойках. Ловля и передача мяча на месте и в движении. Броски мяча с различных дистанций.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять передачи и ловли мяча; выполнять броски по кольцу со штрафной линии.		текущий
23		Техника перемещений, остановок, поворотов.	1	Строевые упражнения. Медленный бег. Общеразвивающие упражнения на месте и в движении. Ведение мяча в разных стойках. Стойка игрока, перемещения, остановка повороты. Броски мяча после ведения и 2-х шагов.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять техники перемещений, остановок, поворотов; выполнять бросок мяча по кольцу, после двух шагов.		текущий

24		Техника перемещений, остановок, поворотов.	1	Строевые упражнения. Медленный бег. Общеразвивающие упражнения на месте и в движении. Ведение мяча в разных стойках. Стойка игрока, перемещения, остановка повороты. Броски мяча с различных дистанций.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять техники перемещений, остановок, поворотов; выполнять ведение мяча; выполнять броски мяча с ближней, средней дистанций.		текущий
25		Игра по упрощенным правилам.	1	Строевые упражнения. Медленный бег. Общеразвивающие упражнения на месте и в движении. Ведение мяча в разных стойках. Стойка игрока, перемещения, остановка повороты. Броски мяча с различных дистанций. Игра в баскетбол по упрощенным правилам.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять техники перемещений, остановок, поворотов; выполнять ведение мяча; выполнять броски мяча с ближней, средней дистанций.		
26	Гимнастика.	Техника безопасности на уроках по гимнастике.	1	ТБ на уроках по гимнастике. Строевые упражнения. О.Р.У. Развитие силовых качеств (подтягивание, пресс). ОФП (прыжки, гибкость, челночный бег).	Знать: технику безопасности на уроках по гимнастике. Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять Упражнения на гибкость.	Регулятивные (принятие и сохранение цели, планирование, самоконтроль) Коммуникативные (постановка вопросов, сотрудничество в группе, владение диалоговой формы коммуникации) Познавательные (анализ и интерпретация информации) Личностные (самоопределение-система оценок и представлений о себе)	текущий
27		Обучение технике лазания по канату.	1	Строевые упражнения. О.Р.У. Лазание по канату. Упражнения на брусьях. Обучение технике упражнений на брусьях параллельных для мальчиков, упражнений на бревне для девочек.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; Научиться: технике лазания по канату; технике упражнений на брусьях параллельных.		текущий
28		Обучение технике выполнения.	1	Строевые упражнения. О.Р.У. Акробатика. Развитие силовых качеств (подтягивание, пресс). ОФП (прыжки, гибкость, челночный бег). Акробатических упражнений. Развитие силовых качеств. Развитие скоростно-силовых качеств.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; Научиться: технике выполнения		текущий

					Акробатических упражнений.		
29	Акробатика.	1	Строевые упражнения. О.Р.У. Акробатика. Упражнения на бревне. Совершенствование техники выполнения Акробатических упражнений. Обучение технике выполнения упражнений на бревне для девочек Развитие силовых качеств.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять Акробатические упражнения. Научиться: технике выполнения упражнений на бревне.	Познавательные (преобразование информации, классификация, обобщение) Регулятивные (принятие и сохранение цели, планирование, самоконтроль) Коммуникативные (постановка вопросов, сотрудничество в группе, владение диалоговой формы коммуникации)	текущий	
30	Развитие силовых качеств	1	Строевые упражнения. О.Р.У. Упражнения на брусьях. Развитие силовых качеств (подтягивание, пресс). Совершенствование техники выполнения упражнений на брусьях.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять упражнений на брусьях.		текущий	
31	Совершенствование техники выполнения Акробатических упражнений.	1	Строевые упражнения. О.Р.У. Акробатика. ОФП (прыжки, гибкость, челночный бег).	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; Научиться: технике выполнения Акробатических упражнений.		текущий	
32	Обучение технике выполнения упражнений на перекладине.	1	Строевые упражнения. О.Р.У. Упражнения на бревне. Упражнения на перекладине. Совершенствование техники выполнения упражнений на бревне для девочек.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять упражнения на бревне. Научиться: технике выполнения упражнений на перекладине.		текущий	
33	Развитие силовых качеств.	1	Строевые упражнения. О.Р.У. Развитие силовых качеств (подтягивание, пресс). ОФП (прыжки, гибкость, челночный бег).	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять силовые упражнения.		Познавательные (анализ и интерпретация информации, преобразование информации, установление аналогии) Регулятивные (принятие и сохранение цели, планирование, самоконтроль) Коммуникативные (сотрудничество в группе)	текущий
34	Совершенствование техники выполнения упражнений на бревне.	1	Строевые упражнения. О.Р.У. Упражнения на бревне. Совершенствование техники лазания по канату.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять упражнения на бревне; лазать по канату.	текущий		
35	Совершенствование техники выполнения акробатических упражнений.	1	Строевые упражнения. О.Р.У. Акробатика. Упражнения на брусьях. ОФП (прыжки, гибкость, челночный бег).	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; Научиться: технике выполнения Акробатических	текущий		

					упражнений; выполнять упражнения на брусках.		
36	Совершенствование техники выполнения упражнений на перекладине.	1	Строевые упражнения. О.Р.У. Акробатика. Упражнения на перекладине.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; Научиться: технике выполнения Акробатических упражнений; выполнять упражнения на перекладине.			текущий
37	Совершенствование техники лазания по канату.	1	Строевые упражнения. О.Р.У. Лазание по канату. ОФП (прыжки, гибкость, челночный бег).	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; лазать по канату.	Познавательные (поиск информации, классификация, обобщение) Регулятивные (принятие и сохранение цели, планирование, самоконтроль) Коммуникативные (постановка вопросов, сотрудничество в группе, владение диалоговой формы коммуникации)		текущий
38	Развитие скоростно-силовых качеств.	1	Строевые упражнения. О.Р.У. Упражнения на бревне. Упражнения на перекладине. Развитие скоростно-силовых качеств.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять упражнения на бревне. Выполнять упражнения на перекладине.		текущий	
39	Развитие силовых качеств.	1	Строевые упражнения. О.Р.У. Акробатика. Развитие силовых качеств (подтягивание, пресс).	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; Научиться: технике выполнения Акробатических упражнений;		текущий	
40	Строевые упражнения.	1	Строевые упражнения. О.Р.У. Лазание по канату. Развитие силовых качеств (подтягивание, пресс).	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; лазать по канату.		текущий	
41	Развитие гибкости.	1	Строевые упражнения. О.Р.У. Упражнения на брусках. ОФП (прыжки, гибкость, челночный бег). Развитие гибкости.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять упражнений на брусках.		текущий	
42	Общеразвивающие упражнения с предметами.	1	Строевые упражнения. О.Р.У. Упражнения на бревне. Упражнения на брусках.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять упражнения на бревне. Выполнять упражнения на перекладине.		текущий	

43		Лазание по канату.	1	Строевые упражнения. О.Р.У. Акробатика. Лазание по канату. Совершенствование техники выполнения Акробатических упражнений. Совершенствование техники лазания по канату.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; Выполнять Акробатические упражнения; лазать по канату.		текущий	
44		Развитие скоростно-силовых качеств, для мальчиков и девочек.	1	Строевые упражнения. О.Р.У. Совершенствование техники выполнения упражнений на перекладине. Развитие силовых качеств, для девочек. Упражнения на перекладине. Развитие силовых качеств (подтягивание, пресс). ОФП (прыжки, гибкость, челночный бег).	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять упражнения на перекладине; выполнять силовые упражнения.		текущий	
45		Совершенствование техники лазания по канату.	1	Строевые упражнения. О.Р.У. Акробатика. Развитие силовых качеств (подтягивание, пресс).	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; лазать по канату.	Познавательные (анализ и интерпретация информации, преобразование информации) Регулятивные (выполнение плана, самоконтроль) Коммуникативные (сотрудничество в группе, владение диалоговой формы коммуникации)	текущий	
46		Контроль техники лазания по канату.	1	Строевые упражнения. О.Р.У. Лазание по канату. Совершенствование техники выполнения упражнений на перекладине. Упражнения на перекладине. ОФП (прыжки, гибкость, челночный бег).	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; лазать по канату; выполнять упражнения на перекладине.		сдача нормативов	
47		Контроль техники упражнений на перекладине.	1	Строевые упражнения. О.Р.У. Упражнения на перекладине. Развитие силовых качеств (подтягивание, пресс). ОФП (прыжки, гибкость, челночный бег).	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять упражнения на перекладине.		сдача нормативов	
48		Контроль техники выполнения акробатических упражнений.	1	Строевые упражнения. О.Р.У. Акробатика. Развитие силовых качеств (подтягивание, пресс).	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; Выполнять Акробатические упражнения;		Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок. Формирование и проявление положительных качеств личности,	сдача нормативов
49		Развитие силовых качеств.	1	Строевые упражнения. О.Р.У. Упражнения на перекладине. Развитие силовых качеств (подтягивание, пресс). ОФП (прыжки, гибкость, челночный бег).	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять упражнения на перекладине.		дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.	текущий
50	Лыжная подготовка.	Техника безопасности на уроках по лыжной подготовке.	1	ТБ на уроках по л/подготовке. Повороты на месте и в движении.	Знать: правила поведения на уроке по лыжной подготовке. Уметь: выполнять повороты в движении.	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.	текущий	

51		Обучение технике попеременного двухшажного хода.	1	Попеременный 2-х шажный ход. Бег по дистанции до 3 км.	Научиться: технике попеременного двухшажного хода.	Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.	текущий
52		Совершенствование техники попеременного двухшажного хода.	1	Попеременный 2-х шажный ход.	Уметь: передвигаться попеременным двухшажным ходом.		текущий
53		Обучение технике спусков с горы.	1	Спуски с горы. Бег по дистанции до 3 км.	Научиться: технике спусков с горы - в высокой, средней и низкой стойке.		текущий
54		Совершенствование техники попеременного двухшажного хода.	2	Попеременный 2-х шажный ход. Бег по дистанции до 3 км.	Уметь: передвигаться попеременным двухшажным ходом.	Познавательные (поиск информации, классификация, обобщение) Регулятивные (принятие и сохранение цели, планирование, самоконтроль)	текущий
55		Развитие выносливости.	2	Бег по дистанции до 3 км.	Уметь: передвигаться попеременным двухшажным ходом.		текущий
56		Совершенствование техники подъёма в гору способом «полуёлочка».	1	Подъем в гору различным способом. Спуски с горы.	Уметь: выполнять спуски с горы - в высокой, средней и низкой стойке; выполнять подъёмы в гору способом «полуёлочка».	Коммуникативные (постановка вопросов, сотрудничество в группе, владение диалоговой формы коммуникации)	текущий
57		Контроль овладения техникой спуска с горы	1	Спуски с горы.	Уметь: выполнять спуски с горы - в высокой, средней и низкой стойке;		Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.
58		Контроль техники подъёма в гору.	1	Подъем в гору различным способом. Бег по дистанции до 3 км.	Уметь: выполнять подъёмы в гору способом «полуёлочка».	сдача нормативов	
59		Совершенствование техники Поворотов.	1	Повороты на месте и в движении.	Уметь: выполнять повороты на месте, в движении.	Регулятивные (принятие и сохранение цели, планирование, самоконтроль) Познавательные (моделирование, постановка проблем, выдвижение гипотез) Коммуникативные (постановка вопросов, сотрудничество в группе) Личностные (самоопределение- система оценок и представлений о себе)	текущий
60		Контроль техники Попеременного двухшажного хода.	1	Попеременный 2-х шажный ход. Бег по дистанции до 3 км.	Уметь: передвигаться попеременным двухшажным ходом.		сдача нормативов
61		Контроль техники поворотов на лыжах.	1	Повороты на месте и в движении.	Уметь: выполнять повороты на месте, в движении.		сдача нормативов
62		Контроль прохождения дистанции.	1	Бег по дистанции до 3 км.	Уметь: передвигаться попеременным двухшажным ходом.		сдача нормативов
63		Совершенствование техники Попеременного двухшажного хода.	1	Попеременный 2-х шажный ход..	Уметь: передвигаться попеременным двухшажным ходом.		текущий
64	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	Регулятивные (принятие и сохранение цели, планирование, самоконтроль) Познавательные	текущий

					передачи, подачи и приема мяча. Знать правила игры.	(анализ и интерпретация информации, преобразование информации)	
65	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.	Коммуникативные (сотрудничество в группе) Личностные (самоопределение- система оценок и представлений о себе)	текущий	
66	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	
67	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 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 нападающий удар. Знать правила игры.		Познавательные (анализ и интерпретация информации, преобразование информации) Регулятивные (выполнение плана, самоконтроль)	текущий
68	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.		Коммуникативные (сотрудничество в группе, владение диалоговой формы коммуникации)	текущий
69	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
70	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.		Познавательные (поиск информации, анализ и интерпретация информации) Регулятивные (принятие и сохранение цели, планирование, самоконтроль)	текущий
71	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		Коммуникативные (постановка вопросов)	текущий
72	Подвижная игра с элементам волейбола	1	Стойка игрока. Передвижения в стойке. Передача мяча двумя руками сверху над собой и вперед. Встречные эстафеты. Подвижная игра с элементам волейбола «Летучий мяч».	Уметь: выполнять комплекс ОРУ. Знать правила игры			текущий

73		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
74	Баскетбол.	Техника ведения мяча.	1	Строевые упражнения. Медленный бег, ОРУ на месте и в движении. Ведение мяча в различной стойке. Броски с различных дистанций.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять ведение мяча; выполнять броски с ближней дистанции.	Регулятивные (принятие и сохранение цели, планирование, самоконтроль) Познавательные (моделирование, постановка проблем, выдвижение гипотез) Коммуникативные (постановка вопросов, сотрудничество в группе) Личностные (самоопределение- система оценок и представлений о себе)	текущий
75		Совершенствование техники ведения мяча.	1	Строевые упражнения. Медленный бег, ОРУ на месте и в движении. Ведение мяча в различной стойке. Учебная 2-х сторонняя игра.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять ведение мяча; Знать правила игры.		текущий
76		Контроль техники бросков мяча по кольцу, после двух шагов.	1	Строевые упражнения. Медленный бег, ОРУ на месте и в движении. 2 шага бросок после ведения.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять передачи и ловли мяча; выполнять бросков мяча по кольцу, после двух шагов.		сдача нормативов
77		Способствовать развитию физических качеств в игре.	1	Строевые упражнения. Медленный бег, ОРУ на месте и в движении. Эстафеты с элементами баскетбола. Учебная игра.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; Знать правила игры.		Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок.
78		Совершенствование техники перемещений, остановок, поворотов.	1	Строевые упражнения. Медленный бег, ОРУ в движении. Ведение мяча. Стойка, перемещение, повороты, остановка. Учебная 2-х сторонняя игра.	Знать: технику безопасности на уроках по подвижным играм; Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять перемещения, остановки. Знать правила игры.	текущий	
79		Эстафеты с элементами баскетбола.	1	Строевые упражнения. Медленный бег, ОРУ в движении. Эстафеты с элементами баскетбола. Учебная 2-х сторонняя игра.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; Знать правила игры.	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.	текущий
80		Техника передачи и ловли мяча.	1	Строевые упражнения. Медленный бег, ОРУ в движении. Передача и ловля мяча. 2 шага бросок после ведения. Учебная 2-х сторонняя игра.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять передачи и ловли мяча; выполнять бросков мяча по кольцу, после двух шагов.		текущий
81		Совершенствование техники бросков по	1	Строевые упражнения. Медленный бег, ОРУ в движении. Штрафные броски. Учебная 2-х сторонняя игра.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять броски по	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной	текущий

		кольцу со штрафной линии.			кольцу со штрафной линии. Знать правила игры	отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей.	
82		Совершенствование техники бросков по кольцу с различной дистанции	1	Строевые упражнения. Медленный бег, ОРУ в движении. Броски с различных дистанций. Учебная 2-х сторонняя игра.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; Выполнять броски с дальних, средних, ближних дистанций. Знать правила игры		текущий
83		Совершенствование 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.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять бросков мяча по кольцу, после двух шагов. Знать правила игры	Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств. Формирование и проявление положительных качеств личности,	текущий
84		Совершенствование техники ведения мяча.	1	Строевые упражнения. Медленный бег, ОРУ в движении. Ведение мяча. Стойка, перемещение, повороты, остановка. Учебная игра.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять ведение мяча; Выполнять перемещения, остановки. Знать правила игры.	дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.	текущий
85		Совершенствование техники бросков по кольцу со штрафной линии.	1	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.	Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок.	текущий
86		Совершенствование техники передачи и ловли мяча.	1	Строевые упражнения. Медленный бег, ОРУ в движении. Передача и ловля мяча. Эстафеты с элементами баскетбола.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять передачи и ловли мяча; Знать правила игры.		текущий
87		Совершенствование техники перемещений, остановок, поворотов.	1	Строевые упражнения. Медленный бег, ОРУ в движении. Ведение мяча. Стойка, перемещение, повороты, остановка. Учебная игра.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять ведение мяча; перемещения, остановки. Знать правила игры.		текущий
88	Легкая атлетика	Повторение техники безопасности на уроках по лёгкой атлетике.	1	ТБ на уроках л/атлетики. Строевые упражнения. Медленный бег, ОРУ в движении. Бег с низкого старта. Бег с ускорением 30 м. Развитие сил.к-в (подтяг-ние, пресс).	Знать: технику безопасности на уроках по спортивным играм. Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; бегать короткие дистанции с низкого старта.	Познавательные (анализ и интерпретация информации, преобразование информации) Регулятивные (выполнение плана, самоконтроль)	текущий

89	Метание мяча.	1	Строевые упражнения. Медленный бег, ОРУ в движении. Метание мяча. Развитие выносливости	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять метание мяча на дальность; бегать на средние дистанции.	Коммуникативные (сотрудничество в группе, владение диалоговой формы коммуникации)	текущий
90	Совершенствование техники прыжков в длину с разбега.	1	Строевые упражнения. Медленный бег, ОРУ в движении. Прыжки в длину с разбега. Развитие скор.-сил. К-в (прыжки, многоскоки).	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять прыжки в длину с разбега.		текущий
91	Совершенствование техники бега на короткие дистанции.	1	Строевые упражнения. Медленный бег, ОРУ в движении. Бег с ускорением 30 м. Метание мяча.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; бегать короткие дистанции с низкого старта; выполнять метание мяча на дальность.	Регулятивные (принятие и сохранение цели, планирование, самоконтроль) Познавательные (моделирование, постановка проблем, выдвижение гипотез) Коммуникативные (постановка вопросов, сотрудничество в группе) Личностные (самоопределение- система оценок и представлений о себе)	текущий
92	Развитие выносливости.	1	Строевые упражнения. Медленный бег, ОРУ в движении. Метание мяча. Развитие выносливости.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять метание мяча на дальность; бегать на средние дистанции.		текущий
93	Контроль техники бега с низкого старта.	1	Строевые упражнения. Медленный бег, ОРУ в движении. Бег с низкого старта. Метание мяча. Развитие скор.-сил. К-в (прыжки, многоскоки).	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять метание мяча на дальность;		сдача нормативов
94	Развитие скоростно-силовых качеств.	1	Строевые упражнения. Медленный бег, ОРУ в движении. Бег с ускорением 60 м. Развитие сил.к-в (подтяг-ние, пресс).	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; бегать короткие дистанции с низкого старта.		текущий
95	Контроль техники метания мяча.	1	Строевые упражнения. Медленный бег, ОРУ в движении. Бег с ускорением 60 м. Метание мяча.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; бегать короткие дистанции с низкого старта; выполнять метание мяча на дальность;		текущий
96	Контроль бега на короткие дистанции.	1	Строевые упражнения. Медленный бег, ОРУ в движении. Бег с ускорением 60 м. Прыжки в длину с разбега.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; бегать короткие дистанции с низкого старта; выполнять прыжков в длину с разбега.		сдача нормативов
97	Развитие силовых качеств.	1	Строевые упражнения. Медленный бег, ОРУ в движении. Прыжки в длину с разбега. Развитие сил.к-в (подтяг-ние, пресс).	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять прыжков в длину с разбега.		текущий

98	Контроль бега на выносливость.	1	Строевые упражнения. Медленный бег, ОРУ в движении. Развитие выносливости. Подвижные игры с элементами л/атл.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; бегать на средние дистанции.	Познавательные (поиск информации, анализ и интерпретация информации) Регулятивные (принятие и сохранение цели, планирование, самоконтроль) Коммуникативные (постановка вопросов)	сдача нормативов
99	Развитие скоростно-силовых качеств.	1	Строевые упражнения. Медленный бег, ОРУ в движении. Эстафеты с элементами л/атлетики. Развитие скор.-сил. К-в (прыжки, многоскоки).	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; знать правила эстафеты.		текущий
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.	Уметь: самостоятельно выполнять комплекс ОРУ; выполнять прыжков в длину с разбега.		сдача нормативов