

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Красноярского края

Управления образования Администрация Северо-Енисейского района

МБОУ Северо-Енисейская СШ №2

РАССМОТРЕНО

Руководитель ШМО

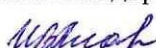


Планида А.В.

Протокол №1 от «28» 08
2023 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по УР



Платонова И.В.

Приказ №1 от «30» 08 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор



Мишина О.А.

Приказ № 93 от «31» 08 2023
г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

(ID 2164304)

учебного предмета «Физическая культура»

для обучающихся 5 – 9 классов

НА 2023/2024 УЧЕБНЫЙ ГОД

Составитель программы

Планида Александр Витальевич
учитель высшей категории.

1. Пояснительная записка

Программа по физической культуре для 6-9 класса разработана в соответствии:

- с требованиями федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования (Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования. - М.: Просвещение, 2011);
- с рекомендациями Примерной программы по физической культуре (Примерная программа по физической культуре. 5-9 классы. - М.: Просвещение, 2011 год)
- с авторской программой В.И.Лях «Физическая культура 5-9 классы». – М.: Просвещение, 2011 год.

Рабочий план составлен с учетом следующих нормативных документов:

- Федеральный закон «О физической культуре и спорте в РФ» от 04.12.2007г. №329-ФЗ (ред. от 21.04 2011г.).
- Национальная доктрина образования в РФ. Постановление Правительства РФ от 04.10.2000г. № 751.
- Стратегия развития физической культуры и спорта на период до 2020г. Распоряжение правительства РФ от. 07.08.2009г. № 1101-р.
- О продукции мониторинга физического развития обучающихся. Письмо Минобрнауки РФ от 29.03.2010г. № 06-499.
- О Концепции Федеральной целевой программы развития образования на 2011-2015гг. Распоряжение правительства РФ от 07.02.2011г. №163-р.

Планируемые результаты

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного предмета

В соответствии с требованиями к результатам освоения основной образовательной программы основного общего образования Федерального государственного образовательного стандарта данная рабочая программа для 6 классов направлена на достижение учащимися личностных, метапредметных и предметных результатов по физической культуре.

Личностные результаты:

- формирование чувства гордости за свою Родину, формирование ценностей многонационального российского общества;
- формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;
- развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения;
- развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свободе;
- формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
- развитие этических качеств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;
- знание истории физической культуры своего народа, своего края как части наследия народов России и человечества;
- развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками, умения не создавать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций;

формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни;

Личностные результаты отражаются в готовности обучающихся к саморазвитию индивидуальных свойств личности, которые приобретаются в процессе освоения учебного предмета «Физическая культура». Они включают в себя основы гражданской идентичности, сформированную мотивацию к обучению и познанию в сфере физической культуры, умения использовать ценности физической культуры для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей, достижения личностно значимых результатов в физическом совершенстве.

Метапредметные результаты (регулятивные, познавательные, коммуникативные)

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
- определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества
- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;
- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

Предметные результаты:

- формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психологического), о ее позитивном влиянии на развитие человека (физическое, интеллектуальное, эмоциональное, социальное), о физической культуре и здоровье как факторах успешной учебы и социализации;
- овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);
- формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок, данными мониторинга здоровья (длины и массы тела и др.), показателями основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости)
- взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;

- формирование умений выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корригирующих упражнений, учитывающих индивидуальные способности и особенности, состояние здоровья и режим учебной деятельности; овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умением использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности; расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ИЗУЧЕНИЯ ПРЕДМЕТА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» В ОСНОВНОЙ ШКОЛЕ

Выпускник научится:

- рассматривать физическую культуру как явление культуры, выделять исторические этапы её развития, характеризовать основные направления и формы её организации в современном обществе;
- характеризовать содержательные основы здорового образа жизни, раскрывать его взаимосвязь со здоровьем, гармоничным физическим развитием и физической подготовленностью, формированием качеств личности и профилактикой вредных привычек;
- определять базовые понятия и термины физической культуры, применять их в процессе совместных занятий физическими упражнениями со своими сверстниками, излагать с их помощью особенности выполнения техники двигательных действий и физических упражнений, развития физических качеств;
- разрабатывать содержание самостоятельных занятий физическими упражнениями, определять их направленность и формулировать задачи, рационально планировать режим дня и учебной недели;
- руководствоваться правилами профилактики травматизма и подготовки мест занятий, правильного выбора обуви и формы одежды в зависимости от времени года и погодных условий;
- руководствоваться правилами оказания первой помощи при травмах и ушибах во время самостоятельных занятий физическими упражнениями.

Выпускник получит возможность научиться:

- характеризовать цель возрождения Олимпийских игр и роль Пьера де Кубертена в становлении современного олимпийского движения, объяснять смысл символики и ритуалов Олимпийских игр;
- характеризовать исторические вехи развития отечественного спортивного движения, великих спортсменов, принесших славу российскому спорту;
- определять признаки положительного влияния занятий физической подготовкой на укрепление здоровья, устанавливать связь между развитием физических качеств и основных систем организма.

Способы двигательной (физкультурной) деятельности

Выпускник научится:

- использовать занятия физической культурой, спортивные игры и спортивные соревнования для организации индивидуального отдыха и досуга, укрепления собственного здоровья, повышения уровня физических кондиций;
- составлять комплексы физических упражнений оздоровительной, тренирующей и корригирующей направленности, подбирать индивидуальную нагрузку с учётом функциональных особенностей и возможностей собственного организма;
- классифицировать физические упражнения по их функциональной направленности, планировать их последовательность и дозировку в процессе самостоятельных занятий по укреплению здоровья и развитию физических качеств;
- самостоятельно проводить занятия по обучению двигательным действиям, анализировать особенности их выполнения, выявлять ошибки и своевременно устранять их;
- тестировать показатели физического развития и основных физических качеств, сравнивать их с возрастными стандартами, контролировать особенности их динамики в процессе самостоятельных занятий физической подготовкой;
- взаимодействовать со сверстниками в условиях самостоятельной учебной деятельности, оказывать помощь в организации и проведении занятий, освоении новых двигательных действий, развитии физических качеств, тестировании физического развития и физической подготовленности.

Выпускник получит возможность научиться:

- вести дневник по физкультурной деятельности, включать в него оформление планов проведения самостоятельных занятий физическими упражнениями разной функциональной направленности, данные контроля динамики индивидуального физического развития и физической подготовленности;
- проводить занятия физической культурой с использованием оздоровительной ходьбы и бега, лыжных прогулок и туристских походов, обеспечивать их оздоровительную направленность;
- проводить восстановительные мероприятия с использованием банных процедур и сеансов оздоровительного массажа.

Физическое совершенствование

Выпускник научится:

- выполнять комплексы упражнений по профилактике утомления и перенапряжения организма, повышению его работоспособности в процессе трудовой и учебной деятельности;
- выполнять общеразвивающие упражнения, целенаправленно воздействующие на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и координации);
- выполнять акробатические комбинации из числа хорошо освоенных упражнений;
- выполнять гимнастические комбинации на спортивных снарядах из числа хорошо освоенных упражнений;
- выполнять легкоатлетические упражнения в беге и прыжках (в высоту и длину);
- выполнять передвижения на лыжах скользящими способами ходьбы, демонстрировать технику умения последовательно чередовать их в процессе прохождения тренировочных дистанций (для снежных регионов России);

-выполнять спуски и торможения на лыжах с пологого склона одним из разученных способов;

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

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

Выпускник получит возможность научиться:

-выполнять комплексы упражнений лечебной физической культуры с учётом имеющихся индивидуальных нарушений в показателях здоровья;

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

-осуществлять судейство по одному из осваиваемых видов спорта;

-выполнять тестовые нормативы по физической подготовки.

5.Содержание курса

Лёгкая атлетика:

Основная направленность	КЛАССЫ				
	5	6	7	8	9
На овладение техникой спринтерского бега	Высокий старт от 15 м Бег с ускорением от 30 до 40 м Скоростной бег до 40 м Бег на результат 60 м	От 15 до 30 м От 30 до 50 м До 50	От 30 до 40 От 40 до 60 До 60 м	Низкий старт до 30 м От 70 до 80 До 70 м Бег на результат 100 м	Низкий старт до 30 м От 70 до 80 До 70 м Бег на результат 100 м
На овладение техникой длительного бега	Бег в равномерном темпе от 10 до 12 мин Бег 1000 м	Бег в равномерном темпе до 15 мин Бег на 1200 м	Бег в равномерном темпе до 20 мин, Девочки-до 15 мин Бег на 1500 м	Бег на 2000 м (мальчики) и на 1500 м (девочки)	Бег на 3000 м (мальчики) и на 2000 м (девочки)
На овладение техникой прыжка в длину	Прыжки в длину с 7-9 шагов разбега		Прыжки в длину с 9-11 шагов разбега	Прыжки в длину с 11-13 шагов разбега	Прыжки в длину с 11-13 шагов разбега
На овладение техникой прыжка в высоту	Прыжки в высоту с 3-5 шагов разбега			Прыжки в высоту с 7-9 шагов разбега	- Прыжки в высоту с 7-9 шагов разбега
На овладение техникой метание	Метание теннисного мяча с места на дальность отскока от стены, на заданное расстояние, на дальность,		Метание мяча весом 150г с места на	Метание теннисного мяча	Метание теннисного мяча и мяча

<p><u>малого мяча в цель и на дальность</u></p>	<p><u>в коридор 5-6м, в горизонтальную и вертикальную цель</u></p> <p><u>Бросок набивного мяча (2кг) двумя руками из-за головы, от груди, снизу вперёд-вверх, из положения стоя грудью и боком в направлении броска с места; то же с шага; снизу вверх на заданную и максимальную высоту</u></p> <p><u>Ловля набивного мяча (2кг) двумя руками после броска вверх; с хлопками ладонями после приседания.</u></p>	<p><u>дальность и с 4-5 бросковых шагов с разбега в коридор 10м на дальность и заданное расстояние</u></p> <p><u>Бросок набивного мяча (2кг) двумя руками из различных и.п., стоя грудью и боком в направлении метания с места, с шага, с двух шагов, с трёх шагов вперёд-вниз; снизу вверх на заданную и максимальную высоту</u></p>	<p><u>и мяча весом 150г с места на дальность С 4-5</u></p> <p><u>Девушки с расстояния 12-14м, Юноши до 16м</u></p> <hr/> <p><u>Бросок набивного мяча (2кг) двумя руками из различных и.п. с места, с шага, с двух шагов, с трёх шагов, с четырёх шагов вперёд-вверх</u></p>	<p><u>весом 150г с места на дальность С 4-5 бросковых шагов сукороченного и полного разбега на дальность в коридор 10м и на заданное расстояние В горизонтальную и вертикальную цель.</u></p> <p><u>бросок набивного мяча (юноши-3кг, девушки-2кг) двумя руками из различных и.п. с места и с двух-четырёх шагов вперёд-вверх</u></p>
<p><u>На развитие выносливости</u></p>	<p><u>Кросс до 15 мин, бег с препятствиями и на местности, минутный бег, эстафеты, круговая тренировка</u></p>		<p><u>Бег 1500-2000 метров</u></p>	<p><u>Бег командами, в парах, кросс до 3км</u></p>
<p><u>На развитие скоростно-силовых способностей</u></p>	<p><u>Возможные прыжки и многоскоки, метания в цель и на дальность разных снарядов из разных и.п., толчки и броски набивных мячей весом до 3кг с учётом возрастных и половых способностей</u></p>		<p><u>Возможные прыжки и многоскоки, метания в цель и на дальность разных снарядов из разных и.п., толчки и броски набивных мячей весом до 3кг с учётом возрастных и половых способностей</u></p>	<p>-----</p>
<p><u>На развитие скоростных</u></p>	<p><u>Эстафеты, старты из различных и.п., бег с ускорением, с максимальной скоростью</u></p>			

<u>способностей</u>	
<u>На развитие координационных способностей</u>	<u>Варианты челночного бега, бега с изменением направления, скорости, способа перемещения, бег с преодолением препятствий и на местности, прыжки через препятствия, на точность приземления и в зоны, метания различных снарядов из различных и. п. в цель и на дальность (обеими руками)</u>
<u>Самостоятельные занятия</u>	<u>Упражнения и простейшие программы развития выносливости, скоростно-силовых, скоростных и координационных способностей на основе освоенных лёгкоатлетических упражнений. Правила самоконтр.</u>

Учащиеся должны знать:

- влияние лёгкоатлетических упражнений на укрепление здоровья и основные системы организма; название разучиваемых упражнений и основы правильной техники его выполнения; правила соревнований в беге, прыжках метаниях; разминка для выполнения лёгкоатлетических упражнений, направленных на развитие выносливости, быстроты, силы, координационных способностей. Правила техники безопасности при занятиях лёгкой атлетикой.

Учащиеся должны уметь:

- измерение результатов: подача команд; демонстрация упражнений; помощь в оценке результатов и поведении соревнований, в подготовке места проведения занятий.

Гимнастика:

Основная направленность	КЛАССЫ				
	5	6	7	8	9
На основе строевых упражнений	Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре дроблением и сведением; из колонны по два и по четыре в колонну по одному разведением и слиянием, по восемь в движении	Строевой шаг, размыкание и смыкание на месте	Выполнение команд «полоборота направо!», «полоборота налево!» «полшага!», «полный шаг!»	Команда «прямо!» повороты в движении направо, налево	Переход с шага на месте на ходьбу в колонне и в шеренге; перестроение из колонны по одному в колонну по два, по четыре в движении
На освоение общеобразовательных упражнений без предметов на месте и в движении	Сочетание различных положений рук, ног, туловища. Сочетание движений руками с ходьбой на месте и в движении, с маховыми движениями ног, с подскоками, с приседаниями, с поворотами. Простые связки. Общеразвивающие упражнения в парах _____ _____				
На освоение общеобразовательных упражнений с предметами	Мальчики: с набивным и большим мячом, гантелями (1-3 кг) Девочки: с обручами, булавами, большим мячом, палками		Мальчики: с набивным и большим мячом, гантелями(3-4 кг), тренажерами, эспандерами Девочки: с обручами, булавами, большим мячом, палками, тренажерами		
На освоение и совершенствование висов и упоров	Мальчики: висы согнувшись и прогнувшись;	Мальчики: махом одной и толчком другой подъем	Мальчики: подъем переворотом в упор	Мальчики: из виса подколенках через стойку на руках опускание в	Мальчики: подъем переворотом в упор махом и

	<p>подтягивание в висе; поднимание прямых ног в висе</p> <p>Девочки: смешанные висы; подтягивание из вися лежа</p>	<p>переворотом в упор; мах назад соскок; сед ноги врозь, из седа на бедре соскоком поворотом</p> <p>Девочки: наскок прыжком в упор на нижнюю жердь; соскок с поворотом; размахивание изгибами; вис лежа; вис присев</p>	<p>толчком двумя; передвижение в висе; махом назад соскок</p> <p>Девочки: махом одной и толчком другой подъем переворотом в упор на нижнюю жердь</p>	<p>упор присев; подъем махом назад в сед ноги врозь подъем завесомвне</p> <p>Девочки: из упора на нижней жерди опускание вперед в вис присев; из вися присев на нижней жерди махом одной и толчком другой в вис прогнувшись с опорой на верхнюю жердь; вис лежа на нижней жерди; сед боком на нижней жерди</p>	<p>силой; подъем махом вперед в сед ноги врозь</p> <p>Девочки: вис прогнувшись на нижней жерди с опорой ног о верхнюю; переход в упор на нижнюю жердь</p>
<p>На освоение опорных прыжков</p>	<p>Вскок в упор присев, соскоков прогнувшись (козел в ширину, высота (80-100 см))</p>	<p>Прыжок ноги врозь (козел в ширину, высота 100-110см)</p>	<p>Мальчики: прыжок согнув ноги (козел в ширину, высота 100-115 см) Девочки: прыжок ноги врозь (козел в ширину, высота 105-110 см)</p>	<p>Мальчики: прыжок согнув ноги(козел в длину, высота 110-115 см)</p> <p>Девочки: прыжок боком с поворотом на 90 (конь в ширину, высота 110 см)</p>	<p>Мальчики: прыжок согнув ноги (козел в длину, высота 115 см)</p> <p>Девочки: прыжок боком (конь в ширину, высота 110 см)</p>
<p>На освоение акробатических упражнений</p>	<p>Кувырок вперед и назад; стойка на лопатках</p>	<p>Два кувырка вперед слитно; мост из положения стоя с помощью</p>	<p>Мальчики: кувырок вперед в стойку на лопатках; Стойка на голове с согнутыми ногами</p> <p>Девочки: кувырок назад в полушагат</p>	<p>Мальчики: кувырок назад в упор стоя ноги врозь; кувырок вперед и назад; длинный кувырок; стойка на голове и руках</p> <p>Девушки: мост и поворот в упор стоя на одном колене; кувырки впереди назад</p>	<p>Мальчики: из упора присев силой стойка на голове и руках; длинный кувырок вперед с трех шагов разбега</p> <p>Девушки: равновесие на одной; выпад вперед; кувырок вперед</p>
<p>На развитие координации</p>	<p>Общеразвивающие упражнения без предметов и с предметами; то же с различными способами ходьбы, бега, прыжков, вращений. Упражнения с гимнастической</p>				

х способностей	скамейкой, на гимнастическом бревне, на гимнастической скамейке, брусья, перекладине, гимнастическом козле и коне. Акробатические упражнения. Прыжки с пружинного гимнастического мостика в глубину. Эстафеты и игры использованием гимнастических упражнений и инвентаря		
На развитие силовых способностей и силовой выносливости	Лазание по канату, шесту, гимнастической лестнице. Подтягивания, упражнения в висах и упорах, с гантелями, набивными мячам		
На развитие скоростно-силовых способностей	Опорные прыжки, прыжки со скакалкой, броски набивного		
На развитие гибкости	Общеразвивающие упражнения с повышенной амплитудой для плечевых, локтевых, тазобедренных, коленных суставов и позвоночника. Упражнение с партнером, акробатические, на гимнастической стенке. Упражнение с предметами	_____	_____
Самостоятельные занятия	Упражнения и простейшие программы по развитию силовых, координационных способностей и гибкости с предметами и без предметов, акробатические, с использованием гимнастических снарядов. Правила самоконтроля. Способы регулирования физическойнагруз		

Учащиеся должны знать:

- значение гимнастических упражнений для сохранения правильной осанки, развитие силовых способностей и гибкости; страховка и помощь во время занятий; обеспечение техники безопасности; упражнение для разогревания; основы выполнения гимнастических упражнений.

Учащиеся должны уметь:

- Помощь и страховка; демонстрация упражнений; выполнение обязанностей командира отделения; установка и уборка снарядов; составление с помощью учителей простейших комбинаций упражнений. Правила соревнований.
- Самостоятельное составление простейших комбинаций упражнений, направленных на развитие координационных и кондиционных способностей. Дозировка упражнений.

Спортивные игры и Подвижные игры

Основная направленность	КЛАССЫ				
	5	6	7	8	9
Баскетбол На овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек	Стойки игрока. Перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед. Остановка двумя шагами и прыжком. Повороты без мяча и с мячом Комбинации из освоенных элементов техники передвижений		_____	_____	_____

	(перемещения в стойке, остановка, поворот, ускорение)		
На освоение ловли и передача мяча	Ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча на месте и в движении без сопротивления защитника (в парах, тройках, квадрате, круге)	С пассивным сопротивлением защитника	
На освоение техники ведения мяча	Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке на месте, в движении по прямой, с изменением направления движения и скорости. Ведение без сопротивления защитника ведущей и неведущей руки С пассивным сопротивлением защитник		
На овладение техникой бросков мяча	Броски одной и двумя руками с места и в движении (после ведения, после ловли) без сопротивления защитника. Максимальное расстояние до корзины 3,60 м	То же с пассивным противодействием. Максимальное расстояние до корзины 4,80 м в прыжке	Броски одной и двумя руками в прыжке
На освоение индивидуальной техники защиты	Вырывание и выбивание мяча	Перехват мяча	_____
На закрепление техники владения мячом и развитие координационных способностей	Комбинация из освоенных элементов: ловля, передача, ведение, бросок		
На закрепление техники перемещений, владения мячом и развитие координационных способностей	Комбинация из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом		
На освоение тактики игры	<p>Тактика свободного нападения</p> <p>Позиционное нападение (5:0) без изменения позиций игроков</p> <p>Нападение быстрым прорывом (1:0)</p> <p>Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди»</p>	<p>_____</p> <p>С изменением позиции</p> <p>(2:1)</p>	<p>_____</p> <p>Позиционное нападение и личная защита в игровых взаимодействиях 2:2, 3:3, 4:4, 5:5, на одну корзину</p> <p>(3:1) _____</p> <p>Взаимодействие двух трех игроков в нападении и защите</p>

		_____	через «заслон»	
На овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей	Игра по упрощенным правилам мини-баскетбола Игры и игровые задания 2:1, 3:1, 3:2, 3:3	Игра по правилам мини-баскетбола	Игра по упрощенным правилам баскетбола	
ВОЛЕЙБОЛ На овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек	Стойки игрока. Перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед. Ходьба, бег и выполнение заданий (сесть на пол, встать, подпрыгнуть и др.) Комбинации из освоенных элементов техники передвижений(перемещение в стойке, остановки, ускорения)			
На освоение техники приема и передач мяча	Передача мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения. Передачи мяча над собой. То же через сетку.		Передача мяча над собой, во встречных колоннах. Отбивание мяча кулаком через сетку.	Передача мяча у сетки и в прыжке через сетку. Передача мяча сверху, стоя спиной к цели
На овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей	Игра по упрощенным правилам мини-волейбола Игра и игровые задания с ограниченным числом игроков (2:2, 3:2, 3:3) и на укороченных площадках	_____	Игра по упрощенным правилам волейбола	
На развитие координационных способностей (ориентирование в пространстве, быстрота реакции и перестроение двигательных действий, дифференцирование силовых, пространственных и временных параметров движений, способностей к согласованию движений и ритму)	Упражнения по овладению и совершенствованию в технике перемещений и владения мячом, типа бега с изменением направления, скорости, челночный бег с ведением и без ведения мяча и др; метание в цель различными мячами, жонглирование, упражнения на быстроту и точность реакции, прыжки в заданном ритме; всевозможные упражнения с мячом, выполнение также в сочетании с бегом, прыжками, акробатическими упражнениями и др. игровые упражнения типа 2:1, 3:1, 2:2, 3:2, 3:3			
На развитие выносливости	Эстафеты, круговая тренировка, подвижные игры с мячом, двусторонние игры длительностью от 20 с до 12мин			

На развитие скоростных и скоростно-силовых способностей	Бег с ускорением, изменением направления, темпа, ритма, из различных п. Ведение мяча в высокой, высокой низкой стойке с максимальной частотой в течение 7_10 с. Подвижные игры, эстафеты с мячом и без мяча. Игровые упражнения с набивным мячом, в сочетании с прыжками, метаниями и бросками мячей разного веса в цель и на дальность			
На освоение техники нижней прямой подачи	Нижняя прямая подача мяча расстояния 3_6 м от сетки	Нижняя прямая подача мяча через сетку	Нижняя прямая подача мяча. Прием подачи	Прием мяча, отраженного сеткой. Нижняя прямая подача мяча в заданную часть площадки
На освоение техники прямого нападающего удара	Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером			Прямой нападающий удар при встречных передачах
На закрепление техники владения мячом и развитие координационных способностей	Комбинации из освоенных элементов; прием, передача, удар			
На освоение тактики игры	Тактика свободного нападения Позиционное нападение без изменения позиций игроков(6:0)	Позиционное нападение с изменением позиций		Игра в нападение в зоне 3. Игра в защите
Самостоятельные занятия	Упражнения по совершенствованию координационных, скоростно-силовых, силовых способностей и выносливости. Игровые упражнения по совершенствованию технических приемов (ловля, передача, броски и удары в цель, ведение, сочетание приемов). Подвижные игры и игровые задания, приближенные к содержанию разучиваемых спортивных игр. Правила самоконтроля			

Учащиеся должны знать:

- Терминология избранной спортивной игры; техника ловли, передачи, ведение мяча или броска; тактика нападений (быстроты прорыв, расстановка игроков, позиционное нападение) и защиты (зональная и личная защита). Правила и организация избранной игры (цель и смысл игры, игровое поле, количество участников, поведение игроков в нападение и защите). Правила техники безопасности при занятиях спортивными играми.

Учащиеся должны уметь:

- Организация и проведение подвижных игр и игровых заданий, приближенных к содержанию разучиваемой игры, помощь в судействе, комплектование команды, подготовка места проведения игры.

Лыжная подготовка:

Основная направленность	КЛАССЫ				
	5	6	7	8	9
На освоение техники лыжных ходов	Попеременный двухшажный и одновременный бесшажный ходы. Подъем «полуелочкой». Торможение «плугом». Повороты переступанием. Прохождение дистанции 3 км	Одновременный двухшажный и бесшажный ходы. Подъем «елочкой». Торможение и поворот упором. Прохождение дистанции 3,5км. Игры: «остановка рывком», «эстафета с передачей палок», «с горки на горку» и др.	Одновременный одношажный ход. Подъем в гору скользящим шагом. Преодоление бугров и впадин при спуске с горы. Поворот на месте махом. Прохождение дистанции 4 км. Игры: «гонки с преследованием», и др.	Одновременный одношажный ход (стартовый вариант). Коньковый ход. Торможение и поворот «плугом». Прохождение дистанции 4,5 км. Игры: «гонки с выбыванием» «как по часам», и др.	Попеременный четырехшажный ход. Переход с попеременных ходов на одновременные. Преодоление контруклона. Прохождение дистанции до 5 км.

Учащиеся должны знать:

- Правила самостоятельного выполнения упражнений и домашних заданий. Значение занятий лыжным спортом для поддержания работоспособности. Виды лыжного спорта. Применения лыжных мазей. Требование к одежде и обуви занимающегося лыжами. Техника безопасности при занятиях лыжным спортом. Оказание помощи при обморожениях и травмах.

Учащиеся должны уметь:

- Попеременный двухшажный и одновременный бесшажный ходы. Одновременный одношажный ход, одновременный двухшажный и бесшажный ходы. Попеременный четырехшажный ход, переход с попеременных ходов на одновременные, коньковый ход. Подъем «полуелочкой» и «елочкой». Торможение и поворот «плугом». Поворот упором, повороты переступанием, поворот на месте махом. Преодоление контруклона.

Требования к уровню подготовки (Результаты обучения)

В результате освоения Обязательного минимума содержания учебного предмета «Физическая культура» учащиеся по окончании основной школы должны достигнуть следующего уровня развития физической культуры.

Знать:

- основы истории развития физической культуры в России
- педагогические, физиологические и психологические основы обучения двигательным действиям и воспитания физических качеств, современные формы построения занятий и систем занятий физическими упражнениями с разной функциональной направленностью;

- биодинамические особенности и содержание физических упражнений общеразвивающей и корригирующей направленности, основы их использования в решении задач физического развития и укрепления здоровья;
- физиологические основы деятельности систем дыхания, кровообращения и энергообеспечения при мышечных нагрузках, возможности их развития и совершенствования средствами физической культуры в разные возрастные периоды;
- возрастные особенности развития ведущих психических процессов и физических качеств, возможности формирования индивидуальных черт и свойств личности посредством регулярных занятий физической культурой;
- психофункциональные особенности собственного организма;
- индивидуальные способы контроля за развитием адаптивных свойств организма, укрепление здоровья и повышения физической подготовленности;
- способы организации самостоятельных занятий физическими упражнениями с разной функциональной направленностью, правила использования спортивного инвентаря и оборудования, принципы создания простейших спортивных сооружений и площадок;
- правила личной гигиены, профилактика травматизма и оказания доврачебной помощи при занятиях физическими упражнениями.

Уметь:

технически правильно осуществлять двигательные действия избранного вида спортивной специализации, использовать их в условиях соревновательной деятельности и организации собственного досуга;

- проводить самостоятельные занятия по развитию физических способностей, коррекции осанки и телосложения
- разрабатывать индивидуальный двигательный режим, подбирать и планировать физические упражнения, поддерживать оптимальный уровень индивидуальной работоспособности;
- контролировать и регулировать функциональное состояние организма при выполнении физических упражнений, добиваться оздоровительного эффекта и совершенствования физических кондиций;
- управлять своими эмоциями, эффективно взаимодействовать со взрослыми и сверстниками, владеть культурой общения;
- соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма на занятиях физическими упражнениями, оказывать первую медицинскую помощь при травмах и несчастных случаях;
- пользоваться современным спортивным инвентарём и оборудованием, специальными техническими средствами с целью повышения эффективности самостоятельных форм занятий физической культурой.

Двигательные умения, навыки и способности

В циклических и ациклических локомоциях: с максимальной скоростью пробегать 60 м из положения низкого старта; в равномерном темпе бегать до 20 мин (мальчики) и до 15 мин (девочки); после быстрого разбега с 9-13 шагов совершать прыжок в длину; выполнять с 9-13 шагов разбега прыжок в высоту способом «перешагивание».

В метаниях на дальность и на меткость : метать малый мяч и мяч 150 г с места и с разбега (10-12 м) с использованием четырёхшажного варианта бросковых шагов с соблюдением ритма; метать малый мяч и мяч 150 г с места и с трёх шагов разбега в горизонтальную и вертикальную цели с 10-15 м, метать малый мяч и мяч 150 г с места по медленно и быстро движущейся цели с 10-12м.

В гимнастических и акробатических упражнениях: выполнять акробатическую комбинацию из четырёх элементов, включающую кувырки вперёд и назад, стойку на голове и руках, длинный кувырок (мальчики), кувырок вперёд и назад в полушпагат, мост и поворот в упор стоя на одном колене (девочки).

В спортивных играх: играть в одну из спортивных игр (по упрощенным правилам).

В лыжной подготовки: передвижение лыжными ходами (попеременным двухшажным; одновременным бесшажным; одновременным двухшажным).

Повороты на месте (махом через лыжу вперёд и через лыжу назад), в движении (переступанием), при спусках (упором, полуплугом). Подъёмы (полуёлочкой, ёлочкой) и торможение (плугом, упором), спуски в низкой и основной стойке (по прямой и наискось). Преодоление небольшого трамплина на отлогом склоне.

Физическая подготовленность: должна соответствовать, как минимум, среднему уровню показателей развития основных физических способностей с учётом региональных условий и индивидуальных возможностей учащихся.

Способы физкультурно- оздоровительной деятельности: самостоятельно выполнять упражнения на развития быстроты, координации, силы, гибкости; соблюдать правила самоконтроля и безопасности во время занятия упражнениями.

Способы спортивной деятельности: участвовать в соревновании по лёгкой атлетике: бег 60м, метание, бег на выносливость; участвовать в соревнованиях по одному из видов спорта.

Правила поведения на занятиях физическими упражнениями: соблюдать нормы поведения в коллективе, правила безопасности, гигиену занятий и личную гигиену; помогать друг другу и учителю; поддерживать товарищей, имеющих недостаточную физическую подготовленность; проявлять активность, самостоятельность, выдержку и самообладание.

Уровень физической культуры, связанный с региональными и национальными особенностями, определяют региональные и местные органы управления физическим воспитанием. Уровень физической культуры других составляющих вариативной части (материал по выбору учителя, учащихся, определяемый самой школой, по углублённому изучению одного или нескольких видов спорта) разрабатывает и определяет учитель.

ПОЛОЖЕНИЕ ОБ ОЦЕНИВАНИИ И АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ НА ЗАНЯТИЯХ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРОЙ .

Общие положения

Настоящее Положение об оценивании обучающихся 2-11-х классов, по физической культуре разработано в соответствии со следующими нормативно правовыми документами в соответствии с Уставом школы и письмом Министерства образования РФ «Об оценивании и аттестации учащихся, отнесённых по состоянию здоровья к специальной медицинской группе для занятий физической культурой» от 31.10.2003 г. №13-51-263/123, с целью объективного, индивидуального оценивания каждого обучающегося на уроках физической культуры. Федеральным законом «Об образовании в Российской Федерации» от 27 декабря 2012г. №273-ФЗ (в ред. Фед. Законов от 07.05.2013г. №99-ФЗ, от 23.07.2013г. №203-ФЗ);

- Федеральным Законом Российской Федерации от 04.12.2007 г. №329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации»;

- Приказом Министерства образования Российской Федерации, Министерства Здравоохранения Российской Федерации, Госкомспорта Российской Федерации и Российской Академии образования от 16 июля 2002 г. №2715/227/166/19 «О совершенствовании процесса физического воспитания в образовательных учреждениях Российской Федерации»;

Организация уроков физической культуры.

В целях дифференцированного подхода к организации уроков физической культуры все обучающиеся в зависимости от состояния здоровья делятся на три группы: основную, подготовительную и специальную медицинскую группу. В начале каждого учебного года, медицинским работником школы заполняются листки здоровья в классном журнале с указанием медицинской группы каждого учащегося школы. Занятия в этих группах отличаются учебными объемом и структурой физической нагрузки, а также требованиями к уровню освоения учебного материала.

1. Обучающиеся, имеющие удовлетворительное состояние здоровья, относятся к основной медицинской группе.
2. Обучающиеся, с недостаточным физическим развитием и низкой физической подготовленностью или имеющие незначительные отклонения в состоянии здоровья, относятся к подготовительной медицинской группе. Этой категории обучающихся разрешается заниматься физической культурой по программе дня основной группы с учетом некоторых ограничений в объеме и интенсивности физических нагрузок (в том числе временных).
3. Обучающиеся, которые на основании медицинского заключения о состоянии их здоровья не могут заниматься физической культурой по программе для основной группы, относятся к специальной медицинской группе (СМГ). Специальную медицинскую группу разделяют на две подгруппы: подгруппу "А" (обучающиеся с обратимыми заболеваниями, которые после лечебно-оздоровительных мероприятий могут быть переведены в подготовительную группу) и подгруппу "Б" (обучающиеся с патологическими отклонениями, т.е. необратимыми заболеваниями). В связи с загруженностью спортивного зала образовательного учреждения, учащиеся, отнесенные к специальной медицинской группе, занимаются вместе с основной группой, но на основе индивидуального (дифференцированного) подхода.

1. Уроки физической культуры посещают все обучающиеся, имея с собой спортивную форму в соответствии с погодными условиями, видом спортивного занятия или урока, согласно требованиям техники безопасности и охраны труда. От физических нагрузок освобождаются учащиеся, предоставившие справку врачебно-контрольной комиссии на начало каждого учебного года.
2. Все обучающиеся, освобождённые от физических нагрузок, находятся в помещении спортивного зала или на спортивной площадке под присмотром учителя физической культуры.
3. Учащиеся, временно освобождённые от физической нагрузки, от предмета «физическая культура» не освобождаются. На уроке они изучают теоретические

вопросы, проявляют себя в судействе, оценивают технику движения занимающихся и т.п., получают соответствующие оценки и домашнее задание.

4. При пропуске уроков физической культуры учащийся обязан подтвердить причину отсутствия заверенной медицинской справкой или иным официальным документом, который передаётся классному руководителю.

5. Учитель физической культуры определяет вид, степень и уровень физических или иных занятий с данными учащимися на предстоящий урок:

- теоретическое изучение материала;
- интеллектуальные игры (шашки, шахматы);
- настольный теннис, бадминтон;
- усиленная помощь в судействе или организации урока.

Обучающиеся, рекомендованные к занятиям лечебной физкультурой, которые посещают специализированные кабинеты ЛФК во внеурочное время под присмотром врачей, по окончании прохождения курса ЛФК должны предоставить справку учителю физической культуры для получения оценки.

6. Спортивная форма для уроков физической культуры:

1. для зала

- 1-4 классы: майки или футболки одного цвета, спортивные шорты или брюки, носки, кеды (кроссовки).
- 5-11 классы майки или футболки, спортивные шорты или брюки, кеды(кроссовки) в соответствии с видом спорта, изучаемого по программе.

2. для улицы (осенний и весенний период) - спортивный костюм, майка, носки, кеды (кроссовки), в соответствии с погодой шапки, перчатки.

Критерии оценивания учебных достижений учащихся по физической культуре.

Учащиеся оцениваются на уроках физической культуры на оценку – 5 (отлично), в зависимости от следующих конкретных условий.

1. Имеет с собой спортивную форму в полном соответствии с погодными условиями, видом спортивного занятия или урока.
2. Выполняет все требования техники безопасности и правила поведения в спортивных залах и на стадионе. Соблюдает гигиенические правила и охрану труда при выполнении спортивных упражнений занятий.
3. Учащийся, имеющий выраженные отклонения в состоянии здоровья, при этом стойко мотивирован к занятиям физическими упражнениями. Есть существенные

положительные изменения в физических возможностях обучающихся, которые замечены учителем. Занимается самостоятельно в спортивной секции лицея, спортивной школе города, имеет спортивные разряды или спортивные успехи на соревнованиях любого ранга.

4. Постоянно на уроках демонстрирует существенные сдвиги в формировании навыков, умений и в развитии физических или морально-волевых качеств в течение четверти или полугодия. Успешно сдаёт или подтверждает все требуемые на уроках нормативы по физической культуре для своего возраста.

5. Выполняет все теоретические или иные задания учителя, овладел доступными ему навыками самостоятельных занятий оздоровительной, или корригирующей гимнастики, оказывает посильную помощь в судействе школьных соревнований между классами или организации классных спортивных мероприятий, владеет необходимыми навыками, теоретическими и практическими знаниями в области физической культуры.

Учащиеся оцениваются на уроках физической культуры на оценку – 4 (хорошо), в зависимости от следующих конкретных условий.

1. Имеет с собой спортивную форму в полном соответствии с погодными условиями, видом спортивного занятия или урока.
2. Выполняет все требованиям техники безопасности и правила поведения в спортивных залах и на стадионе. Соблюдает гигиенические требования и охрану труда при выполнении спортивных упражнений занятий.
3. Учащийся, имеющий выраженные отклонения в состоянии здоровья, при этом мотивирован к занятиям физическими упражнениями. Есть положительные изменения в физических возможностях обучающихся, которые замечены учителем.
4. Постоянно на уроках демонстрирует существенные сдвиги в формировании навыков, умений и в развитии физических или морально-волевых качеств в течение четверти или полугодия. Успешно сдаёт или подтверждает 80% всех требуемых на уроках нормативов по физической культуре, для своего возраста.
5. Выполняет все теоретические или иные задания учителя, овладел доступными ему навыками самостоятельных занятий оздоровительной, или корригирующей гимнастики, оказывает посильную помощь в судействе или организации урока, владеет также необходимыми теоретическими и практическими знаниями в области физической культуры.

Учащиеся оцениваются на уроках физической культуры на оценку – 3 (удовлетворительно), в зависимости от следующих конкретных условий.

1. Имеет с собой спортивную форму не в полном соответствии с погодными условиями, видом спортивного занятия или урока.

2. Выполняет все требования техники безопасности и правила поведения в спортивных залах и на стадионе. Соблюдает гигиенические требования и охрану труда при выполнении спортивных упражнений занятий.
3. Учащийся, имеющий выраженные отклонения в состоянии здоровья, при этом старателен, мотивирован к занятиям физическими упражнениями, есть незначительные, но положительные изменения в физических возможностях обучающегося, которые могут быть замечены учителем физической культуры.
4. Продемонстрировал не существенные сдвиги в формировании навыков, умений и в развитии физических или морально-волевых качеств в течение полугодия.
5. Частично выполняет все теоретические или иные задания учителя, овладел доступными ему навыками самостоятельных занятий оздоровительной или корригирующей гимнастики, необходимыми теоретическими и практическими знаниями в области физической культуры.

Учащиеся оцениваются на уроках физической культуры на оценку - 2 (неудовлетворительно), в зависимости от следующих конкретных условий:

1. Не имеет с собой спортивной формы в соответствии с погодными условиями, видом спортивного занятия или урока.
2. Не выполняет требования техники безопасности и охраны труда на уроках физической культуры.
3. Учащийся, не имеющий выраженных отклонения в состоянии здоровья, при этом не имеет стойкой мотивации к занятиям физическими упражнениями и динамике их физических возможностей, нет положительных изменений в физических возможностях обучающегося, которые должны быть замечены учителем.
4. Не продемонстрировал существенных сдвигов в формировании навыков, умений и в развитии физических или морально-волевых качеств.
5. Не выполнял теоретические или иные задания учителя, не овладел доступными ему навыками самостоятельных занятий оздоровительной или корригирующей гимнастики, необходимыми теоретическими и практическими знаниями в области физической культуры.

Особенности оценивания учебных достижений учащихся специальной медицинской группы.

Основной акцент в оценивании учебных достижений по физической культуре учащихся в группах СМГ должен быть сделан на **стойкой их мотивации к занятиям** физическими упражнениями и динамике их физических возможностей (при самых незначительных положительных изменениях в физических возможностях обучающихся выставляется положительная отметка).

Положительная отметка выставляется учащимся, регулярно посещающим занятия по физической культуре, старательно выполняющим задания учителя, овладевшим доступными конкретному ученику навыками самостоятельных занятий. оздоровительной гимнастики, необходимыми теоретическими знаниями в области физической культуры). ЛФК для детей с хроническими заболеваниями проводится в лечебно-профилактических учреждениях специалистами - медицинскими работниками, методистами. По мере улучшения состояния здоровья дети могут заниматься со здоровыми детьми своего класса, соблюдая условия урочной формы занятий. Текущая и итоговая аттестация учащихся по физической культуре. При выставлении четвертной, полугодовой, годовой и итоговой отметки по физической культуре учитывается прилежание, усердие в работе над собой и выполнение всех рекомендаций учителя физической культуры. Следовательно, итоговая оценка может отличаться от средней арифметической оценки. Все учащиеся, освобожденные от физических нагрузок, в конце каждой учебной четверти, полугодия и в конце учебного года получают итоговые оценки по указанным выше заданиям и выполненным домашним заданиям. Текущая отметка по физической культуре в группах СМГ выставляется с учетом успехов обучающегося в формировании навыков здорового образа жизни и рационального двигательного режима с тем, чтобы отметка способствовала развитию обучающегося, стимулировала его заниматься физической культурой.

Итоговая отметка по физической культуре в группах СМГ выставляется с учетом теоретических и практических знаний (двигательных умений и навыков, умений осуществлять физкультурно-оздоровительную и спортивно-оздоровительную деятельность), с учетом динамики физической подготовленности и прилежания.

В аттестаты об основном общем образовании и среднем (полном) общем образовании обязательно выставляется отметка по физической культуре всем обучающимся. Об оценивании обучающихся 2-11-х классов, освобождённых от практических занятий по физической культуре

Требования к посещению уроков обучающимися, освобожденными от практических занятий по физической культуре

1. Все обучающиеся, освобождённые от практических занятий по физической культуре, подтверждают факт освобождения заверенной медицинской справкой или иным официальным документом, который предоставляется классному руководителю или учителю физкультуры.

2. Все обучающиеся, освобождённые от практических занятий по физической культуре, в течение урока находятся в помещении спортивного зала или на стадионе под присмотром учителя физической культуры.

Критерии оценивания обучающихся.

1. Для обучающихся, освобожденных от практических занятий по физической культуре на период не более 50% одной четверти, учитель физической культуры определяет на урок теоретическое задание, которое соответствует запланированному в рабочей программе учебному материалу.

2. При оценивании знаний по предмету «Физическая культура» учитываются следующие показатели: глубина, полнота, аргументированность, умение использовать их применительно к конкретным случаям и занятиям физическими упражнениями.

С целью проверки знаний используются следующие методы: опрос, тестирование.

Оценка 5

За ответ, в котором учащийся демонстрирует глубокое понимание сущности материала;

логично его излагает, используя в деятельности.

оценка 4

За тот же ответ, если в нем содержатся небольшие неточности и незначительные ошибки.

оценка 3

За ответ, в котором отсутствует логическая последовательность, имеются пробелы в знании материала, нет должной аргументации и умения использовать знания на практике.

оценка 2

За незнание материала программы, отказ от выполнения задания учителя.

3. Учитель физической культуры может оценить положительно (оценкой 4 или 5) помощь обучающегося в проведении судейства, соревнований и тд.

4. Для обучающихся 2-4-х классов, освобождённых от практических занятий по физической культуре, учитель физической культуры определяет на урок теоретическое задание, которое соответствует запланированному в рабочей программе учебному материалу.

5. Обучающиеся, освобождённые от практических занятий по физической культуре на период более 50% четверти (в том числе на полугодие или учебный год) готовят по физической культуре письменные сообщения (5-8 классы, 10-е классы), рефераты (9,11-е классы).

Требования к подготовке и выполнению письменных сообщений, рефератов по физической культуре.

1. Тема письменного сообщения, реферата определяется учителем физкультуры исходя из содержания программного материала.
2. Письменное сообщение, реферат являются самостоятельной работой обучающегося.
3. Письменное сообщение готовится в объёме не более 2-х страниц печатного текста (14 шрифт, 1,5 интервал). Реферат не более 10 страниц печатного текста (14 шрифт, 1,5 интервал).

Структура реферата:

- в вводной части – ответить на вопрос: почему эта тема так важна для общества и тебя лично;
- краткая характеристика вида спорта или оздоровительной системы, её особенности, разновидности и основные правила;
- история развития и состояние на сегодняшний день, достижения и перспективы развития в будущем (школы, город, Россия, мир + выбор, олимпийские достижения – обязательно)
- значение данного вида спорта или оздоровительной системы для развития у спортсменов:
 - а) физических качеств (быстроты, выносливости и т.п.).
 - б) основы техники или системы упражнений по данному виду спорта.
 - в) развитие психологических, эстетических, нравственных (личностных) качеств.
 - г) основы тактических действий при взаимодействии, играя в нападении и защите.
 - д) требования по технике безопасности при проведении самостоятельных занятий и тренировок, и на соревнованиях данного вида спорта.
- заключение: значение данного вида спорта (системы упражнений) для физического и личностного развития. Достижения школы (команды, личностные достижения, планы на будущее).

Письменное сообщение и реферат проходят процедуру устной защиты основных положений.

МЕСТО УЧЕБНОГО КУРСА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

Курс «Физическая культура» изучается с 5 по 9 класс из расчёта 3 ч в неделю: в 5 классе — 102 ч, в 6 классе — 102 ч, в 7 классе — 102 ч, в 8 классе — 102 ч, в 9 классе — 102 ч. Третий час на преподавание учебного предмета «Физическая

культура» был введен приказом Минобрнауки от 30 августа 2010 г. № 889. В приказе было указано: «Третий час учебного предмета «Физическая культура» использовать на увеличение двигательной активности и развитие физических качеств обучающихся, внедрение современных систем физического воспитания».

Рабочая программа рассчитана на 510 ч на пять лет обучения (по 3 ч в неделю).

Распределение учебного времени на различные виды программного материал уроков физической культуры (сетка часов)

Тема	Авторская	Рабочая	Количество часов				
			Классы				
			5 класс	6 класс	7 класс	8 класс	9 класс
Базовая часть		68	68	68	68	68	68
Знания о физической культуре	В процессе уроков						
Гимнастика с элементами акробатики		14	14	14	14	14	14
Легкая атлетика		14	14	14	14	14	14
Лыжная подготовка		15	15	15	15	15	15
Спортивные игры (волейбол, баскетбол)		25	25	25	25	25	25
Вариативная часть	34		34	34	34	34	34
плавание	34		34	34	34	34	34
Общее количество часов	34	68	102				
ИТОГО			510 часов				

**Календарно-тематическая программа для 5 класса
Контрольных 31**

№	Дата проведения		Тема урока	Тип урока	Планируемые результаты			Виды формы контроля
	По плану	По факту			Предметные результаты	Метапредметные результаты	Личностные результаты	
1			Лёгкая атлетика Повторение пройденного материала за 4 класс	Вводный	Знать требования инструкций ТБ. Научиться выполнять технически правильно двигательные действия.	Р- понимать цель выполняемых действий; выполнять действия, руководствуясь инструкцией учителя	Простейшие наблюдения за собственным физическим развитием; умение принимать творческие решения в процессе подвижных игр и соревнований;	Самоконтроль
2			Высокий старт и бег 15 - 30 м Метание мяча в вертикальную цель с 7 метров.	Совершенствование Игровая деятельность	Знать основы истории развития физкульт в России	П-осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий, используя справочные материалы учебника К- излагать свое мнение задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в команде.		Учительский контроль Взаимоконтроль
3			Тестирован бег 60 м Метание мяча в вертикальную цель с 7 метров.	Комбинированный изучение, тестирование	Научиться выполнять технически правильно двигательные действия..			Контроль учителя

4			Метание мяча с 4 – 5 шагов разбега. Подвижные игры.	Совершенствование Игровая деятельность	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	Р- понимать цель выполняемых действий;	умение участвовать в диалоге	Самоконтроль Взаимоконтроль Учительский контроль
5			Прыжок в длину с разбега с 7-9 шагов разбега. Подвижные игры.	Разучивание	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	П-осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий, используя справочные материалы учебника		Самоконтроль
6			Прыжок в длину с разбега. Подвижные игры.	Комбинированный Совершенствование Игровая деятельность		К- излагать свое мнение задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в команде.	Элементарно обосновывать качество выполнения физических упражнений: Простейшие наблюдения за собственным физическим развитием;	Самоконтроль Контроль учителя
7			Бег 1000 метров	Совершенствование тестирование	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	Р- понимать цель выполняемых действий; выполнять действия, руководствуясь инструкцией учителя, правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	умение принимать творческие решения в процессе подвижных игр и соревнования	Взаимоконтроль

8			челночный бег, прыжки в длину с места.	Комбинированный тестирование Игровая деятельность	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	Р-определять цель, проблему в деятельности осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий, используя справочные материалы учебника; различать, группировать подвижные и спортивные игры;	Способность понимать и принимать эмоциональ ное состояние других людей Осознавать и проявлять себя гражданином России в добрых словах и делах. Стремление осваивать новые роли и правила	Контроль учителя
9			Баскетбол Стойки. Перемещения, остановки и поворота.	Комбинированный изучение Игровая деятельность	Уметь: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	характеризовать основные физические качества; группировать игры по видам спорта; К- излагать свое мнение задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений договариваться и приходиться к общему решению, работая в паре, в команде.	Стремление критически осмысливать свое поведение Способность справляться с агрессией и эгоизмом Способность выбирать, как поступить в чрезвычай ных ситуациях и отвечать за свой выбор	Самоконт роль Взаимо контроль Учитель ский контроль
10			Ловля и передача мяча. Стойки. Перемещения, остановки и поворота.	Комбинированный Совершенствование Игровая деятельность	Уметь: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга			Самоконт роль
11			Стойки. Перемещения, остановки и поворота. Ловля и передача мяча.	Комбинированный Игровая деятельность Зачёт	Уметь: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий, используя справочные материалы учебника; различать, группировать подвижные и спортивные игры;		Контроль учителя

12			бросок мяча по кольцу с места и в движении. Ловля и передача мяча	Комбинированный Совершенство Игровая деятельность	Уметь: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	Р-понимать цель выполняемых действий; выполнять действия, руководствуясь инструкцией учителя; адекватно оценивать правильность выполнения задания; использовать технические приёмы при выполнении физических упражнений; анализировать результаты выполненных заданий по заданным критериям (под руководством учителя);	Осознавать свой мировоззренческий выбор Осознавать целостность мира и многообразие взглядов на него.	Самоконтроль
13			бросок мяча по кольцу с места и в движении. . Ведения мяча	Комбинированный Игровая деятельность	Знания: техника безопасности Умения: соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма, оказывать первую помощь при травмах	К-работать в паре, группе, выполнять роли П-логически обосновывать ;характеризовать основные физические качества;	понимание значения физической культуры для укрепления здоровья человека мотивация к выполнению закаляющих процедур уважительного отношения к физической культуре как важной части общей культуры.	Контроль учителя
14			бросок мяча по кольцу с места и в движении. Ведения мяча	Комбинированный изучение Игровая деятельность зачёт	Уметь: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга			Самоконтроль Учительский контроль Взаимоконтроль
15			Ведения мяча Учебная игра	Комбинированный Совершенство Игровая деятельность	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга		Элементарно обосновывать качество выполнения физических упражнений:	Самоконтроль Взаимоконтроль Учитель
16			Учебная игра	Игровая	Научиться: правильно	Р-понимать цель		Самоконт

				деятельность	осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	выполняемых действий;выполнять действия, руководствуясь инструкцией учителя;адекватно оценивать правильность выполнения задания; использовать технические приёмы при выполнении физических упражнений;анализировать результаты выполненных заданий по заданным критериям (под руководством учителя);		роль
17/ 1			Учебная игра	Игровая деятельность	Уметь: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	К-мнение подтверждать фактами Р-понимать цель выполняемых действий;выполнять действия, руководствуясь инструкцией учителя;адекватно оценивать правильность выполнения задания; использовать технические приёмы при выполнении физических упражнений;анализировать результаты выполненных заданий по заданным критериям (под руководством учителя);	Аргументированная оценка своих и чужих поступков в однозначных и чрезвычайных ситуациях	Самоконтроль Взаимоконтроль
18/ 2			Лыжные гонки. Одновременно безшажный ход	изучение	Уметь: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	вносить коррективы в свою работу К- излагать свое мнение задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений договариваться	Стремление критически осмысливать свое поведение	Контроль учителя
19/ 4			Одновременно безшажный ход	Зачёт	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации			Контроль учителя

					собственного досуга	и приходите к общему решению, работая в паре, в команде.		
20/ 5			Попеременно двухшажный ход.	изучение	Уметь: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	П- делать выводы,	Элементарно обосновывать качество выполнения физических упражнений:	Самоконтроль Взаимоконтроль
21/ 6		Попеременно двухшажный ход.	Совершенствование	Уметь: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	Р-понимать выполняемых цель обобщения действий;выполнять действия, руководствуясь инструкцией учителя;адекватно оценивать правильность выполнения задания; использовать технические приёмы при выполнении физических упражнений;анализировать результаты выполненных заданий по заданным критериям (под руководством учителя);			Взаимоконтроль
22/ 7			Попеременно двухшажный ход.	Зачёт	Уметь: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	вносить коррективы в свою работу К- излагать свое мнение задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений договариваться и приходите к общему решению, работая в паре, в команде.	мотивация к выполнению закаливающих процедур	Контроль учителя Взаимоконтроль Учительский контроль
23/ 8			Бег на лыжах классическим ходом 3 км.	Совершенствование	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и	Р-понимать цель выполняемых действий;выполнять действия, руководствуясь инструкцией		

					организации собственного досуга	учителя; адекватно оценивать правильность выполнения задания; использовать технические приёмы при выполнении физических упражнений; анализировать результаты выполненных заданий по заданным критериям (под руководством учителя);		
24/ 9			бег на лыжах	тестирование	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	вносить коррективы в свою работу К- излагать свое мнение задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в команде. П- делать выводы,	Элементарно обосновывать качество выполнения физических упражнений:	Контроль учителя Взаимо контроль
25/ 10			Гимнастика перестроение из колонны по одному в колонну по два, четыре дроблением и сведением и обратное перестроение из колонны по четыре, два разведением и слиянием. Комбинация из всех изученных элементов.	изучение				Самоконтроль Взаимо контроль

26/ 11			Комбинация Кувырок вперед, правая скрестно перед левой и поворот кругом в упор присев 2. Кувырок назад 3. Перекатом назад стойка на лопатках Перекатом вперед упор присев и о. с.	Закрепление	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга			Взаимо контроль
27/ 12			Комбинация из всех изученных элементов	Зачёт	Уметь: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	вносить коррективы в свою работу К- излагать свое мнение задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в команде.		Контроль учителя
28/ 13			Опорный прыжок через козла вскок в Упор присев и соскок прогибаясь с козла в ширину на высоте 80-100 см.	изучение	Уметь: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	К-мнение подтверждать фактами		Учитель ский контроль Самоконт роль
29/ 14			Опорный прыжок через козла	Закрепление	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	вносить коррективы в свою работу		Самоконт роль

30/15			Опорный прыжок через козла	Совершенствование	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	К- излагать свое мнение задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в команде. П- делать выводы,		Взаимоконтроль Самоконтроль Взаимоконтроль
31/16			Опорный прыжок через козла	Совершенствование	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга		.Элементарно обосновывать качество выполнения физических упражнений:	Контроль учителя
32/17			опорный прыжок	Зачёт	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	Р-понимать выполняемых цель обобщения действий;выполнять действия, руководствуясь инструкцией учителя;адекватно оценивать правильность выполнения задания; использовать технические приёмы при выполнении физических упражнений;анализировать результаты выполненных заданий по заданным критериям (под руководством учителя);		Контроль учителя
33/18			Игровая деятельность	Совершенствование	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга			
34/1			Гимнастика Перекладина 1. Из виса стоя сзади толчком двумя ногами вис согнувшись 2. Вис прогнувшись 3. Вис согнувшись и	изучение	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	вносить коррективы в свою работу К- излагать свое мнение задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений договариваться и приходить к общему		Взаимоконтроль Учительский контроль

			<p>перемахом согнув ноги опускание в вис присев 4. Вис стоя и прыжком в упор 5. Перемах правой в упор ноги врозь. 6. Соскок перемахом левой с поворотом направо</p>			<p>решению, работая в паре, в команде.</p>		
35/2			<p>Комбинация на перекладине Комбинация на жерди 1. Из вися на в/ж вис согнув ноги 2. Вис присев на н/ж 3. Толчком ног вис лежа ноги врозь правой 4. Перемах левой в вис лежа на н/ж 5. Перехватом рук упор сзади Махом вперед соскок с поворотом налево в лазанье по канату в три приема</p>	Закрепление	<p>Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга</p>	<p>Р-планировать деятельность К- излагать свое мнение задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений договариваться и приходиться к общему решению, работая в паре, в команде.</p>		Самоконтроль
36/3			<p>Комбинация на брусках 1. На концах жердей прыжком упор и передвижение до середины брусков 2. Махом ногами вперед сед ноги</p>	Закрепление	<p>Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга</p>	<p>К-различать аксиомы, догматы, теории К- излагать свое мнение задавать вопросы</p>	<p>Элементарно обосновывать качество выполнения физических упражнений:</p>	Самоконтроль Взаимоконтроль

			<p>врозь</p> <p>3. Перемахом правой сед на правом бедре, держась правой рукой, левую в сторону</p> <p>4. Хватом левой впереди правой ноги толчком правой руки соскок с поворотом направо кругом, приземлиться левым боком к брусьям</p> <p>Комбинация на бревне</p> <p>в лазанье по канату в три приема</p>			<p>уточняющего характера по выполнению физических упражнений договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в команде.</p>	
37/4			<p>Комбинация на брусьях параллельных, на бревне.</p> <p>И. п. — стойка правая перед левой, руки вверх.</p> <p>1. Два приставных шага с левой ноги</p> <p>2. Два приставных шага с правой ноги</p> <p>3. Шаг правой и поворот налево кругом, руки в стороны</p> <p>4. Шаг правой и, приставляя левую, поворот налево кругом на носках, руки вниз</p>	Совершенство	Уметь: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга		<p>Самоконтроль</p> <p>Взаимоконтроль</p>

			5. Упор присев Соскок прогибаясь вправо в лазанье по канату в три приема					
38/ 5			Комбинаций на снарядах Комбинация на брусьях параллельных, на бревне	Комбинированн ый Совершенствова ние Зачёт	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга		Элементарно обосновывать качество выполнения физических упражнений:	Контроль учителя Самоконт роль Взаимо контроль
39/ 6		Комбинация на перекладине и жерди.	Зачёт	Уметь: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	К- излагать свое мнение задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в команде.	Контроль учителя		
40/ 7		Волейбол Стойки и перемещения. Передача мяча сверху на месте и после перемещения.	Комбинированн ый изучение Игровая деятельность	Уметь: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	К-излагать свое мнение К- излагать свое мнение задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в команде.	Самоконт роль		
41/ 8		Передача мяча сверху на месте и после перемещения и над собой.	Комбинированн ый Закрепление Игровая деятельность	Уметь: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	Р-понимать цель выполняемых действий;выполнять действия, руководствуясь	Контроль учителя Взаимо контроль		

42/ 9			Передача мяча сверху над собой. нижняя прямая подача.	Комбинированн ый Совершенствова ние Игровая деятельность	Уметь: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	инструкцией учителя;адекватно оценивать правильность выполнения задания; использовать технические приёмы при выполнении физических упражнений;анализировать результаты выполненных заданий по заданным критериям (под руководством учителя);	Простейшие наблюдения за собственным физическим развитием;	Контроль учителя Самоконт рольУчитель ский контроль
43/ 10			Передача мяча сверху над собой. нижняя прямая подача.	Комбинированн ый Игровая деятельность Зачёт	Уметь: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	К- излагать свое мнение задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в команде.		Контроль учителя
44/ 11			нижняя прямая подача.	Комбинированн ый изучение Игровая деятельность	Уметь: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	К-излагать свое мнение К- излагать свое мнение задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в команде.	умение принимать творческие решения в процессе подвижных игр и соревнований;	Самоконт роль Взаимо контроль
45/ 12			нижняя прямая подача.	Комбинированн ый Совершенствова ние Игровая деятельность	Научиться : правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	К- излагать свое мнение задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений договариваться и приходить к общему		Самоконт роль

						решению, работая в паре, в команде.		
46/13			Нижняя прямая подача.	Комбинированный Игровая деятельность	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга			Контроль учителя Самоконтроль
47/14			Учебная игра	Игровая деятельность				Самоконтроль
48/15			Лыжная подготовка. полу коньковый ход	изучение		К- излагать свое мнение задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений	умение участвовать в диалоге	Контроль учителя Самоконтроль
49/16			полу коньковый ход	Совершенствование		договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в команде.		Взаимоконтроль
50/17			Полу коньковый ход	Зачёт	Знать: техника безопасности Научиться: соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма, оказывать первую помощь при травмах	К-излагать свое мнение К-излагать свое мнение задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в команде.		Контроль учителя Взаимоконтроль
51/18			Подъём полуёлочкой. Торможение плугом. Повороты переступанием.	изучение	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	Р-понимать цель выполняемых действий;выполнять действия, руководствуясь инструкцией учителя;адекватно оценивать правильность		Взаимоконтроль

52/ 19			Подъём полуёлочкой. Торможение плугом. Повороты переступанием.	Закрепление	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	выполнения задания; использовать технические приёмы при выполнении физических упражнений; анализировать результаты выполненных заданий по заданным критериям (под руководством учителя);		Самоконт роль
53/ 20			Подъём полуёлочкой. Торможение плугом. Повороты переступанием.	Зачёт	Научиться: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	вносить коррективы в свою работу Р-планировать деятельность К- излагать свое мнение задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в команде.		Взаимо контроль Контроль учителя
54/ 1			Волейбол Передачи мяча через сетку	Комбинированный Совершенствование Игровая деятельность	Научиться: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	К- уметь сотрудничать с одноклассником. Р-понимать цель выполняемых действий; выполнять действия, руководствуясь инструкцией		Самоконт роль
55/ 2			нижняя прямая подача	Комбинированный изучение Игровая деятельность	Знания: техника безопасности Умения: соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма, оказывать первую помощь при травмах	учителя; адекватно оценивать правильность выполнения задания; использовать технические приёмы при выполнении физических упражнений; анализировать результаты выполненных заданий по заданным	самостоятельно выполнять задания;	Самоконт роль

						критериям (под руководством учителя);		
56/3			Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнёром	Комбинированный Совершенствование Игровая деятельность	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	вносить коррективы в свою работу		Самоконтроль
57/4			Нижняя прямая подача.	Зачёт	Научиться: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	П-анализировать и обобщать, делать вывод Р-понимать цель выполняемых действий; выполнять действия, руководствуясь инструкцией учителя; адекватно оценивать правильность выполнения задания; использовать технические приёмы при выполнении физических упражнений; анализировать результаты выполненных заданий по заданным критериям (под руководством учителя);		Взаимоконтроль
58/5			Легкая Атлетика Прыжки в высоту с 3-5 шагов разбега способом перешагивания.	Закрепление	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и	К-излагать свое мнение задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений	изменять физическую нагрузку с учетом самочувствия;	Самоконтроль

					организации собственного досуга	договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в команде.		
59/6			Прыжки в высоту с 3-5 шагов разбега способом перешагивания.	Совершенствование	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	К- уметь сотрудничать с одноклассник. Р-понимать цель выполняемых действий;выполнять действия, руководствуясь инструкцией учителя;адекватно оценивать правильность выполнения задания; использовать технические приёмы при выполнении физических упражнений;анализировать результаты выполненных заданий по заданным критериям (под руководством учителя);	уметь сотрудничать в коллективе сверстников	Самоконтроль
60/7		Прыжки в высоту с 3-5 шагов разбега способом перешагивания.	Зачёт	Научиться: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	Взаимоконтроль Контроль учителя			
61/8			Баскетбол Ведение мяча с изменением высоты отскока и скорости движения	Комбинированный Совершенствование Игровая деятельность	Научиться: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	вносить коррективы в свою работу П-анализировать и обобщать, делать выв Р-понимать цель выполняемых действий;выполнять действия, руководствуясь инструкцией учителя;адекватно оценивать правильность выполнения задания; использовать технические приёмы при выполнении физических упражнений;анализировать результаты выполненных заданий по заданным	Умение опираться на вечные нравственные ценности	Взаимоконтроль
								Самоконтроль

						критериям (под руководством учителя);		
62/9			Ведение мяча с изменением высоты отскока и скорости движения	Совершенствование	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	вносить коррективы в свою работу К-излагать свое мнение задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в команде.		Взаимо контроль Контроль учителя
63/10			ведение мяча и бросок в движении	Зачёт	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга			Самоконтроль
64/11			Бросок после ведения различным способом.	Комбинированный Совершенствование Игровая деятельность	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	К- уметь сотрудничать с одноклассник. Р-понимать цель выполняемых действий;выполнять действия,руководствуясь инструкцией	Сдерживать свои эмоции	Самоконтроль Самоконтроль Взаимо контроль Учитель
65/12			Бег 2000 м	тестирование	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	учителя;адекватно оценивать правильность выполнения задания; использовать технические приёмы при выполнении физических упражнений;анализировать результаты выполненных заданий по заданным критериям (под руководством учителя);		Взаимо контроль Контроль учителя
66/13			тестирование Бег 60 м Метание мяча Прыжки в длину с разбега согнув ноги	тестирование	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	вносить коррективы в свою работу	Способность сознавать свои эмоции, адекватно их выражать и контролировать	Взаимо контроль Контроль учителя

67/ 14			Тестирование Челночный бег подтягивание	тестирование	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	П-анализировать и обобщать, делать выводы-понимать цель выполняемых действий;выполнять действия, руководствуясь инструкцией учителя;адекватно оценивать правильность выполнения задания; использовать технические приёмы при выполнении физических упражнений;анализировать результаты выполненных заданий по заданным критериям (под руководством учителя);		Взаимо контроль
68/ 15			Футбол Ведение мяча и удар по воротам.	Комбинированный изучение Игровая деятельность	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	вносить коррективы в свою работу		Взаимо контроль
69/ 16			Ведение мяча и удар по воротам	Совершенствование	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	К-излагать свое мнение задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в команде.		Самоконтроль
70/ 17			Ведение мяча и удар по воротам	Комбинированный Игровая деятельность Зачёт	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	К- уметь сотрудничать с одноклассником. Р-понимать цель выполняемых действий;выполнять действия, руководствуясь инструкцией учителя; адекватно оценивать правильность выполнения	Осознавать целостность мира и многообразие взглядов на него.	Взаимо контроль Контроль учителя Самоконтроль

						задания; использовать технические приёмы при выполнении физических упражнений; анализировать результаты выполненных заданий по заданным критериям (под руководством учителя);		
--	--	--	--	--	--	---	--	--

Календарно-тематическая программа для 6 класса Контрольных 31

№	Дата проведения		Тема урока	Тип урока	Планируемые результаты			Виды формы контроля
	По плану	По факту			Предметные результаты	Метапредметные результаты	Личностные результаты	
1	6.09		Лёгкая атлетика Повторение пройденного материала за 5 класс	Вводный	Знать требования инструкций ТБ. Научиться выполнять технически правильно двигательные действия.	Р- понимать цель выполняемых действий; выполнять действия, руководствуясь инструкцией учителя	Простейшие наблюдения за собственным физическим развитием; умение принимать творческие решения в процессе подвижных игр и соревнований;	Самоконтроль
2	7.09		Высокий старт и бег 15 - 30 м Метание мяча в вертикальную цель с 8-10 метров.	Совершенствование Игровая деятельность	Знать основы истории развития физкульт в России	П-осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий, используя справочные материалы учебника		Учительский контроль Взаимоконтроль
3	13.09		Тестирован бег 60 м Метание мяча в вертикальную цель с 8-10 метров.	Комбинированный изучение, тестирование	Научиться выполнять технически правильно двигательные действия..	К- излагать свое мнение задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений договариваться и приходить к общему		Контроль учителя

						решению, работая в паре, в команде.		
4	14.09		Метание мяча с 4 – 5 шагов разбега. Подвижные игры.	Совершенствование Игровая деятельность	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	Р- понимать цель выполняемых действий;	умение участвовать в диалоге	Самоконтроль Взаимный контроль Учительский контроль
5	20.09		Прыжок в длину с разбега с 7-9 шагов разбега. Подвижные игры.	Разучивание	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	П-осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий, используя справочные материалы учебника		Самоконтроль
6	21.09		Прыжок в длину с разбега. Подвижные игры.	Комбинированный Совершенствование Игровая деятельность		К- излагать свое мнение задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в команде.	Элементарно обосновывать качество выполнения физических упражнений: Простейшие наблюдения за собственным физическим развитием;	Самоконтроль Контроль учителя
7	27.09		Бег 1200 метров	Совершенствование тестирование	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	Р- понимать цель выполняемых действий; выполнять действия, руководствуясь инструкцией учителя, правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга		умение принимать творческие решения в процессе подвижных игр и соревнований

8	28.09		челночный бег, прыжки в длину с места.	Комбинированн ый тестирование Игровая деятельность	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	Р-определять цель, проблему в деятельности осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий, используя справочные материалы учебника; различать, группировать подвижные и спортивные игры;	Способность понимать и принимать эмоциональ ное состояние других людей Осознавать и проявлять себя гражданином России в добрых словах и делах. Стремление осваивать новые роли и правила	Контроль учителя
9	4.10		Баскетбол Стойки. Перемещения, остановки и поворота.	Комбинированн ый изучение Игровая деятельность	Уметь: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	характеризовать основные физические качества; группировать игры по видам спорта; К- излагать свое мнение задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в команде.	Стремление критически осмысливать свое поведение Способность справляться с агрессией и эгоизмом Способность выбирать, как поступить в чрезвычай ных ситуациях и отвечать за свой выбор	Самоконт роль Взаимо контроль Учитель ский контроль
10	5.10		Ловля и передача мяча. Стойки. Перемещения, остановки и поворота.	Комбинированн ый Совершенствова ние Игровая деятельность	Уметь: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга			Самоконт роль
11	11.10		Стойки. Перемещения, остановки и поворота. Ловля и передача мяча.	Комбинированн ый Игровая деятельность Зачёт	Уметь: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий, используя справочные материалы учебника; различать, группировать подвижные и спортивные игры;		Контроль учителя

12	12.10		бросок мяча по кольцу с места и в движении. Ловля и передача мяча	Комбинированный Совершенство Игровая деятельность	Уметь: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	Р-понимать цель выполняемых действий; выполнять действия, руководствуясь инструкцией учителя; адекватно оценивать правильность выполнения задания; использовать технические приёмы при выполнении физических упражнений; анализировать результаты выполненных заданий по заданным критериям (под руководством учителя);	Осознавать свой мировоззренческий выбор Осознавать целостность мира и многообразие взглядов на него.	Самоконтроль
13	18.10		бросок мяча по кольцу с места и в движении. . Ведения мяча	Комбинированный Игровая деятельность	Знания: техника безопасности Умения: соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма, оказывать первую помощь при травмах	К-работать в паре, группе, выполнять роли П-логически обосновывать ;характеризовать основные физические качества;	понимание значения физической культуры для укрепления здоровья человека мотивация к выполнению закаляющих процедур уважительного отношения к физической культуре как важной части общей культуры.	Контроль учителя
14	19.10		бросок мяча по кольцу с места и в движении. Ведения мяча	Комбинированный изучение Игровая деятельность зачёт	Уметь: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга			Самоконтроль Учительский контроль Взаимоконтроль
15	25.10		Ведения мяча Учебная игра	Комбинированный Совершенство Игровая деятельность	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга		Элементарно обосновывать качество выполнения физических упражнений:	Самоконтроль Взаимоконтроль Учитель
16	26.10		Учебная игра	Игровая	Научиться: правильно	Р-понимать цель		Самоконт

				деятельность	осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	выполняемых действий;выполнять действия, руководствуясь инструкцией учителя;адекватно оценивать правильность выполнения задания; использовать технические приёмы при выполнении физических упражнений;анализировать результаты выполненных заданий по заданным критериям (под руководством учителя);		роль
17/1	8.11		Учебная игра	Игровая деятельность	Уметь: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	К-мнение подтверждать фактами Р-понимать цель выполняемых действий;выполнять действия, руководствуясь инструкцией учителя;адекватно оценивать правильность выполнения задания; использовать технические приёмы при выполнении физических упражнений;анализировать результаты выполненных заданий по заданным критериям (под руководством учителя);	Аргументированная оценка своих и чужих поступков в однозначных и чрезвычайных ситуациях	Самоконтроль Взаимоконтроль
18/2	9.11		Лыжные гонки. Одновременно безшажный ход	изучение	Уметь: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	вносить коррективы в свою работу К- излагать свое мнение задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений договариваться	Стремление критически осмысливать свое поведение	Контроль учителя
19/4	15.11		Одновременно безшажный ход	Зачёт	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации			Контроль учителя

					собственного досуга	и приходите к общему решению, работая в паре, в команде. П- делать выводы,		
20/5	16.11		Попеременно двухшажный ход.	изучение	Уметь: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга		Элементарно обосновывать качество выполнения физических упражнений:	Самоконтроль Взаимоконтроль
21/6	22.11		Попеременно двухшажный ход.	Совершенствование	Уметь: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	Р-понимать выполняемых цель обобщения действий;выполнять действия, руководствуясь инструкцией учителя;адекватно оценивать правильность выполнения задания; использовать технические приёмы при выполнении физических упражнений;анализировать результаты выполненных заданий по заданным критериям (под руководством учителя);		Взаимоконтроль
22/7	23.11		Попеременно двухшажный ход.	Зачёт	Уметь: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	вносить коррективы в свою работу К- излагать свое мнение задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений договариваться и приходите к общему решению, работая в паре, в команде.	мотивация к выполнению закаливающих процедур	Контроль учителя Взаимоконтроль Учительский контроль
23/8	29.11		Бег на лыжах классическим ходом 3 км.	Совершенствование	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и	Р-понимать цель выполняемых действий;выполнять действия, руководствуясь инструкцией		Взаимоконтроль

					организации собственного досуга	учителя; адекватно оценивать правильность выполнения задания; использовать технические приёмы при выполнении физических упражнений; анализировать результаты выполненных заданий по заданным критериям (под руководством учителя);		
24/ 9	30.11		бег на лыжах	тестирование	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	вносить коррективы в свою работу К- излагать свое мнение задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в команде. П- делать выводы,	Элементарно обосновывать качество выполнения физических упражнений:	Контроль учителя Взаимо контроль
25/ 10	6.12	Гимнастика Освоение строевого шага. Размыкание с поворотом. Комбинация из всех изученных элементов.	изучение					Самоконтроль Взаимо контроль
26/ 11	7.12		Комбинация. Из стойки ноги врозь, руки вверх, наклоном назад «мост» с помощью. 2. Лечь и, поднимая туловище, упор сидя сзади, перекатом назад стойка на лопатках (держась) 3. Перекатом вперед упор присев	Закрепление	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга			Взаимо контроль

			4.Кувырок назад в упор присев 5. Кувырок вперед и прыжок вверх прогибаясь.					
27/ 12	13.12		Комбинация из всех изученных элементов	Зачёт	Уметь: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	вносить коррективы в свою работу К- излагать свое мнение задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в команде.		Контроль учителя
28/ 13	14.12		Опорный прыжок через козла в ширину на высоте 100-110 см.	изучение	Уметь: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	К-мнение подтверждать фактами		Учительский контроль Самоконтроль
29/ 14	20.12		Опорный прыжок через козла	Закрепление	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	вносить коррективы в свою работу		Самоконтроль
30/ 15	21.12		Опорный прыжок через козла	Совершенствование	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	К- излагать свое мнение задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в		Взаимоконтроль Самоконтроль Взаимоконтроль
31/	27.12		Опорный прыжок	Совершенствование	Научиться: правильно			Контроль

16			через козла	ние	осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	команде. П- делать выводы,	.Элементарно обосновывать качество выполнения физических упражнений:	учителя
32/ 17	28.12		опорный прыжок	Зачёт	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	Р-понимать выполняемых цель обобщения действий;выполнять действия, руководствуясь инструкцией учителя;адекватно оценивать правильность выполнения задания;		Контроль учителя
33/ 18			Игровая деятельность	Совершенствование	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	использовать технические приёмы при выполнении физических упражнений;анализировать результаты выполненных заданий по заданным критериям (под руководством учителя);		
34/ 1	17.01		Гимнастика Перекладина 1. Из виса стоя на согнутых руках махом одной, толчком другой подъем переворотом в упор 2. Перемах правой в упор ноги врозь (упор верхом) 3. Перемах левой в упор сзади 4 Поворот налево кругом в упор 5. Махом назад	изучение	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	вносить коррективы в свою работу К- излагать свое мнение задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в команде. Р-планировать деятельность К- излагать свое мнение задавать вопросы уточняющего характера по		Взаимо контроль Учительский контроль

			соскок			выполнению физических упражнений договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в команде.		
35/ 2	18.01		Комбинация на перекладине Комбинация на брусьях 1. Из виса стоя лицом к в/ж прыжком в упор на н/ж 2. Перемах правой в упор ноги врозь. 3. Перехватом левой за в/ж поворот налево кругом в вис лежа ноги врозь левой (верхом) разным хватом (левая снизу, правая сверху) 4. Перехват левой в хват сверху и перемах правой в вис лежа на н/ж 5. Махом вперед в вис присев на н/ж и опускание в вис 6. Размахивание изгибами и соскок махом назад в лазанье по канату в три приема	Закрепление	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга			Самоконтроль
36/ 3	24.01		Комбинация на брусьях 1. На концах жердей прыжком упор и передвижение до середины брусьев, перехватом	Закрепление	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	К-различать аксиомы, догматы, теории К- излагать свое мнение	Элементарно обосновывать качество выполнения физических	Самоконтроль Взаимоконтроль

			<p>рук поворот кругом</p> <p>2. Упор согнув ноги и сед ноги врозь</p> <p>3. Опускание в упор лежа ноги врозь на предплечьях</p> <p>4. Перемах внутрь и мах назад</p> <p>5. Мах вперед и соскок махом назад внутрь брусьев</p> <p>Комбинация на бревне</p> <p>в лазанье по канату в три приема</p>			<p>задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений</p> <p>договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в команде.</p>	<p>упражнений:</p>	
37/4	25.01		<p>Комбинация на брусьях параллельных, на бревне.</p> <p>И. п. — стоя продольно у правой трети бревна</p> <p>1. Вскок в упор, правую в сторону на носок</p> <p>2. Поворачиваясь налево, стойка на правом колене, руки в стороны</p> <p>3. Взявшись руками спереди, поставить левую согнутую ногу впереди правого колена и, вставая, три шага на носках</p>	<p>Совершенствование</p>	<p>Уметь: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга</p>			<p>Самоконтроль</p> <p>Взаимоконтроль</p>

			4 Полуприседая, опуская руки вниз, поворот кругом 5. Шаг левой, мах правой и хлопок под ногой 6. Выпад правой, руки в стороны 7. С поворотом налево, приставляя левую, «старт пловца». Соскок прогибаясь в лазанье по канату в три приема					
38/5	31.01		Комбинаций на снарядах Комбинация на брусьях параллельных, на бревне	Комбинированный Совершенствование Зачёт	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга		Элементарно обосновывать качество выполнения физических упражнений:	Контроль учителя Самоконтроль Взаимоконтроль
39/6	1.02		Комбинация на перекладине и жерди.	Зачёт	Уметь: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	К- излагать свое мнение задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в команде.		Контроль учителя

40/ 7	7.02		Волейбол Стойки и перемещения. Передача мяча сверху на месте и после перемещения.	Комбинированн ый изучение Игровая деятельность	Уметь: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	К-излагать свое мнение К- излагать свое мнение задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в команде. Р-понимать цель выполняемых действий;выполнять действия, руководствуясь инструкцией		Самоконт роль
41/ 8	8.02		Передача мяча сверху на месте и после перемещения и над собой.	Комбинированн ый Закрепление Игровая деятельность	Уметь: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	оценивать правильность выполнения задания; использовать технические приёмы при выполнении физических упражнений;анализировать результаты выполненных заданий по заданным критериям (под руководством учителя);		Контроль учителя Взаимо контроль
42/ 9	14.02		Передача мяча сверху над собой. нижняя прямая подача.	Комбинированн ый Совершенствова ние Игровая деятельность	Уметь: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга		Простейшие наблюдения за собственным физическим развитием;	Контроль учителя Самоконт рольУчитель ский контроль
43/ 10	15.02		Передача мяча сверху над собой. нижняя прямая подача.	Комбинированн ый Игровая деятельность Зачёт	Уметь: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	К- излагать свое мнение задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в команде.		Контроль учителя

44/ 11	21.02		нижняя прямая подача.	Комбинированный изучение Игровая деятельность	Уметь: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	К-излагать свое мнение К-излагать свое мнение задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в команде.	умение принимать творческие решения в процессе подвижных игр и соревнований;	Самоконтроль Взаимоконтроль
45/ 12	22.02		нижняя прямая подача.	Комбинированный Совершенствование Игровая деятельность	Научиться : правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	К- излагать свое мнение задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в команде.		Самоконтроль
46/ 13	28.02		Нижняя прямая подача.	Комбинированный Игровая деятельность	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга			Контроль учителя Самоконтроль
47/ 14	1.03		Учебная игра	Игровая деятельность				Самоконтроль
48/ 15	7.03		Лыжная подготовка.полу коньковый ход	изучение		К- излагать свое мнение задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в команде.	умение участвовать в диалоге	Контроль учителя Самоконтроль
49/ 16	14.03		полу коньковый ход	Совершенствование				Взаимоконтроль

50/ 17	15.03		Полу коньковый ход	Зачёт	Знать: техника безопасности Научиться: соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма, оказывать первую помощь при травмах	К-излагать свое мнение К-излагать свое мнение задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в команде.		Контроль учителя Взаимо контроль
51/ 18	21.03		Подъём полуёлочкой. Торможение плугом. Повороты переступанием.	изучение	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	Р-понимать цель выполняемых действий;выполнять действия, руководствуясь инструкцией учителя;адекватно оценивать правильность выполнения задания;		Взаимо контроль
52/ 19	22.03		Подъём полуёлочкой. Торможение плугом. Повороты переступанием.	Закрепление	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	использовать технические приёмы при выполнении физических упражнений;анализировать результаты выполненных заданий по заданным критериям (под руководством учителя);		Самоконт роль
53/ 20			Подъём полуёлочкой. Торможение плугом. Повороты переступанием.	Зачёт	Научиться: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	вносить коррективы в свою работу Р-планировать деятельность К- излагать свое мнение задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в		Взаимо контроль Контроль учителя

						команде.		
54/ 1	4.04		Волейбол Передачи мяча через сетку	Комбинированный Совершенствование Игровая деятельность	Научиться: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	К- уметь сотрудничать с одноклассником. Р-понимать цель выполняемых действий;выполнять действия, руководствуясь инструкцией		Самоконтроль
55/ 2	5.04		нижняя прямая подача	Комбинированный изучение Игровая деятельность	Знания: техника безопасности Умения: соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма, оказывать первую помощь при травмах	учителя;адекватно оценивать правильность выполнения задания; использовать технические приёмы при выполнении физических упражнений;анализировать результаты выполненных заданий по заданным критериям (под руководством учителя);	самостоятельно выполнять задания;	Самоконтроль
56/ 3	11.04		Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнёром	Комбинированный Совершенствование Игровая деятельность	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	вносить коррективы в свою работу		Самоконтроль

57/ 4	12.04		Нижняя прямая подача.	Зачёт	Научиться: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	П-анализировать и обобщать, делать выв Р-понимать цель выполняемых действий; выполнять действия, руководствуясь инструкцией учителя; адекватно оценивать правильность выполнения задания; использовать технические приёмы при выполнении физических упражнений; анализировать результаты выполненных заданий по заданным критериям (под руководством учителя);		Взаимо контроль
58/ 5	18.04		Легкая Атлетика Прыжки в высоту с 3-5 шагов разбега способом перешагивания.	Закрепление	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	К-излагать свое мнение задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в команде.	изменять физическую нагрузку с учетом самочувствия;	Самоконтроль
59/ 6	19.04		Прыжки в высоту с 3-5 шагов разбега способом перешагивания.	Совершенствование	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	К- уметь сотрудничать с одноклассником. Р-понимать цель выполняемых действий; выполнять действия, руководствуясь инструкцией учителя; адекватно оценивать правильность выполнения задания; использовать технические приёмы при	уметь сотрудничать в коллективе сверстников	Самоконтроль
60/ 7	25.04	Прыжки в высоту с 3-5 шагов разбега способом перешагивания.	Зачёт	Научиться: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и	Взаимо контроль Контроль учителя			

					организации собственного досуга	выполнении физических упражнений;анализировать результаты выполненных заданий по заданным критериям (под руководством учителя);		
61/ 8	26.04		Баскетбол Ведение мяча с изменением высоты отскока и скорости движения	Комбинированный Совершенствование Игровая деятельность	Научиться: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	вносить коррективы в свою работу П-анализировать и обобщать, делать выв Р-понимать цель выполняемых действий;выполнять действия, руководствуясь инструкцией учителя;адекватно оценивать правильность выполнения задания; использовать технические приёмы при выполнении физических упражнений;анализировать результаты выполненных заданий по заданным критериям (под руководством учителя);	Умение опираться на вечные нравственные ценности	Взаимо контроль
								Самоконтроль
62/ 9	2.05		Ведение мяча с изменением высоты отскока и скорости движения	Совершенствование	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	вносить коррективы в свою работу К-излагать свое мнение задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в команде.		Взаимо контроль Контроль учителя
63/ 10	3.05		ведение мяча и бросок в движении	Зачёт	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга			Самоконтроль
64/	10.05		Бросок после ведения	Комбинированный	Научиться: правильно	К- уметь сотрудничать с	Сдерживать свои	Самоконт

11			различным способом.	ый Совершенствова ние Игровая деятельность	осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	одноклассник. Р-понимать цель выполняемых действий;выполнять действия,руководствуясь инструкцией учителя;адекватно оценивать правильность выполнения задания; использовать технические приёмы при выполнении физических упражнений;анализировать результаты выполненных заданий по заданным критериям (под руководством учителя);	эмоции	роль Самоконт роль Взаимо контроль Учитель
65/ 12	16.05		Бег 2000 м	тестирование	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	вносить коррективы в свою работу		Взаимо контроль Контроль учителя
66/ 13	17.05		тестирование Бег 60 м Метание мяча Прыжки в длину с разбега согнув ноги	тестирование	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	П-анализировать и обобщать, делать вывР-понимать цель выполняемых действий;выполнять действия, руководствуясь инструкцией учителя;адекватно оценивать правильность выполнения задания; использовать технические приёмы при выполнении физических упражнений;анализировать результаты выполненных заданий по заданным критериям (под руководством учителя);	Способность сознавать свои эмоции, адекватно их выражать и контролиро вать	Взаимо контроль Контроль учителя
67/ 14	23.05		Тестирование Челночный бег подтягивание	тестирование	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга			Взаимо контроль

68/15	24.05		Футбол Ведение мяча и удар по воротам.	Комбинированный изучение Игровая деятельность	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	вносить коррективы в свою работу		Взаимоконтроль
69/16	30.05		Ведение мяча и удар по воротам	Совершенствование	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	К-излагать свое мнение задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в команде.		Самоконтроль
						К- уметь сотрудничать с одноклассником. Р-понимать цель выполняемых действий;выполнять действия, руководствуясь инструкцией учителя; адекватно оценивать правильность выполнения задания; использовать технические приёмы при выполнении физических упражнений;анализировать результаты выполненных заданий по заданным критериям (под руководством учителя);	Осознавать целостность мира и многообразие взглядов на него.	Взаимоконтроль Контроль учителя Самоконтроль

**Календарно-тематическая программа для 7 класса
Контрольных 31**

№	Дата проведения		Тема урока	Тип урока	Планируемые результаты			Виды формы контроля
	По плану	По факту			Предметные результаты	Метапредметные результаты	Личностные результаты	
1	2.09		Лёгкая атлетика Повторение пройденного материала за 6 класс	Вводный	Знать требования инструкций ТБ. Научиться выполнять технически правильно двигательные действия.	Р- понимать цель выполняемых действий; выполнять действия, руководствуясь инструкцией учителя	Простейшие наблюдения за собственным физическим развитием; умение принимать творческие решения в процессе подвижных игр и соревнований;	Самоконтроль
2	6.09		Низкий старт и бег 60 м	Совершенствование Игровая деятельность	Знать основы истории развития физкульт в России	П-осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий, используя справочные материалы учебника К- излагать свое мнение задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в команде.		Учительский контроль Взаимоконтроль
3	9.09		Тестирован бег 60 м	Комбинированный изучение, тестирование	Научиться выполнять технически правильно двигательные действия..			Контроль учителя

4	13.09		Метание мяча Подвижные игры.	Совершенствова ние Игровая деятельность	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	Р- понимать цель выполняемых действий;	умение участвовать в диалоге	Самоконт Роль Взаимо контроль Учитель ский контроль
5	16.09		Прыжок в длину с разбега Подвижные игры.	Разучивание	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	П-осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий, используя справочные мате-риалы учебника		Самоконт роль
6	20.09		Прыжок в длину с разбегаПодвижные игры.	Комбинированн ый Совершенствова ние Игровая деятельность		К- излагать свое мнение задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в команде.	Элементарно обосновывать качество выполнения физических упражнений: Простейшие наблюдения за собственным физическим развитием;	Самоконт роль Контроль учителя
7	23.09		Бег 1000 метров	Совершенствова ние тестирование	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	Р- понимать цель выполняемых действий; выполнять действия, руководствуясь инструкцией учителя, правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	умение принимать творческие решения в процессе подвижных игр и соревнования	Взаимо контроль

8	27.09		челночный бег, прыжки в длину с места.	Комбинированн ый тестирование Игровая деятельность	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	Р-определять цель, проблему в деятельности	Способность понимать и принимать эмоциональ ное состояние других людей Осознавать и проявлять себя гражданином России в добрых словах и делах.	Контроль учителя
9	30.09		Бег 1500 метров			осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий, используя справочные материалы учебника; различать, группировать подвижные и спортивные игры; характеризовать основные физические качества; группировать игры по видам спорта; К- излагать свое мнение задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в команде.	Стремление осваивать новые роли и правила	Контроль учителя
10	4.10		Баскетбол Бросок мяча по кольцу после ведения. Штрафной бросок.	Комбинированн ый изучение Игровая деятельность	Уметь: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга		Стремление критически осмысливать свое поведение Способность справляться с агрессией и эгоизмом Способность выбирать, как поступить в чрезвычай ных ситуациях и отвечать за свой выбор	Самоконт роль Взаимо контроль Учитель ский контроль
11	7.10		Бросок мяча по кольцу после ведения	Комбинированн ый Совершенствова ние Игровая деятельность	Уметь: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга			Самоконт роль
12	11.10		бросок мяча по кольцу после ведения.	Комбинированн ый Игровая деятельность Зачёт	Уметь: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации	осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий, используя справочные материалы учебника; различать,		Контроль учителя

					собственного досуга	группировать подвижные и спортивные игры; характеризовать основные физические качества;		
13	14.10		Штрафной бросок	Комбинированный Совершенство вание Игровая деятельность	Уметь: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	Р-понимать цель выполняемых действий; выполнять действия, руководствуясь инструкцией учителя; адекватно оценивать правильность выполнения задания; использовать технические приёмы при выполнении физических упражнений; анализировать результаты выполненных заданий по заданным критериям (под руководством учителя);	Осознавать свой мировоззренческий выбор Осознавать целостность мира и многообразие взглядов на него.	Самоконтроль
14	18.10		Штрафной бросок.	Комбинированный Игровая деятельность Зачёт	Знания: техника безопасности Умения: соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма, оказывать первую помощь при травмах	К-работать в паре, группе, выполнять роли П-логически обосновывать	понимание значения физической культуры для укрепления здоровья человека мотивация к выполнению закаляющих процедур уважительного отношения к физической культуре как важной части общей культуры.	Контроль учителя
15	21.10		Действие игрока в защите и нападении.	Комбинированный изучение Игровая деятельность	Уметь: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга			Самоконтроль Учительский контроль Взаимоконтроль
16	25.10		Ведения мяча	Комбинированный Совершенствова	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и		Элементарно обосновывать качество выполнения физических	Самоконтроль Взаимо

				ние Игровая деятельность	использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга		упражнений:	контроль Учитель
17	28.10		Учебная игра	Игровая деятельность	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	Р-понимать цель выполняемых действий;выполнять действия, руководствуясь инструкцией учителя;адекватно оценивать правильность выполнения задания; использовать технические приёмы при выполнении физических упражнений;анализировать результаты выполненных заданий по заданным критериям (под руководством учителя);		Самоконт роль
18/ 1	8.11		Лыжные гонки. Одновременно одношажный ход	изучение	Уметь: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	К-мнение подтверждать фактами Р-понимать цель выполняемых действий;выполнять действия, руководствуясь инструкцией учителя;адекватно оценивать правильность выполнения задания; использовать технические приёмы при выполнении физических упражнений;анализировать результаты выполненных заданий по заданным критериям (под руководством учителя);	Аргументированная оценка своих и чужих поступков в однозначных и чрезвычайных ситуациях	Самоконт роль Взаимо контроль
19/ 2	11.11		Одновременно одношажный ход	Закрепление	Уметь: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	вносить коррективы в свою	Стремление критически	Контроль учителя Контроль

20/ 4	15.11		одновременные хода	Зачёт	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	работу К- излагать свое мнение задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в команде. П- делать выводы,	осмысливать свое поведение	учителя
21/ 5	18.11		одновременно двушажный ход	изучение	Уметь: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга		Элементарно обосновывать качество выполнения физических упражнений:	Самоконтроль Взаимоконтроль
22/ 7	22.11		одновременно двушажный ход	Совершенствование	Уметь: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	Р-понимать выполняемых цель обобщения действий;выполнять действия, руководствуясь инструкцией учителя;адекватно оценивать правильность выполнения задания; использовать технические приёмы при выполнении физических упражнений;анализировать результаты выполненных заданий по заданным критериям (под руководством учителя);		Взаимоконтроль

23/ 8	25.11		одновременно двухшажный ход	Зачёт	Уметь: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	вносить коррективы в свою работу К- излагать свое мнение задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в команде.	мотивация к выполнению закаливающих процедур	Контроль учителя Взаимо контроль Учительский контроль
24/ 10	29.11		Бег на лыжах классическим ходом 3 км.	Совершенствование	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	Р-понимать цель выполняемых действий;выполнять действия, руководствуясь инструкцией учителя;адекватно оценивать правильность выполнения задания; использовать технические приёмы при выполнении физических упражнений;анализировать результаты выполненных заданий по заданным критериям (под руководством учителя);		Взаимо контроль
25/ 11	2.12		бег на лыжах	тестирование	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	вносить коррективы в свою работу К- излагать свое мнение задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в команде.	Элементарно обосновывать качество выполнения физических упражнений:	Контроль учителя Взаимо контроль
26/ 13	6.12		Гимнастика Комбинация из всех изученных элементов.	изучение		П- делать выводы,		Самоконтроль Взаимо контроль

27/14	9.12		Комбинация из всех изученных элементов.	Закрепление	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга			Взаимо контроль
28/16	13.12		Комбинация из всех изученных элементов	Зачёт	Уметь: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	вносить коррективы в свою работу К- излагать свое мнение задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в команде.		Контроль учителя
29/17	16.12		Опорный прыжок через козла в длину согнув ноги, через коня боком с поворотом на 90 градусов.	изучение	Уметь: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	К-мнение подтверждать фактами		Учительский контроль Самоконтроль
30/19	20.12		Опорный прыжок через козла в длину согнув ноги, через коня боком с поворотом на 90 градусов.	Закрепление	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	вносить коррективы в свою работу		Самоконтроль
31/20	23.12		Опорный прыжок через козла в длину согнув ноги, через коня боком с поворотом на 90 градусов.	Совершенствование	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	К- излагать свое мнение задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в		Взаимо контроль Самоконтроль Взаимо контроль
32/	27.12		Опорный прыжок	Совершенствование	Научиться: правильно	решению, работая в паре, в		Контроль

22			через козла в длину согнув ноги, через коня боком с поворотом на 90 градусов.	ние	осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	команде. П- делать выводы,	.Элементарно обосновывать качество выполнения физических упражнений:	учителя
33/ 23	30.12		опорный прыжок	Зачёт	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	Р-понимать выполняемых цель обобщения действий;выполнять действия, руководствуясь инструкцией учителя;адекватно оценивать правильность выполнения задания; использовать технические приёмы при выполнении физических упражнений;анализировать результаты выполненных заданий по заданным критериям (под руководством учителя);		Контроль учителя
34	13.01		Гимнастика Перекладина Переворот в упор толчком 2 ног и соскок махом назад. Жердь висы согнувшись, прогнувшись, на под коленках.	изучение	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	вносить коррективы в свою работу К- излагать свое мнение задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в команде.		Взаимо контроль Учительский контроль
35/ 2	17.01		Комбинация на перекладине Комбинация на жерди	Закрепление	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и	Р-планировать деятельность К- излагать свое мнение задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических	Самоконтроль	

					организации собственного досуга	упражнений договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в команде.		
36/3	20.01		Комбинация на брусках Комбинация на бревне	Закрепление	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга			
						К-различать аксиомы, догматы, теории К- излагать свое мнение задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в команде.	Элементарно обосновывать качество выполнения физических упражнений:	Самоконтроль Взаимоконтроль
37/5	24.01		Комбинация на брусках параллельных, на бревне.	Совершенствование	Уметь: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга			Самоконтроль Взаимоконтроль
38/6	27.01		Комбинаций на снарядах Комбинация на брусках параллельных, на бревне	Комбинированный Совершенствование Зачёт	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга		Элементарно обосновывать качество выполнения физических упражнений:	Контроль учителя Самоконтроль Взаимоконтроль
39/8	31.01		Комбинация на перекладине и жерди.	Зачёт	Уметь: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	К- излагать свое мнение задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в команде.		Контроль учителя

40/9	3.02		Волейбол Передача мяча сверху.	Комбинированный изучение Игровая деятельность	Уметь: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	К-излагать свое мнение К-излагать свое мнение задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в команде. Р-понимать цель выполняемых действий;выполнять действия, руководствуясь инструкцией		Самоконтроль учителя Взаимоконтроль
41/11	7.02		Приём мяча снизу.	Комбинированный Закрепление Игровая деятельность	Уметь: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	оценивать правильность выполнения задания; использовать технические приёмы при выполнении физических упражнений;анализировать результаты выполненных заданий по заданным критериям (под руководством учителя);	Простейшие наблюдения за собственным физическим развитием;	Контроль учителя Взаимоконтроль
42/12	10.02		Приём мяча снизу. Передача мяча сверху	Комбинированный Совершенствование Игровая деятельность Зачёт	Уметь: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга			Контроль учителя Самоконтроль Учительский контроль
43/14	14.02		приём мяча снизу.	Комбинированный Игровая деятельность Зачёт	Уметь: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	К- излагать свое мнение задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в команде.		Контроль учителя

44/15	17.02		нижняя прямая подача.	Комбинированный изучение Игровая деятельность	Уметь: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	К-излагать свое мнение К-излагать свое мнение задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в команде.	умение принимать творческие решения в процессе подвижных игр и соревнований;	Самоконтроль Взаимоконтроль
45/17	21.02		нижняя прямая подача.	Комбинированный Совершенствование Игровая деятельность	Научиться : правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	К- излагать свое мнение задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в команде.		Самоконтроль
46/18	24.02		Нижняя прямая подача.	Комбинированный Игровая деятельность Зачёт	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга			Контроль учителя Самоконтроль
47/20	28.02		Учебная игра	Игровая деятельность				Самоконтроль
48/21	3.03		Лыжная подготовка.полу коньковый ход	изучение		К- излагать свое мнение задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в команде.	умение участвовать в диалоге	Контроль учителя Самоконтроль
49/23	7.03		полу коньковый ход	Совершенствование				Взаимоконтроль

50/ 24	10.03		Полу коньковый ход	Зачёт	Знать: техника безопасности Научиться: соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма, оказывать первую помощь при травмах	К-излагать свое мнение К-излагать свое мнение задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в команде.		Контроль учителя Взаимо контроль
51/ 26	14.03		Одновременно двухшажный коньковый ход	изучение	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	Р-понимать цель выполняемых действий;выполнять действия, руководствуясь инструкцией учителя;адекватно оценивать правильность выполнения задания;		Взаимо контроль
52/ 27	17.03		Одновременно двухшажный коньковый ход	Закрепление	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	использовать технические приёмы при выполнении физических упражнений;анализировать результаты выполненных заданий по заданным критериям (под руководством учителя);		Самоконт роль
53/ 29	21.03		Одновременно двухшажный коньковый ход	Зачёт	Научиться: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	вносить коррективы в свою работу Р-планировать деятельность К- излагать свое мнение задавать вопросы уточняющего характера по		Взаимо контроль Контроль учителя

54/ 30	4.04		бег на лыжах	Тестирование	Научиться: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	выполнению физических упражнений договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в команде.	Элементарно обосновывать качество выполнения физических упражнений:	Взаимо контроль Контроль учителя Самоконт роль
	7.04		Волейбол Передачи мяча через сетку	Комбинированный Совершенствование Игровая деятельность	Научиться: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	К- уметь сотрудничать с одноклассник. Р-понимать цель выполняемых действий;выполнять действия, руководствуясь инструкцией учителя;адекватно оценивать правильность выполнения задания; использовать технические приёмы при выполнении физических упражнений;анализировать результаты выполненных заданий по заданным критериям (под руководством учителя);		Самоконт роль
55/ 1	11.04		верхней прямой подачи	Комбинированный изучение Игровая деятельность	Знания: техника безопасности Умения: соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма, оказывать первую помощь при травмах		самостоятельно выполнять задания;	Самоконт роль
56/ 3	14.04		верхняя прямая подача	Комбинированный Совершенствование Игровая деятельность	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	вносить коррективы в свою работу		Самоконт роль

57/ 4	18.04		верхняя прямая подача.	Зачёт	Научиться: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	П-анализировать и обобщать, делать выв Р-понимать цель выполняемых действий; выполнять действия, руководствуясь инструкцией учителя; адекватно оценивать правильность выполнения задания; использовать технические приёмы при выполнении физических упражнений; анализировать результаты выполненных заданий по заданным критериям (под руководством учителя);		Взаимо контроль
58/ 6	21.04		Легкая Атлетика Прыжки в высоту способом перешагивания.	Закрепление	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	К-излагать свое мнение задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в команде.	изменять физическую нагрузку с учетом самочувствия;	Самоконтроль
59/ 7	25.04		Прыжки в высоту способом перешагивания.	Совершенствование	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	К- уметь сотрудничать с одноклассник. Р-понимать цель выполняемых действий; выполнять действия, руководствуясь инструкцией учителя; адекватно оценивать правильность выполнения задания; использовать технические приёмы при	уметь сотрудничать в коллективе сверстников	Самоконтроль
60/ 9	28.04	Прыжки в высоту способом перешагивания.	Зачёт	Научиться: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и	Взаимо контроль Контроль учителя			

					организации собственного досуга	выполнении физических упражнений; анализировать результаты выполненных заданий по заданным критериям (под руководством учителя);		
61/10	24.04		Баскетбол Ведение мяча с изменением высоты отскока и скорости движения	Комбинированный Совершенствование Игровая деятельность	Научиться: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	вносить коррективы в свою работу П-анализировать и обобщать, делать выв Р-понимать цель выполняемых действий; выполнять действия, руководствуясь инструкцией учителя; адекватно оценивать правильность выполнения задания; использовать технические приёмы при выполнении физических упражнений; анализировать результаты выполненных заданий по заданным критериям (под руководством учителя);	Умение опираться на вечные нравственные ценности	Взаимо контроль
								Самоконтроль
62/12	28.04		Ведение мяча с изменением высоты отскока и скорости движения	Совершенствование	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	вносить коррективы в свою работу К-излагать свое мнение задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в команде.		Взаимо контроль Контроль учителя
63/14	2.05		ведение мяча и бросок в движении	Зачёт	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга			Самоконтроль
64/	5.05		Бросок после ведения	Комбинированный	Научиться: правильно	К- уметь сотрудничать с	Сдерживать свои	Самоконт

15			различным способом.	ый Совершенствова ние Игровая деятельность	осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	одноклассник. Р-понимать цель выполняемых действий;выполнять действия,руководствуясь инструкцией учителя;адекватно оценивать правильность выполнения задания; использовать технические приёмы при выполнении физических упражнений;анализировать результаты выполненных заданий по заданным критериям (под руководством учителя);	эмоции	роль Самоконт роль Взаимо контроль Учитель
65/ 17	12.05		Бег 2000 м	тестирование	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	вносить коррективы в свою работу		Взаимо контроль Контроль учителя
66/ 18	16.05		тестирование Бег 60 м Метание мяча Прыжки в длину с разбега согнув ноги	тестирование	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	П-анализировать и обобщать, делать вывР-понимать цель выполняемых действий;выполнять действия, руководствуясь инструкцией учителя;адекватно оценивать правильность выполнения задания; использовать технические приёмы при выполнении физических упражнений;анализировать результаты выполненных заданий по заданным критериям (под руководством учителя);	Способность сознавать свои эмоции, адекватно их выражать и контролиро вать	Взаимо контроль Контроль учителя
67/ 19	19.05		Тестирование Челночный бег подтягивание	тестирование	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга			Взаимо контроль

68/ 20	19.05		Футбол Ведение мяча и удар по воротам.	Комбинированн ый изучение Игровая деятельность	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	вносить коррективы в свою работу		Взаимо контроль
98/ 21	23.05		Ведение мяча и удар по воротам	Совершенствова ние	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	К-излагать свое мнение задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в команде.		Самоконт роль
100 /23	26.05		Ведение мяча и удар по воротам	Комбинированн ый Игровая деятельность Зачёт	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	К- уметь сотрудничать с одноклассник. Р-понимать цель выполняемых действий;выполнять действия, руководствуясь инструкцией учителя; адекватно оценивать правильность выполнения задания; использовать технические приёмы при выполнении физических упражнений;анализировать результаты выполненных заданий по заданным критериям (под руководством учителя);	Осознавать целостность мира и многообразие взглядов на него.	Взаимо контроль Контроль учителя Самоконт роль

**Календарно-тематическое планирование 8 класс
32 контрольных**

№	Дата проведения		Тема урока	Тип урока	Планируемые результаты			Виды формы контроля
	По плану	По факту			Предметные результаты	Метапредметные результаты	Личностные результаты	
1	2.09		Лёгкая атлетика Низкий старт и бег 60 м Подвижные игры	Совершенствование	Знать требования инструкций ТБ. Научиться выполнять технически правильно двигательные действия.	Р- понимать цель выполняемых действий; выполнять действия, руководствуясь инструкцией учителя	Простейшие наблюдения за собственным физическим развитием;	Самоконтроль
2	7.09		Низкий старт бег 30, 60,70 м Подвижные игры.	Совершенствование Игровая деятельность	Знать основы истории развития физ культ в России	П-осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий, используя справочные материалы учебника		Учительский контроль Взаимоконтроль
3	9.09		Низкий старт и бег 30, 60,70 м Метание мяча на дальность.	Совершенствование	Научиться выполнять технически правильно двигательные действия..			Контроль учителя
4	14.09		Тестирован бег 60 м Метание мяча на дальность. Подвижные игры	Тестирование Игровая деятельность	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	Р- понимать цель выполняемых действий;	умение участвовать в диалоге	Самоконтроль Роль Взаимоконтроль Учительский контроль
5	16.09		Метание мяча в вертикальную цель с 13 метров.	Совершенствование Тестирование	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и	П-осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий,		Самоконтроль

			Бег 2000 м		использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	используя справочные материалы учебника		
6	21.09		Метание мяча Метание мяча в вертикальную цель с 13 метров.	Комбинированный Совершенствование Тестирование		К- излагать свое мнение задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в команде.	Элементарно обосновывать качество выполнения физических упражнений: Простейшие наблюдения за собственным физическим развитием;	Самоконтроль
7	23.09		Прыжок в длину с разбега с 11-13 шагов разбега. Подвижные игры	Комбинированный Совершенствование	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга		умение принимать творческие решения в процессе подвижных игр и соревнования	Контроль учителя
8	28.09		подтягивание, отжимание, подъем туловища.	Комбинированный тестирование Игровая	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и	Р-определять цель, проблему в деятельности	Способность понимать и принимать	Контроль учителя

			Подвижные игры	деятельность	использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга		эмоциональное состояние других людей Осознавать и проявлять себя гражданином России в добрых словах и делах.	
9	30.09		челночный бег, прыжки в длину с места. Подвижные игры	тестирование	Знать требования инструкций ТБ. Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	П-логически обосновывать		Контроль учителя
10	5.10		Баскетбол Техника передвижений, остановки, поворотов. бросок мяча по кольцу после ведения	Закрепление	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий, используя справочные материалы учебника; различать, группировать подвижные и спортивные игры; характеризовать основные физические качества;	Стремление осваивать новые роли и правила Стремление критически осмысливать свое поведение	Самоконтроль Взаимоконтроль Учительский контроль
11	7.10		Ловля и передача мяча, бросок мяча по кольцу после ведения	Комбинированный Совершенствование Игровая деятельность	Уметь: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	группировать игры по видам спорта; К- излагать свое мнение задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в команде.		Самоконтроль
12	12.10		Зачёт бросок мяча по кольцу после ведения.	Зачёт	Уметь: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	П-логически обосновывать	Способность справляться с агрессией и эгоизмом Способность выбирать, как поступить в чрезвычайных ситуациях и	Самоконтроль Взаимоконтроль Контроль учителя

							отвечать за свой выбор	
13	14.10		Штрафной бросок Ведение мяча	Комбинированный Совершенствование Игровая деятельность	Уметь: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	Р-понимать цель выполняемых действий; выполнять действия, руководствуясь инструкцией учителя; адекватно оценивать правильность выполнения задания; использовать технические приёмы при выполнении физических упражнений; анализировать результаты выполненных заданий по заданным критериям (под руководством учителя);	Осознавать свой мировоззренческий выбор Осознавать целостность мира и многообразие взглядов на него.	Самоконтроль
14	19.10	Учебно-тренировочная игра. Штрафной бросок	Игровая деятельность Зачёт	Научиться: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	Самоконтроль			
15	21.10		Действие игрока в защите и нападении.	Комбинированный изучение Игровая деятельность	Уметь: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга		понимание значения физической культуры для укрепления здоровья человека мотивация к	Самоконтроль Учительский контроль Взаимоконтроль

16	26.10		Ведения мяча	Комбинированный Совершенствование Игровая деятельность	Уметь: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий, используя справочные материалы учебника; различать, группировать подвижные и спортивные игры; характеризовать основные физические качества; П-логически обосновывать	выполнению закалывающих процедур уважительного отношения к физической культуре как важной части общей культуры. :	Самоконтроль Взаимоконтроль
17	28.10		Ведения мяча	Игровая деятельность Зачёт	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	Р-понимать цель выполняемых действий; выполнять действия, руководствуясь инструкцией учителя ; адекватно оценивать правильность выполнения задания; использовать технические приёмы при выполнении физических упражнений; анализировать результаты выполненных заданий по заданным критериям (под руководством учителя);		Самоконтроль роль

18/ 1	9.11		Лыжная подготовка Повторение пройденного материала за 7 кл	Совершенствование	Уметь: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	К-мнение подтверждать фактами Р-понимать цель выполняемых действий; выполнять действия, руководствуясь инструкцией учителя; адекватно оценивать правильность выполнения задания; использовать технические приёмы при выполнении физических упражнений ;	Аргументированная оценка своих и чужих поступков в однозначных и чрезвычайных ситуациях	Самоконтроль Взаимоконтроль Контроль учителя
19/ 2	11.11		Лыжная подготовка Одновременно одношажный ход	Разучивание	Уметь: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	вносить коррективы в свою работу К- излагать свое мнение задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в команде. П- делать выводы,	Стремление критически осмысливать свое поведение	Самоконтроль
20/ 3	16.11		Одновременно одношажный ход Подвижные игры «биатлон»	Закрепление	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга		Элементарно обосновывать качество выполнения физических упражнений:	Контроль учителя Самоконтроль Взаимоконтроль
21/ 4	18.11		одновременные хода Подвижные игры «Гонки с выбыванием»	Зачёт	Уметь: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга			Взаимоконтроль
22/ 5	23.11		одновременно двушажный ход	Разучивание	Уметь: технически правильно осуществлять двигательные действия и	Р-понимать выполняемых цель обобщения действий; выполнять действия,	мотивация к	Взаимоконтроль Контроль

			Подвижные игры «как по часам»		использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	руководствуясь инструкцией учителя; адекватно оценивать правильность выполнения задания; использовать технические приёмы при выполнении физических упражнений; анализировать результаты выполненных заданий по заданным критериям (под руководством учителя);	выполнению закаливающих процедур	учителя
23/6	25.11		одновременно душажный ход	Совершенствование	Знания: техника безопасности Умения: соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма, оказывать первую помощь при травмах	К-мнение подтверждать фактами анализировать результаты выполненных заданий по заданным критериям (под руководством учителя);		Взаимоконтроль Учительский контроль
24/7	30.11		одновременно душажный ход	Зачёт	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	Р-понимать цель выполняемых действий; выполнять действия, руководствуясь инструкцией учителя; адекватно оценивать правильность выполнения задания; использовать технические приёмы при выполнении физических упражнений; анализировать результаты выполненных заданий по заданным критериям (под руководством учителя);		Взаимоконтроль Контроль учителя
25/8			Бег на лыжах классическим ходом 3 км.	Тестирование		К- излагать свое мнение задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений	Элементарно обосновывать качество выполнения физических	Взаимоконтроль
26/	2.12		Гимнастика	изучение				

9			Различные способы кувырков. — переход с шага на месте к передвижению по команде «Прямо!».			договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в команде. П- делать выводы,	упражнений:	Взаимо контроль
27/10	7.12	Комбинация из всех изученных элементов. 1.Из упора присев кувырок назад в упор стоя ноги врозь. 2.Наклон вперед прогнувшись, руки в стороны 3.Упор присев и стойка на голове толчком двумя 4.Опускание в упор присев и кувырок вперед 5.Длинный кувырок и прыжок вверх прогибаясь	изучение	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	Р-понимать выполняемых цель обобщения действий; выполнять действия, руководствуясь инструкцией учителя; адекватно оценивать правильность выполнения задания; использовать технические приёмы при выполнении физических упражнений; анализировать результаты выполненных заданий по заданным критериям (под руководством учителя);	Самоконтроль Взаимо контроль		
28/11	9.12	Закрепление Комбинация из всех изученных элементов. 1. Из упора присев кувырок назад 2. Перекатом назад стойка на лопатках 3. Перекатом вперед левая и «мост» 4. Поворот в упор стоя на правом колене, левую назад 5. 5. Махом левой	Закрепление	Уметь: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	вносить коррективы в свою работу К- излагать свое мнение задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в команде.	Контроль учителя		

			упор присев и кувырок вперед 6.Прыжок вверх прогибаясь и о. с.					
29/ 12	11.12		Комбинация из всех изученных элементов	Зачёт	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	Р-понимать цель выполняемых действий; выполнять действия, руководствуясь инструкцией учителя; адекватно оценивать правильность выполнения задания; использовать технические приёмы при выполнении физических упражнений; анализировать результаты выполненных заданий по заданным критериям (под руководством учителя);		Самоконтроль
30/ 13			Опорный прыжок согнув ноги через козла в длину (высота 110-115 см), прыжок боком с поворотом на 90° через коня в ширину на высоте 110 см.	Разучивание	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	вносить коррективы в свою работу К- излагать свое мнение задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в команде. П- делать выводы,		Самоконтроль Взаимоконтроль
31/ 14			Опорный прыжок через козла в длину согнув ноги, через коня боком с поворотом на 90 градусов.	Закрепление	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга			Самоконтроль Взаимоконтроль
32/ 15			Опорный прыжок через козла в длину согнув ноги, через коня боком с поворотом на 90	Совершенствование	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и	Р-понимать выполняемых цель обобщения действий; выполнять действия, руководствуясь инструкцией	. Элементарно обосновывать качество выполнения физических	Контроль учителя

			градусов.		организации собственного досуга	учителя ;адекватно оценивать правильность выполнения задания; использовать технические приёмы при выполнении физических упражнений; анализировать результаты выполненных заданий по заданным критериям (под руководством учителя);	упражнений:		
33/ 16			опорный прыжок	Зачёт	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	вносить коррективы в свою работу К- излагать свое мнение задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в команде.			Взаимо контроль Учительский контроль
34/ 17			Игровая деятельность	Совершенствование	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга				
35/ 1			Гимнастика Перекладина 1. Из вися стоя подъем переворотом толчком двумя в упор . 2. Перемах правой в упор ноги врозь вне (верхом вне) . 3. Спад назад и	Разучивание	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации	Р-планировать деятельность К- излагать свое мнение задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в команде.			Самоконтроль

			<p>подъем на правой вне (завесом вне) в упор ноги врозь правой вне .</p> <p>4.Перехватом правой в упор ноги врозь правой (упор верхом) и перемах левой вперед в упор сзади</p> <p>5.Медленное опускание назад в вис на согнутых ногах и руках (вис завесом двумя)</p> <p>6. Вис на согнутыхногах, руки в стороны</p> <p>7. Через стойку на руках опускание в упор присев и, выпрямляясь, о. с.. Жердь висы согнувшись, прогнувшись, на под коленках.</p>					
36/ 2			<p>Разучивание Комбинация на брусьях</p> <p>1.На середине брусьев прыжком упор на предплечья</p> <p>2. Подъем махом назад в сед ноги врозь</p> <p>2. Кувырок вперед в сед ноги врозь</p> <p>3. Перемах внутрь и мах назад</p>	Разучивание	<p>Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга</p>			Самоконтроль

			<p>4. Мах вперед . 5. Соскок махом назад прогнувшись вправо (влево) Комбинация на бревне.</p>					
37/3			<p>Комбинация на брусках. 1.Из размахивания изгибами в висе на в/ж вис присев на н/ж 2.Толчком двумя в вис лежа 3.Перехват руками в упор сзади и поворот налево кругом в упор 4.Опускание вперед в вис присев и вис стоя на согнутых руках на н/ж 5.Махом одной, толчком другой подъем переворотом на н/ж 6.Соскок махом назад Комбинация на бревне</p>	<p>Комбинированный Закрепление.</p>	<p>Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга</p>	<p>К-различать аксиомы, догматы, теории К- излагать свое мнение задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в команде.</p>	<p>Элементарно обосновывать качество выполнения физических упражнений:</p>	<p>Самоконтроль Взаимный контроль</p>
38/4			<p>Комбинация на перекладине Комбинация на бревне И. п. — стоя под углом к бревну левым боком. 1.С косого разбега</p>	<p>Совершенствование</p>	<p>Уметь: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга</p>			<p>Самоконтроль Взаимный контроль Контроль учителя</p>

			<p>толчком двух вскок в упор присев, левая спереди.</p> <p>2. Встать, руки в стороны</p> <p>3. Шаг полки с левой, руки на пояс</p> <p>4. Шаг правой вперед и, приставляя левую сзади, поворот налево кругом, руки вверх и в стороны .</p> <p>5. Шаг правой и мах левой вперед</p> <p>6. Шаг левой и мах правой вперед</p> <p>7. Выпад на правой, руки на пояс</p> <p>8. Упор стоя на правом колене, левую назад</p> <p>9. Соскок махом левой назад в стойку правым боком к бревну</p>					
39/ 5			<p>Комбинаций на снарядах Зачёт</p> <p>Комбинация на перекладине и жерди.</p>	<p>Совершенство вание Зачёт</p>	<p>Уметь: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга</p>			<p>Самоконтроль Взаимоконтроль</p>
40/ 6			<p>Комбинация на брусьях</p> <p>, на бревне.</p>	<p>Зачёт</p>	<p>Уметь: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях</p>	<p>К- излагать свое мнение задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических</p>	<p>Элементарно обосновывать качество выполнения физических</p>	<p>Контроль учителя</p>

					соревнований и организации собственного досуга	упражнений договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в команде.	упражнений:		
41/ 7			Волейбол Передача мяча над собой сверху.	Комбинированный Игровая деятельность Разучивание	Уметь: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	К-излагать свое мнение задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в команде. Р-понимать цель выполняемых действий; выполнять действия, руководствуясь инструкцией учителя; адекватно оценивать правильность выполнения задания; использовать технические приёмы при выполнении физических упражнений; анализировать результаты выполненных заданий по заданным критериям (под руководством учителя);			Самоконтроль роль
42/ 8			Передача мяча сверху. Приём мяча снизу.	Совершенствование	Уметь: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	К- излагать свое мнение задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в команде.	Простейшие наблюдения за собственным физическим развитием;		Самоконтроль роль Учительский контроль
43/ 9			Передача мяча сверху	Комбинированный Игровая деятельность Зачёт	Уметь: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	К-излагать свое мнение задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в команде.			Контроль учителя
44/ 10			нижняя прямая подача. приём мяча снизу.	Изучение Зачёт	Научиться: технически правильно осуществлять двигательные действия и	К-излагать свое мнение задавать вопросы уточняющего характера по выполнению	умение принимать творческие решения в процессе подвижных игр и соревнований;		Самоконтроль Взаимоконтроль

					использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	физических упражнений договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в команде.		
45/11			нижняя прямая подача.	Комбинированный Закрепление Игровая деятельность	Научиться : правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	К- излагать свое мнение задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в команде.		Самоконтроль Контроль учителя
46/12			Зачёт Нижняя прямая подача.	Зачёт	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга			Самоконтроль
47/13			Учебная игра	Игровая деятельность		К- излагать свое мнение задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в команде.	умение участвовать в диалоге	Самоконтроль Контроль учителя
48/14			Лыжная подготовка. полу коньковый ход Торможение и поворот плугом	Разучивание	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга			Самоконтроль
49/15			Закрепление полу коньковый ход Торможение и поворот плугом	Закрепление		К-излагать свое мнение К-излагать свое мнение задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений договариваться и приходить к общему решению, работая в		Взаимоконтроль
50/16			Зачёт Полу коньковый ход	Зачёт				

						паре, в команде.		
51/17			Одновременно двушажный коньковый ход Торможение и поворот плугом	Разучивание	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	Р-понимать цель выполняемых действий; выполнять действия, руководствуясь инструкцией учителя ;адекватно оценивать правильность выполнения задания; использовать технические приёмы при выполнении физических упражнений; анализировать результаты выполненных заданий по заданным критериям (под руководством учителя);		Самоконтроль
52/18			Одновременно двушажный коньковый ход	Закрепление	Научиться: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	вносить коррективы в свою работу Р-планировать деятельность К- излагать свое мнение задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений договариваться и		Самоконтроль
53/19			Одновременно двухшажный коньковый ход	Зачёт	Научиться: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	приходить к общему решению, работая в паре, в команде.	Элементарно обосновывать качество выполнения физических упражнений:	Взаимоконтроль Контроль учителя
54/1			Волейбол Отбивание мяча через сетку кулаком. Прямой нападающий удар.	Комбинированный Совершенствование Игровая деятельность	Знания: техника безопасности Умения: соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма, оказывать первую помощь при травмах		самостоятельно выполнять задания;	Самоконтроль Взаимоконтроль
55/2			Прямой нападающий удар.	Разучивание Игровая деятельность				Самоконтроль
56/3			Прямой нападающий удар.	Комбинированный Совершенствование	Научиться: технически правильно осуществлять двигательные действия и	П-анализировать и обобщать, делать вывод Р-понимать цель		Взаимоконтроль Контроль

				ние Игровая деятельность	использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	выполняемых действий; выполнять действия, руководствуясь инструкцией учителя; адекватно оценивать правильность выполнения задания; использовать технические приёмы при выполнении физических упражнений; анализировать результаты выполненных заданий по заданным критериям (под руководством учителя);		учителя
57/ 4			Прямой нападающий удар.	Зачёт Игровая деятельность	Научиться: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	вносить коррективы в свою работу		Взаимо контроль
58/ 5			Л/атлетика Прыжки в высоту с 7-9 шагов разбега способом перешагивания	Закрепление	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	К- уметь сотрудничать с одноклассник. Р-понимать цель выполняемых действий; выполнять действия, руководствуясь инструкцией учителя; адекватно оценивать правильность выполнения задания; использовать технические приёмы при выполнении физических упражнений; анализировать результаты выполненных заданий по заданным критериям (под руководством учителя);	уметь сотрудничать в коллективе сверстников	Самоконт роль
59/ 6			Прыжки в высоту способом с 7-9 шагов разбега способом перешагивания	Совершенствова ние	Научиться: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	учителя; адекватно оценивать правильность выполнения задания; использовать технические приёмы при выполнении физических упражнений; анализировать результаты выполненных заданий по заданным критериям (под руководством учителя);		Самоконт роль Взаимо контроль Контроль учит еля
60/ 7			Прыжки в высоту способом	Зачёт	Научиться: технически правильно осуществлять	вносить коррективы в свою работу	Умение опираться на вечные нравственные	Взаимо контроль

			перешагивания.		двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	П-анализировать и обобщать, делать выв Р-понимать цель выполняемых действий; выполнять действия, руководствуясь инструкцией учи-теля; адекватно оценивать правильность выполнения задания; использовать технические приёмы при выполнении физических упражнений; анализировать результаты выполненных заданий по заданным критериям (под руководством учителя);	ценности	
61/ 8			Баскетбол Ведение мяча с изменением высоты отскока и скорости движения	Совершенствование Игровая деятельность	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга			Самоконтроль
62/ 9			Ведение мяча с сопротивлением защитника	Совершенствование Игровая деятельность	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	вносить коррективы в свою работу	Умение опираться на вечные нравственные ценности	Самоконтроль
63/ 10			Бросок одной и двумя в прыжке.	Совершенствование Игровая деятельность	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	К-излагать свое мнение задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в команде.		Взаимоконтроль Контроль учителя Самоконтроль
64/ 11			ведение мяча и бросок в движении.	Комбинированный Зачёт Игровая деятельность	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	К- уметь сотрудничать с одноклассником.	Сдерживать свои эмоции	Самоконтроль

65/ 12			Лёгкая атлетика Бег 60 м. Метание мяча	Комбинированный Закрепление Игровая деятельность	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	Р-понимать цель выполняемых действий; выполнять действия, руководствуясь инструкцией учителя; адекватно оценивать правильность выполнения задания; использовать технические приёмы при выполнении физических упражнений; анализировать результаты выполненных заданий по заданным критериям (под руководством учителя);		Самоконтроль Взаимоконтроль Учитель
66/ 13			Бег 60 м Метание мяча	тестирование	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	вносить коррективы в свою работу	Способность сознавать свои эмоции, адекватно их выражать и контролировать	Взаимоконтроль Контроль учителя
67/ 14			Прыжки в длину с разбега согнув ноги	Тестирование	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	П-анализировать и обобщать, делать выводы Р-понимать цель выполняемых действий; выполнять действия, руководствуясь инструкцией учителя; адекватно оценивать правильность выполнения задания; использовать технические приёмы при выполнении физических упражнений; анализировать результаты выполненных заданий по заданным критериям (под руководством учителя);		Взаимоконтроль

68/ 15			Бег 1500, 2000 метров	Тестирование	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга		Способность сознавать свои эмоции, адекватно их выражать и контролировать	Взаимо контроль
69/ 16			Футбол	Комбинированный Закрепление Игровая деятельность	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга		Способность сознавать свои эмоции, адекватно их выражать и контролировать	Взаимо контроль
70/ 17			Игровая деятельность	Комбинированный Закрепление Игровая деятельность	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга		Способность сознавать свои эмоции, адекватно их выражать и контролировать	Взаимо контроль

**Календарно-тематическая программа для 9 класса
24 контрольных**

№	Дата проведения		Тема урока	Тип урока	Планируемые результаты			Виды формы контроля
	По плану	По факту			Предметные результаты	Метапредметные результаты	Личностные результаты	
1	3.09		Низкий старт и стартовый разбег бег 30, 60 м, 100 м	Совершенство Игровая деятельность	Знать основы истории развития физкульт в России	П-осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий, используя справочные материалы учебника		Учительский контроль Взаимоконтроль
2	8.09		Развитие скоростных качеств.					
3	10.09		Тестирование бег 30, 60, 100 м	Совершенство Игровая деятельность тестирование	Научиться выполнять технически правильно двигательные действия. Развивать скоростные качества, развивать	К- излагать свое мнение задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений договариваться и	умение принимать творческие решения в процессе подвижных игр и соревнований;	Самоконтроль

					выносливость.	приходить к общему решению, работая в паре, в команде.		
4	15.09		Метание мяча, гранаты 500 гр. На дальность с 4-5 шагов разбега.	Игровая деятельность	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	Р- понимать цель выполняемых действий;	умение участвовать в диалоге	Самоконт Роль Взаимо контроль Учитель ский контроль
5	17.09		Метание мяча гранаты 500 гр. Метание мяча в вертикальную цель с 18 и 13метров.	Комбинированный Тестирование Игровая деятельность	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	выполнять действия, руководствуясь инструкцией учителя		Контроль учителя Самоконт роль

6	22.09		Прыжок в длину с разбега	Комбинированный Совершенствование		К- излагать свое мнение задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в команде.	Элементарно обосновывать качество выполнения физических упражнений: Простейшие наблюдения за собственным физическим развитием;	Самоконтроль
7	24.09		Прыжок в длину с разбега	Комбинированный Совершенствование Тестирование	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга		умение принимать творческие решения в процессе подвижных игр и соревнования	Контроль учителя Взаимоконтроль
8	29.09		Л атлетика	Комбинированный тестирование Игровая деятельность	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации	Р-определять цель, проблему в деятельности	Способность понимать и принимать эмоциональное состояние других людей Осознавать и проявлять себя гражданином	Контроль учителя

					собственного досуга		России в добрых словах и делах.	
9	1.10		Л Атлет	тестирование	Знать требования инструкций ТБ. Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	П-логически обосновывать осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий, используя справочные материалы учебника; различать, группировать подвижные и		Контроль учителя
10	6.10		Баскетбол. Ловля мяча от щита и бросок в прыжке	Закрепление	Уметь: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	спортивные игры; характеризовать основные физические качества; группировать игры по видам спорта; К-излагать свое мнение задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений	Стремление критически осмысливать свое поведение	Самоконтроль Взаимоконтроль Учительский контроль
11	8.10		ведение мяча	Комбинированный Разучивание Игровая деятельность	Уметь: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях	договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в команде.	Способность справляться с агрессией и эгоизмом Способность	Самоконтроль роль

					соревнований и организации собственного досуга		выбирать, как поступить в чрезвычайных ситуациях и отвечать за свой выбор	
12	13.10		Действие игрока в защите	Комбинированный Игровая деятельность Разучивание	Уметь: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий, используя справочные материалы учебника ;различать, группировать подвижные и спортивные игры ;характеризовать основные физические качества;		Контроль учителя

13	15.10		Ведение мяча с изменением высоты и скорости	Комбинированный Совершенствование Игровая деятельность	Уметь: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	Р-понимать цель выполняемых действий; выполнять действия, руководствуясь инструкцией учителя; адекватно оценивать правильность выполнения задания; использовать технические приёмы при выполнении физических упражнений; анализировать результаты выполненных заданий по заданным критериям (под руководством учителя);	Осознавать свой мировоззренческий выбор Осознавать целостность мира и многообразие взглядов на него.	Самоконтроль
14	20.10		Совершенствование Опека игрока.	Комбинированный Игровая деятельность Совершенствование	Знания: техника безопасности Умения: соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма, оказывать первую помощь при	К-работать в паре, группе, выполнять роли П-логически обосновывать	понимание значения физической культуры для укрепления здоровья человека	Контроль учителя

					травмах		мотивация к выполнению закаливающих процедур уважительного отношения к физической культуре как важной части общей культуры.	
15	21.10		Бросок по кольцу после ведения.	Комбинированный Совершенствование Игровая деятельность	Уметь: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий, используя справочные материалы учебника; различать, группировать подвижные и спортивные игры; характеризовать основные физические качества;		Самоконтроль Учительский контроль Взаимоконтроль
16	27.10		Бросок после ведения.	Зачёт	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	П-логически обосновывать	Элементарно обосновывать качество выполнения физических упражнений:	Самоконтроль Взаимоконтроль Учитель

17 /1	10.11		Лыжная подготовка Попеременный ход Одновременный ход.	Совершенство вание	Уметь: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	К-мнение подтверждать фактами Р-понимать цель выполняемых действий; выполнять действия, руководствуясь инструкцией учителя; адекватно оценивать правильность выполнения задания; использовать технические приёмы при выполнении физических упражнений ;анализировать результаты выполненных заданий по заданным критериям (под руководством учителя);	Аргументированная оценка своих и чужих поступков в однозначных и чрезвычайных ситуациях	Самоконтроль Взаимоконтроль Контроль учителя
18 /2	12.11		Попеременный четырёхшажный ход	Разучивание	Уметь: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в	вносить коррективы в свою работу К- излагать свое мнение задавать вопросы уточняющего	Стремление критически осмысливать свое поведение	Самоконтроль роль

					условиях соревнований и организации собственного досуга	характера по выполнению физических упражнений		
19 /3	17.11		Переход с Попеременно двушажный ход на Одновременный ход	Закрепление	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в команде. П- делать выводы,		Самоконтроль Взаимоконтроль
20 /4	19.11		Попеременный четырёхшажный ход	Зачёт	Уметь: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга			Взаимоконтроль
21 /5	24.11		Бег на лыжах классическим ходом 5 км.	Совершенствование	Уметь: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в	Р-понимать выполняемых цель обобщения действий; выполнять действия, руководствуясь инструкцией учителя;	мотивация к выполнению закаливающих процедур	Взаимоконтроль

					условиях соревнований и организации собственного досуга	адекватно оценивать правильность выполнения задания; использовать технические приёмы при выполнении физических упражнений; анализировать результаты выполненных заданий по заданным критериям (под руководством учителя);		
22 /6	26.11		Переход с Поперечно двушажный ход на Одновременный ход Зачёт	Совершенство Зачёт	Знания: техника безопасности Умения: соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма, оказывать первую помощь при травмах	К-мнение подтверждать фактами		Взаимный контроль Учительский контроль

23 /7	1.12		Бег на лыжах классическим ходом 5 км.	Совершенство	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	Р-понимать цель выполняемых действий; выполнять действия, руководствуясь инструкцией учителя; адекватно оценивать правильность выполнения задания; использовать технические приёмы при выполнении физических упражнений; анализировать результаты выполненных заданий по заданным критериям (под руководством учителя);		Взаимоконтроль
24 /8	3.12		бег на лыжах	Тестирование		К- излагать свое мнение задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений договариваться и	Элементарно обосновывать качество выполнения физических упражнений:	Взаимоконтроль
25 /9	8.12		Гимнастика перехода с шага на месте к передвижению на определенное	Закрепление	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в			Взаимоконтроль

			КОЛИЧЕСТВО ШАГОВ Строевые упражнения		условиях соревнований и организации собственного досуга	приходить к общему решению, работая в паре, в команде. П- делать выводы,		
26 /1 0	10.12		Комбинация 1.С 2-3 шагов разбега кувырок вперед прыжком в упор присев 2. Силой стойка на голове и руках согнув ноги 3.Опускаясь в упор присев, кувырок назад и прыжок вверх прогибаясь с поворотом кругом 4.Полуприсед, руки назад и длинный кувырок вперед и прыжок вверх прогибаясь ноги врозь и о. с..	Закрепление	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	Р-понимать выполняемых цель обобщения действий; выполнять действия, руководствуясь инструкцией учителя; адекватно оценивать правильность выполнения задания; использовать технические приёмы при выполнении физических упражнений; анализировать результаты выполненных заданий по заданным критериям (под руководством учителя);		Самоконт роль Взаимо контроль

27 /1 1	15.12	<p>Комбинация из всех изученных элементов.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Шагом левой равновесие 2. Выпад правой, руки в стороны 3. Кувырок вперед толчком одной в сед и наклон вперед 4. Кувырок назад в упор присев 5. Прыжок вверх с поворотом кругом 	Совершенство	<p>Уметь: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга</p>	К-мнение подтверждать фактами		<p>Учительский контроль Самоконтроль</p>
---------------	-------	--	--------------	---	-------------------------------	--	--

28 /1 2	17.12		Зачёт Комбинация из всех изученных элементов	Зачёт	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	Р-понимать цель выполняемых действий; выполнять действия, руководствуясь инструкцией учителя; адекватно оценивать правильность выполнения задания; использовать технические приёмы при выполнении физических упражнений; анализировать результаты выполненных заданий по заданным критериям (под руководством учителя);		Самоконт роль
29 /1 3	22.12		Закрепление Опорный прыжок согнув ноги, но уже через козла в длину на высоте 115 см. Девочки осваивают прыжок боком через коня в ширину на	Закрепление	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	К- излагать свое мнение задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в команде. П- делать выводы,		Взаимо контроль

			высоте 110 см.					
30 /1 4	24.12		Закрепление прыжок согнув ноги, но уже через козла в длину на высоте 115 см. Девочки осваивают прыжок боком через коня в ширину на высоте 110 см.	Закрепление	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга		. Элементарно обосновывать качество выполнения физических упражнений:	Самоконтроль Взаимоконтроль
31 /1 5	29.12		Опорный прыжок через коня в длину ноги врозь, через коня углом.	Зачёт	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	Р-понимать выполняемых цель обобщения действий; выполнять действия, руководствуясь инструкцией учителя ;адекватно оценивать правильность выполнения задания; использовать технические приёмы при выполнении физических упражнений; анализировать результаты выполненных заданий по заданным критериям		Контроль учителя

						(под руководством учителя);	
32 /1	12.01		<p>Комбинация на брусьях</p> <p>1. На концах жердей прыжком упор и одно временными толчками рук передвинуться вперед до стоек</p> <p>2. Опуститься в упор на предплечьях и размахивание</p> <p>3. Подъем махом вперед в сед ноги врозь</p> <p>4. Перехват руками вперед и кувырок вперед в сед ноги врозь</p> <p>5. Перемах внутрь и мах назад</p> <p>6. В начале маха вперед согнуть руки и в конце маха</p>	Разучивание	<p>Научиться:</p> <p>правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга</p>		Самоконтроль

			<p>разогнуть, махом назад соскок прогнувшись вправо (влево) Комбинация на бревне.</p>						
33 /2	14.01		<p>Комбинация на перекладине 1.Из виса подъем переворотом силой в упор 2.Поворот правой в упор ноги врозь правой 3.Спад назад и подъем на правой (завесом) в упор ноги врозь правой 4.Поворот налево кругом в упор с перемахом левой назад. 5.Спад назад в вис согнувшись</p>	Закрепление	<p>Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга</p>				Самоконт роль
						<p>К-различать аксиомы, догматы, теории К- излагать свое мнение задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в команде.</p>	<p>Элементарно обосновывать качество выполнения физических упражнений:</p>		

			и соскок махом назад Комбинация на брусьях					
34 /3	19.01		<p>1. Из виса стоя на согнутых руках на н/ж снаружи лицом к в/ж махом одной и толчком другой вис прогнувшись на н/ж с опорой ступнями о в/ж</p> <p>2. Переворот в упор на н/ж</p> <p>3. Перемах правой в упор ноги врозь правой</p> <p>4. Перехватом правой за в/ж поворот налево кругом с перемахом правой в вис лежа на н/ж</p> <p>5. Поворот</p>	Совершенство	Уметь: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга			Самоконтроль Взаимоконтроль

			налево в сед на левом бедре, правую руку в сторону 6.Хватом правой сзади соскок с поворотом направо кругом					
35 /4	21.01		И. п. — упор стоя продольно с правой стороны бревна 1. С прыжка в упор, правую в сторону на носок, с поворотом налево упор стоя на левом колене и полушпагат, руки в стороны 2. Опираясь руками впереди, упор лежа 3. Толчком ног упор присев 4. Встать на носки, руки в стороны 5. Шагом правой	Совершенство	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга			Контроль учителя Самоконтроль Взаимоконтроль

			<p>равновесие на ней</p> <p>6. Выпрямляясь и приставляя левую, полу-присед, руки назад, соскок, прогибаясь, вперед — в сторону</p>					
36 /5	26.01		<p>Комбинация на брусьях параллельных, на бревне.</p>	Зачёт	<p>Уметь: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга</p>	<p>К- излагать свое мнение задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в команде.</p>	<p>Элементарно обосновывать качество выполнения физических упражнений:</p>	Контроль учителя

37 /6	28.01		Комбинация на перекладине и брусках.	Зачёт	Уметь: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	К-излагать свое мнение К- излагать свое мнение задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в команде.		Самоконтроль Взаимоконтроль
38 /7	2.02		Волейбол Разучивание Передача мяча у сетки и в прыжке через сетку.	Комбинированный Разучивание Игровая деятельность	Уметь: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	Р-понимать цель выполняемых действий; выполнять действия, руководствуясь инструкцией учителя; адекватно оценивать правильность выполнения задания; использовать		Контроль учителя Взаимоконтроль
39 /8	4.02		Приём мяча снизу в зону 5	Разучивание	Уметь: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	технические приёмы при выполнении физических упражнений; анализировать результаты выполненных заданий по заданным критериям (под руководством учителя);	Простейшие наблюдения за собственным физическим развитием;	Контроль учителя

40 /9	9.02.		Передача мяча сверху	Комбинированный Игровая деятельность Зачёт	Уметь: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	К- излагать свое мнение задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в команде.		Контроль учителя
41 /1 0	11.02		Прямая верхняя подача	Совершенство вание	Уметь: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	К-излагать свое мнение К- излагать свое мнение задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений договариваться и приходить к общему решению, работая в	умение принимать творческие решения в процессе подвижных игр и соревнований;	Самоконт роль Взаимо контроль

42 /1 1	16.02		верхняя прямая подача.	Изучение Зачёт	Научиться: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	паре, в команде.		Самоконт роль Взаимо контроль
43 /1 2	18.02		Приём мяча снизу.	Зачёт	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга			Контроль учителя

44 /1 3	25.02		Индивидуальные тактические действия. Учебная игра	Комбинированный Совершенствование Игровая деятельность	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	К- излагать свое мнение задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в команде.		Самоконтроль
45 /1 4	2.03		Учебная игра	Совершенствование		К- излагать свое мнение задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в команде.	умение участвовать в диалоге	Контроль учителя
46 /1 5	4.03		Лыжная подготовка. Повторение пройденного материала в 8 кл	Комбинированный Совершенствование Игровая деятельность	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга			Самоконтроль
47 /1 6	9.03		Одновременно двушажный коньковый ход	Разучивание	Знать: техника безопасности Научиться: соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма,	К-излагать свое мнение К- излагать свое мнение задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических		Контроль учителя

					оказывать первую помощь при травмах	упражнений договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в команде.		
48 /1 7	11.03		Одновременно двушажный коньковый ход	Закрепление	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	Р-понимать цель выполняемых действий; выполнять действия, руководствуясь инструкцией учителя ;адекватно оценивать правильность выполнения задания; использовать технические приёмы при выполнении физических упражнений; анализировать результаты выполненных заданий по заданным критериям (под руководством учителя);		Взаимо контроль
49 /1 8	16.03		Бег на лыжах 5 км.	Закрепление	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	вносить коррективы в свою работу Р-планировать деятельность К- излагать свое		Самоконтроль
50 /1 9	18.03		Бег на лыжах 5 км.	Зачёт	Научиться: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях			Самоконтроль Взаимо контроль Контроль учителя

					соревнований и организации собственного досуга	мнение задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в команде.		
51 /1	23.03		волейбол	Комбинированный Разучивание Игровая деятельность	Знания: техника безопасности Умения: соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма, оказывать первую помощь при травмах		самостоятельно выполнять задания;	Самоконтроль Взаимоконтроль
52 /2	6.04		Нападающий удар.	Закрепление Игровая деятельность				
53 /3	8.04		Нападающий удар.	Комбинированный Совершенствование Игровая деятельность	Научиться: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях	П-анализировать и обобщать, делать выводы Р-понимать цель выполняемых действий; выполнять действия, руководствуясь инструкцией учителя;		Взаимоконтроль Контроль учителя

					соревнований и организации собственного досуга	адекватно оценивать правильность выполнения задания; использовать технические приёмы при выполнении физических упражнений; анализировать результаты выполненных заданий по заданным критериям (под руководством учителя);		
54 /4	13.04		Нападающий удар.	Совершенство Игровая деятельность	Научиться: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	вносить коррективы в свою работу		Взаимоконтроль
55 /5	15.04		Нападающий удар.	Зачёт	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и	К-излагать свое мнение задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических	изменять физическую нагрузку с учетом самочувствия;	Самоконтроль

					использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	упражнений договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в команде.		
56 /6	20.04		Л/атлетика Прыжки в высоту способом перешагивания.	Разучивание	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	К- уметь сотрудничать с одноклассник. Р-понимать цель выполняемых действий; выполнять действия, руководствуясь инструкцией учителя; адекватно оценивать правильность выполнения задания; использовать технические приёмы при выполнении физических упражнений; анализировать результаты выполненных заданий по заданным критериям (под руководством учителя);	уметь сотрудничать в коллективе сверстников	Самоконтроль
57 /7	22.04		Прыжки в высоту способом перешагивания.	Совершенствование	Научиться: технически правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга			Взаимоконтроль Контроль учителя
58 /8	27.04		Прыжки в высоту способом	Совершенствование	Научиться: технически правильно	вносить коррективы в свою работу П-анализировать и	Умение опираться на вечные	Взаимоконтроль

			перешагивания.		осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	обобщать, делать выводы - понимать цель выполняемых действий; выполнять действия, руководствуясь инструкцией учителя; адекватно оценивать правильность выполнения задания; использовать технические приёмы при выполнении физических упражнений; анализировать результаты выполненных заданий по заданным критериям (под руководством учителя);	нравственные ценности	
59 /9	29.04		Прыжки в высоту способом перешагивания.	Зачёт Игровая деятельность	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга			Самоконтроль роль
60 /1 0	4.05		Баскетбол Ведение мяча с изменением высоты отскока и скорости движения	Совершенствование Игровая деятельность	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации	вносить коррективы в свою работу		Самоконтроль роль

					собственного досуга			
61 /1 1	6.05		штрафного броска	Совершенство Игровая деятельность	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	К-излагать свое мнение задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в команде.		Взаимо контроль Контроль учителя Самоконт роль
62 /1 2	11.05		Ведение мяча с сопротивлени ем защитника	Комбиниров анный Совершенство Игровая деятельность	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	К- уметь сотрудничать с одноклассник.	Сдерживать свои эмоции	Самоконт роль
63 /1 3	13.05		Бросок после ведения различным способом.	Комбиниров анный Совершенство Игровая деятельность	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации	Р-понимать цель выполняемых действий; выполнять действия, руководствуясь инструкцией учителя; адекватно оценивать правильность выполнения задания;		Самоконт роль Взаимо контроль Учитель

					собственного досуга			
64 /1 4	18.05		ведение мяча и бросок в движении.	Игровая деятельность Зачёт	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	использовать технические приёмы при выполнении физических упражнений; анализировать результаты выполненных заданий по заданным критериям (под руководством учителя);		Взаимо контроль Контроль учителя
64 /1 5	20.05		Учебно-тренировочная игра	Игровая деятельность	Научиться: правильно осуществлять двигательные действия и использовать их в условиях соревнований и организации собственного досуга	К- уметь сотрудничать с одноклассник	Сдерживать свои эмоции	Взаимо контроль