

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа №5 г. Пересвета»**

УТВЕРЖДАЮ  
Директор школы  
/И.В. Березина/  
01 сентября 2018 год



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
по физической культуре  
5«Б» класс**

Составил: Королёв Р.Г.  
учитель физической культуры без категории

**2018 год**

## **Планируемые результаты изучения учебного предмета «Физическая культура»**

Программа позволяет добиваться следующих результатов освоения образовательной программы основного общего образования

### **Личностные результаты**

1. владение знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности, о соответствии их возрастным и половым нормативам;
2. владение знаниями об особенностях индивидуального здоровья и о функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний и пере напряжения средствами физической культуры;
3. владение знаниями по основам организации и проведения занятий физической культурой оздоровительной и тренировочной направленности, составлению содержания занятий в соответствии с собственными задачами, индивидуальными особенностями физического развития и физической подготовленности.
4. способность управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой, игровой и соревновательной деятельности;
5. владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время совместных занятий физической культурой и спортом, разрешать спорные проблемы на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим.
6. умение планировать режим дня, обеспечивать оптимальное сочетание нагрузки и отдыха;
7. владение умением достаточно полно и точно формулировать цель и задачи совместных с другими детьми занятий физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельностью, излагать их содержание;
8. умение максимально проявлять физические способности (качества) при выполнении тестовых упражнений по физической культуре.

### **Метапредметные результаты:**

**Регулятивные, коммуникативные, познавательные.**

#### **Легкая атлетика**

**УУД-Р** ученик научится- формулировать и удерживать учебную задачу; выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; различать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона.

Включать беговые упражнения в различные формы занятий.

**П:**ученик научится -использовать знания по технике безопасности на уроках ; применять беговые упражнения для развития физических качеств, выбирать наиболее эффективные способы решения задач. При освоении техники легко – атлетических упражнений..

**К:**ученик научиться ставить вопросы, обращаться за помощью, взаимодействовать со сверстниками во время выполнения легкоатлетических упражнений.

#### **Кроссовая подготовка**

**УУД –Р** ученик научится -:включать беговые упражнения в различные формы занятий физической культуры, во время выполнения упражнений следить за своим самочувствием и с помощью этих знаний регулировать физическую нагрузку..

**П-** ученик научиться -применять беговые упражнения для развития физических качеств, самостоятельно выстраивать свои тренировки для развития того или иного качества.

**К-** ученик научится- взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения беговых упражнений , соблюдать правила безопасности, следить за внешними признаками утомления своих товарищей и предотвращать переутомление организма на уроках, чередовать нагрузку и отдых для восстановления после тренировок.

### **Гимнастика**

**УУД-Р:** ученик научится- выбирать действие в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации, вносить изменения и дополнения в план действий; осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату; формулировать и удерживать учебную задачу; предвидеть возможности получения конкретного результата

**П:** ученик научится - выделять и формулировать познавательную цель, ориентироваться в разнообразии способов решения задач.; использовать знаково-символические средства, в т. ч. модели и схемы для решения задач; ставить , формулировать , решать задачу.

**К:** ученик научится - слушать собеседника, формулировать свои затруднения; координировать и принимать различные позиции во взаимодействии. ; определять цели , функции участников , формировать собственное мнение, координировать и принимать различные позиции во взаимодействии.

### **Спортивные игры (волейбол)**

**УУД- Р :** ученик научится - применять правила подбора одежды для занятия волейболом, уважительно относиться к сопернику и управлять своими эмоциями, выполнять правила игры; использовать игру в волейбол в организации активного образа жизни.

**П:**ученик научится - моделировать технику действий и приемов волейболиста, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий., возникающих в процессе игровой деятельности.

**К:** ученик научится - соблюдать правила безопасности , взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техническими действиями волейбола ; оказывать помощь в освоении элементов техники.

### **Лыжная подготовка**

**УУД-Р. :** ученик научится - применять правила подбора одежды для занятий по лыжной подготовке, использовать передвижения на лыжах в организации активного отдыха.

**П.:** ученик научится - давать оценку погодным условиям и подготовке к уроку на свежем воздухе, моделировать способы передвижения на лыжах в зависимости от особенностей лыжной трассы, контролировать физическую нагрузку по частоте сердечных сокращений ; применять передвижения на лыжах для развития физических качеств.

**К.:** ученик научится - осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь, взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техникой передвижения на лыжах.

### **Спортивные игры (баскетбол)**

**УУД- Р.:** ученик научится - применять правила подбора одежды для занятий баскетболом , использовать игровые действия для развития физических качеств, использовать игру в баскетбол для активного отдыха.

**П.:** ученик научится - моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий.

**К.:** ученик научится - взаимодействовать со сверстниками в процессе освоения технических действий и приемов, соблюдать технику безопасности.

### **Спортивные игры (волейбол)**

**УУД- Р.:** ученик научится - применять правила подбора одежды для занятий волейболом , уважительно относиться к партнеру, помогать ему в освоении приемов и техники волейбола; играть в волейбол по упрощенным правилам.

**П.:** ученик научится - моделировать технику действий и приемов волейболиста, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности, осуществлять судейство по данному виду спорта.

**К.:** ученик научится - соблюдать правила безопасности , взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техническими действиями волейбола.

### **Легкая атлетика**

**УУД-Р.:** ученик научится - включать беговые упражнения в различные формы занятий физической культурой, применять упражнения из раздела «Легкая атлетика « в повседневной жизни.

**П.:** ученик научится - демонстрировать вариативное выполнение прыжковых упражнений, демонстрировать выполнение метания малого мяча , демонстрировать передачу эстафетной палочки; применять специально - беговые упражнения для развития физических качеств.

**К.:** ученик научится -взаимодействовать со сверстниками в процессе освоения техникой легко- атлетических упражнений, соблюдать правила безопасности.

### **Предметные результаты.**

#### **Легкая атлетика :**

Ученик научится:

- выполнять старт с опорой на одну руку;
- выполнять специально – беговые упражнения;
- передавать эстафетную палочку;
- бегать на средние дистанции.

Ученик получит возможность научиться:

- метать малый мяч на дальность,
- прыгать в длину с разбега;

#### **Кроссовая подготовка.**

Ученик научится:

- чередовать ходьбу и бег на средних дистанциях;
- следить за своим самочувствием;
- следить за своим дыханием.

Ученик получит возможность научиться:

- укладывать во времени при сдаче норматива 1000 м.;
- длительное время бегать без остановки в среднем темпе.

#### **Гимнастика.**

Ученик научится:

- выполнять группировку;
- выполнять строевые упражнения;
- прыгать через скакалку.

Ученик получит возможность научиться:

- лазать по канату;
- выполнять упражнения на перекладине и турнике;
- выполнять опорный прыжок;

Выполнять связки из акробатических упражнений.

#### **Спортивные игры ( волейбол)**

Ученик научится:

- выполнять стойку игрока и перемещения по площадке;
- индивидуально выполнять верхнюю передачу мяча;
- играть в пионербол с элементами волейбола.

Ученик получит возможность научиться:

- выполнять элементы техники волейбола в парах, тройках;
- играть в мини- волейбол.

#### **Лыжная подготовка:**

Ученик научится:

- держат равновесие при передвижении на лыжах;
- выполнять спуски с гор;
- подниматься в подъем ,удобным способом.

Ученик получит возможность научиться:

- выполнять повороты упором и переступанием во время спуска;
- освоить технику классических и коньковых лыжных ходов;
- выполнять торможение плугом и упором.

#### **Спортивные игры(баскетбол).**

Ученик научится:

- вести мяч ведущей рукой;
- выполнять передачи мяча на месте;
- играть в мини- баскетбол по упрощенным правилам.

Ученик получит возможность научиться:

- освоить технику бросков на двух шагах, со средней дистанции;
- выполнять финты;
- играть по правилам в мини- баскетбол, стритбол.

#### **Спортивные игры ( волейбол).**

Ученик научится:

- взаимодействовать с игроками на площадке;
- выполнять элементы техники волейбола в облегченных условиях;
- соблюдать правила техники безопасности.

Ученик получит возможность научиться:

- выполнять отдельные элементы техники волейбола;
- играть в пионербол с элементами волейбола.

#### **Легкая атлетика**

Ученик научится:

- выполнять выбегания из разных и. п.;
- бегать без учета времени;
- соблюдать правила техники безопасности;
- выполнять высокий старт и старт с опорой на одну руку;
- выполнять нормативы с результатом не ниже среднего.

Ученик получит возможность научиться:

- прыгать в высоту с разбега;
- метать мяч на дальность;
- прыгать в длину с разбега.

## **Основное содержание учебного предмета «Физическая культура»**

### **Раздел 1. Легкая атлетика (11 часов)**

Техника безопасности на уроках по легкой атлетике. Обучение технике бега на короткие дистанции. Знакомство с техникой старта с опорой на одну руку. Повторение техники высокого старта. Выполнение ускорений, специально – беговых упражнений. Проведение эстафетного бега, проведение линейных, встречных эстафет. Знакомство с техникой прыжка в длину с разбега. Повторение техники метания малого мяча на дальность с места и разбега, метание мяча в цель вертикальную и горизонтальную. Знакомство с техникой бега на средние дистанции. Сдача тестов и нормативов по программе.

### **Раздел 2. Кроссовая подготовка (9 часов)**

Техника безопасности на уроках по кроссовой подготовке. Техника бега на средние и длинные дистанции. Понятие равномерный и переменный бег. Техника бега по пересеченной местности. Соблюдение правил самоконтроля. Преодоление естественных препятствий. Бег в гору., бег с горы. Совершенствование техники бега в подвижных играх. Знакомство с понятиями утомление, переутомление и восстановление после физической нагрузки. Сдача тестов и нормативов по программе.

### **Раздел 3. Гимнастика (18 часов).**

Техника безопасности на занятиях по гимнастике. ОРУ на месте и в движении, ОРУ со скакалками, ОРУ с предметами. Строевые упражнения на месте и в движении. Акробатические упражнения, акробатические связки, составление акробатической комбинации. Эстафеты с элементами ОФП. Лазание по канату, перетягивание каната. Опорный прыжок через козла. Упражнения на гимнастических снарядах. Сдача тестов, контрольных нормативов и контрольных упражнений по программе.

### **Раздел 4. Спортивные игры (волейбол 10 часов).**

Техника безопасности на уроках по спортивным играм. Стойка игрока, перемещения игрока. Техника верхней передачи мяча с собственного подбрасывания и в полной координации при работе в парах, тройках, в кругу. Техника выполнения нижней прямой подачи. Прием мяча снизу. Учебные двухсторонние игры, совершенствование техники элементов волейбола в подвижных играх и эстафетах. Знакомство с тактикой игры, правилами игры и судейством. Сдача тестов, контрольных упражнений в соответствии с программой.

### **Раздел 5. Лыжная подготовка (16 часов).**

Техника безопасности на уроках по лыжной подготовке. Техника классических лыжных ходов. Техника коньковых лыжных ходов. Работа рук, ног, в полной координации. Техника перехода с хода на ход. Горнолыжная техника: спуски в разных стойках, повороты и торможения. Правила проведения лыжных соревнований. Прохождение дистанции 3 – 5 км. Сдача контрольных упражнений и нормативов.

### **Раздел 6. Спортивные игры (баскетбол 14 часов).**

Техника безопасности на уроках по спортивным играм. Стойка и перемещения игрока. Техника владения мячом: ведение мяча, передачи мяча на месте и в движении, броски в кольцо со средней дистанции, техника штрафного броска, броска из-под кольца. Правила игры, судейство игры. Учебно- тренировочные задания в парах, тройках. Учебные игры в стритбол, мини

- баскетбол. Тактические действия в нападении и защите.

Сдача контрольных упражнений, нормативов по программе.

### **Раздел 7. Спортивные игры (волейбол 11 часов).**

Техника безопасности на уроках по спортивным играм. Техника перемещения игроков по площадке. Знакомство с техникой нижней боковой подачи. Совершенствование техники верхней передачи мяча, приема мяча снизу. Совершенствование элементов техники в подвижных играх, линейных и встречных эстафетах. Знакомство с техникой нападающего удара. Учебные игры «три передачи», пионербол с элементами волейбола, мини- волейбол. Правила игры, судейство игры. Сдача контрольных упражнений и нормативов по программе.

## **Раздел 8 .Легкая атлетика (16 часов).**

Техника безопасности на уроках по легкой атлетике. Знакомство с техникой прыжка в высоту с разбега способом перешагивание. Техника бега на короткие и средние дистанции. Техника метания мяча на дальность и в цель. Техника прыжка в длину с разбега. Техника эстафетного бега. Повторение техники специально- беговых упражнений. Повторение техники старта с опорой на одну руку и техники высокого старта. Сдача тестов, контрольных нормативов по программе.

## Тематическое планирование.

№ урока	Наименование разделов и тем	Тип урока	Характеристика основных видов деятельности ученика (на уровне учебных действий по теме)	Планируемые сроки прохождения	Фактические сроки прохождения
<p><b>Тема 1. Легкая атлетика (11 часов; 3 часа в неделю)</b></p> <p><b>Личностные</b>-в циклических и ациклических локомоциях:с максимальной скоростью пробегать 60м из положения низкого старта, после быстрого разбега совершать прыжок, в равномерном темпе бегать мальчики- 20 мин., девочки 15 мин.</p> <p><b>Предметные</b>- применять знания по технике безопасности на уроках по легкой атлетике, выполнять бег с ускорениями, метать мяч на дальность не ниже среднего, прыгать в длину с трех шагов , регулировать величину физической нагрузки, определять индивидуальные режимы физической нагрузки.</p> <p><b>УУД-Р</b> :целеполагание-формулировать и удерживать учебную задачу; планирование-выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; различать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона.</p> <p>Включать беговые упражнения в различные формы занятий.</p> <p><b>П</b>:общеучебные-использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. Применять беговые упражнения для развития физических качеств, выбирать наиболее эффективные способы решения задач.</p> <p><b>К</b>:инициативное сотрудничество-ставить вопросы, обращаться за помощью, взаимодействовать со сверстниками во время выполнения легкоатлетических упражнений.</p>					
1	Техника безопасности на уроках по легкой атлетике. Техника бега на короткие дистанции	Урок открытия нового знания	Высокий старт (до 10-15м), бег с ускорением 30-40м, встречная эстафета. Специальные беговые упражнения, развитие скоростных качеств, подвижная игра «Бег с флажками».	01.09-08.09	
2	Совершенствование техники бега на	Урок рефлексии	Высокий старт (до 10-15м), бег с	01.09-08.09	

	короткие дистанции.		ускорением (40-50м), специальные беговые упражнения, развитие скоростных возможностей. Круговая эстафета. Влияние легкоатлетических упражнений на здоровье.		
3	Закрепление техники бега на короткие дистанции	Урок рефлексии	Высокий старт (до 10-15м), бег по дистанции, специальные беговые упражнения, развитие скоростных возможностей. Встречная эстафета.	01.09-08.09	
4	Совершенствование техники бега на короткие дистанции	Урок рефлексии	Высокий старт (до 10-15м), бег с ускорением (50-60м), финиширование, специальные беговые упражнения, развитие скоростных возможностей, эстафетный бег, передача эстафетной палочки.	01.09-08.09	
5	Эстафетный бег. Бег 60 м на время	Урок развивающего контроля	Бег на результат 60м, специально беговые упражнения, развитие скоростных возможностей. Подвижная игра	11.09-15.09	

			«Разведчики и часовые»		
6	Техника прыжка в длину с разбега. Прыжок в длину с 3 шагов разбега. Техника метания малого мяча.	Урок открытия нового знания	Обучение отталкивания в прыжке в длину способом «согнув ноги», прыжок с 7-9 шагов разбега. Метание малого мяча в горизонтальную цель (1x1) с 5-6м. ОРУ в движении. Подвижная игра «Попади в мяч». Специальные беговые упражнения. Развитие скоростно-силовых качеств.	11.09-15.09	
7	Совершенствование техники прыжка в длину с разбега. Совершенствование техники метания малого мяча .	Урок методологической направленности	Обучение подбора разбега, прыжок 7-9 шагов разбега. Метание малого мяча в вертикальную цель (1x1) с 5-6м. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Подвижная игра «Кто дальше бросит». Развитие скоростно-силовых качеств.	11.09-15.09	

8	Закрепление техники прыжка в длину с разбега. Закрепление техники метания малого мяча .	Урок рефлексии	Прыжок с 7-9 шагов разбега. Приземление. Метание малого мяча в вертикальную цель (1x1) с 5-6м. ОРУ в движении. Специальные беговые упражнения. Подвижная игра «Метко в цель». Развитие скоростно-силовых качеств.	18.09-22.09	
9	Прыжок в длину на результат. Метания малого мяча на результат.	Урок развивающего контроля	Прыжок с 7-9 шагов разбега. Метание малого мяча в вертикальную цель (1x1) с 5-6м. ОРУ в движении. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростно-силовых качеств.	18.09-22.09	
10	Техника бега на средних дистанциях	Урок открытия нового знания	Бег в равномерном темпе. Бег 1000м. ОРУ. Развитие выносливости. Подвижные игры «Салки».	18.09-22.09	
11	Совершенствование техники бега на средних дистанциях	Урок рефлексии	Бег в равномерном темпе. Бег 1000м. ОРУ. Развитие выносливости. Подвижные игры «Салки с маршем».	25.09-29.09	

**Тема 2 Кроссовая подготовка( 9 часов; 3 часа в неделю )**

Личностные- в равномерном темпе бегать до 20мин-мальчики, 15мин-девочки, владеть правилами

поведения при выполнении физических упражнений, самостоятельно выполнять упражнения по развитию выносливости и силы. Соблюдать правила самоконтроля.

Предметные.-регулировать величину физической нагрузки в зависимости от задач занятия и индивидуальных особенностей организма; применять знания по технике безопасности на уроках кроссовой подготовки, бегать без учета времени и чередовать во время занятий бег с ходьбой по необходимости.

УУД –Р :включать беговые упражнения в различные формы занятий физической культуры, включать беговые упражнения в различные формы занятий физической культурой.

П-применять беговые упражнения для развития физических качеств.

К:взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения беговых упражнений , соблюдать правила безопасности.

12	Т. Б на уроках по легкой атлетике. Техника бега на длинных дистанциях. Понятие равномерный бег.	Урок открытия нового знания	Равномерный бег (10мин). ОРУ. Подвижные игры «Невод». Развитие выносливости.	25.09-29.09	
13	Развитие общей выносливости. Чередование бега и ходьбы. Равномерный бег- 12 мин.	Урок методологическо й направленности	Равномерный бег (12мин), чередование бега с ходьбой, ОРУ в движении, подвижная игра «Перебежка» с вырубкой. Развитие выносливости.	25.09-29.09	
14	Совершенствование общей выносливости в подвижных играх.	Урок методологическо й направленности	Равномерный бег (12мин), чередование бега с ходьбой. ОРУ. Подвижная игра «Паровозики». Развитие выносливости.	02.10-06.10	
15	Бег по пересеченной местности. Преодоление препятствий	Урок методологическо й направленности	Равномерный бег (15 мин), бег в гору. Преодоление препятствий. ОРУ. Подвижная игра «Бег с флажками».	02.10-06.10	

			Развитие выносливости.		
16	Понятие - переменный бег. Ускорения в гору. Совершенствование общей выносливости в подвижных играх.	Урок методологической направленности	Равномерный бег и переменный (15 мин), бег в гору. Преодоление препятствий. ОРУ. Подвижная игра «Вызов номера». Развитие выносливости.	02.10-06.10	
17	Совершенствование техники переменного и равномерного бега. Бег с горы.	Урок методологической направленности	Равномерный бег (15 мин), бег в гору. Преодоление препятствий. ОРУ. Подвижная игра «Команда быстроногих». Развитие выносливости.	09.10-13.10	
18	Чередование равномерного и переменного бега по пересеченной местности.	Урок методологической направленности	Равномерный бег (17 мин), бег в гору. Преодоление препятствий. ОРУ. Подвижная игра «Через кочки и пенечки». Развитие выносливости.	09.10-13.10	
19	Равномерный бег по пересеченной местности, преодоление естественных препятствий.	Урок методологической направленности	Равномерный бег (17 мин), бег в гору. Преодоление препятствий. ОРУ. Подвижная игра «Разведчики и часовые». Развитие выносливости.	09.10-13.10	
20	Оценить технику бега по пересеченной местности на время.	Урок развивающего контроля	Бег по пересеченной местности (2 км). ОРУ. Подвижная игра «Пятнашки	16.10-20.10	

			маршем». Развитие выносливости.		
<b>Тема 3 Гимнастика (18 часов.;3 часа в неделю.)</b>					
<p>Личностные -владеть правилами поведения на занятиях физическими упражнениями, проявлять активность, самостоятельность, выдержку. Поддерживать товарищей ,имеющих недостаточную физическую подготовленность</p> <p>Предметные-применять правила по техники безопасности на уроках гимнастики, выполнять перекаты, группировку, простейшие акробатические упражнения, выполнять упражнения для профилактики нарушений осанки , регулировать величину физической нагрузки.</p> <p>УУД-Р: планирование- выбрать действие в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации, вносить изменения и дополнения в план действий; контроль и самоконтроль- осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату; целеполагание- формулировать и удерживать учебную задачу; прогнозирование – предвидеть возможности получения конкретного результата</p> <p>П: общеучебные- самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель, ориентироваться в разнообразии способов решения задач. Использовать знаково- символические средства, в т. ч. модели и схемы для решения задач. Ставить , формулировать , решать задачу.</p> <p>К: взаимодействие - слушать собеседника, формулировать свои затруднения; координировать и принимать различные позиции во взаимодействии. Планирование учебного сотрудничества- определять цели , функции участников , формировать собственное мнение, координировать и принимать различные позиции во взаимодействии.</p>					
21	Т.Б на уроках гимнастики. Строевые упражнения . Понятия- колонна и шеренга. Упражнения на перекладине.	Урок открытия нового знания	Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре дроблением и сведением. ОРУ на месте. Вис согнувшись, вис прогнувшись (м), смешанные висы (д). Развитие силовых способностей. Значение гимнастических упражнений для сохранения правильной осанки. Инструктаж по ТБ. Подвижная игра	16.10-20.10	

			«Запрещенное движение».		
22	Совершенствование строевых упражнений. Провести тест на гибкость. Провести ОРУ со скакалками.	Урок методологической направленности	Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре дроблением и сведением. ОРУ со скакалками. Вис согнувшись, вис прогнувшись (м), смешанные висы (д). Подтягивание в висе. Развитие силовых способностей. Подвижная игра «Светофор».	16.10-20.10	
23	Повторить строевые упражнения и ОРУ со скакалками. Совершенствование упражнений на перекладине.	Урок методологической направленности	Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре дроблением и сведением. ОРУ на месте. Вис согнувшись, вис прогнувшись (м), смешанные висы (д). Подтягивание в висе. Развитие силовых способностей. Подвижная игра «Фигуры».	23.10-27.10	
24	Провести тест по подтягиванию. Повторить строевые упражнения.	Урок развивающего контроля	Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре дроблением и сведением. ОРУ на месте. Вис согнувшись, вис прогнувшись (м), смешанные висы (д). Подтягивание в висе. Развитие	23.10-27.10	

			<p>силовых способностей. Подвижная игра. Эстафета «Веревочка под ногами».</p>		
25	<p>Эстафеты с предметами и элементами ОФП. Провести тестирование-прыжки через скакалку за 1 мин.</p>	<p>Урок развивающего контроля</p>	<p>Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре дроблением и сведением. ОРУ на месте. Развитие силовых способностей. Подвижная игра «Прыжок за прыжком». Тест-прыжки через скакалку.</p>	23.10-27.10	
26	<p>Оценить выполнение строевых команд. Повторить эстафеты с предметами и элементами ОФП.</p>	<p>Урок развивающего контроля</p>	<p>Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре дроблением и сведением. ОРУ на месте. Развитие силовых способностей.</p>	06.11-10.11	
27	<p>Учить технике опорного прыжка. Повторить строевые упражнения.</p>	<p>Урок открытия нового знания</p>	<p>Перестроение из колонны по два в колонну по одному разведением и слиянием по восемь человек в движении. Вскок в упор присев. Соскок прогнувшись. Подвижная игра «Удочка». Развитие силовых способностей.</p>	06.11-10.11	
28	<p>Совершенствование техники опорного прыжка ( вскок на</p>	<p>Урок методологическо</p>	<p>Перестроение из колонны по два в колонну по</p>	06.11-10.11	

	подколенки.) Перетягивание каната.	й направленности	одному разведением и слиянием по восемь человек в движении. Вскок в упор присев. Соскок прогнувшись. Подвижная игра «Прыжки по полоскам». Развитие силовых способностей.		
29	. Учить технике опорного прыжка ноги врозь. Развитие силовых способностей.	Урок открытия нового знания	Перестроение из колонны по два в колонну по одному разведением и слиянием по восемь человек в движении. Прыжок ноги врозь. Подвижная игра «Кто обгонит». Развитие силовых способностей.	13.11-17.11	
30	Провести ОРУ с обручами. Совершенствование техники опорного прыжка через козла ноги врозь	Урок методологическо й направленности	Перестроение из колонны по два в колонну по одному разведением и слиянием по восемь человек в движении. ОРУ с обручами. Прыжок ноги врозь. Подвижная игра «Прыгуны и пятнашки». Развитие силовых способностей.	13.11-17.11	
31	Повторить ОРУ с обручами Закрепление техники опорного прыжка через козла..	Урок методологическо й направленности	Перестроение из колонны по два в колонну по одному разведением и	13.11-17.11	

			слиянием по восемь человек в движении. ОРУ с мячами. Прыжок ноги врозь. Подвижная игра «Удочка». Развитие силовых способностей.		
32	Оценить технику опорного прыжка.	Урок развивающего контроля	Перестроение из колонны по два и по четыре в колонну по одному с разведением и слиянием по восемь человек в движении. ОРУ с мячами. Прыжок ноги врозь. Подвижная игра «Кто обгонит». Развитие силовых способностей.	20.11-24.11	
33	Учить выполнению акробатических элементов: кувырок вперед, кувырок назад повторить группировку.	Урок открытия нового знания	Строевой шаг. Повороты на месте. Кувырок вперед. Эстафеты. ОРУ в движении. Развитие координационных способностей.	20.11-24.11	
34	Совершенствование техники акробатических элементов. Повторить строевые упражнения.	Урок методологической направленности	Строевой шаг. Повороты на месте. Кувырок вперед. ОРУ в движении. Развитие координационных способностей. Подвижная игра «Два лагеря».	20.11-24.11	
35	Акробатические связки : равновесие на одной , кувырок вперед ноги скрестно, пережат	Урок методологической направленности	Строевой шаг. Повороты на месте. Кувырок вперед. ОРУ в движении.	27.11-01.12	

	назад, стойка на лопатках- и. п. – кувырок назад.		Развитие координационных способностей. Подвижная игра «Смена капитана».		
36	Совершенствование акробатических связок. Составление самостоятельных акробатических комбинаций.	Урок методологический направленности	Строевой шаг. Повороты на месте. Кувырок вперед. ОРУ с набивным мячом. Развитие координационных способностей. Подвижная игра «Бездомный заяц».	27.11-01.12	
37	Оценить технику выполнения акробатической комбинации.	Урок развивающего контроля	Строевой шаг. Повороты на месте. Кувырки вперед и назад. Стойка на лопатках. ОРУ с набивным мячом. Развитие координационных способностей. Подвижная игра «Челнок».	27.11-01.12	
38	Учить техники лазания по канату. Эстафеты с предметами. Провести контрольный тест на гибкость.	Урок методологический направленности	Строевой шаг. Повороты в движении. Лазание по канату. Эстафета с обручем. ОРУ в движении. Развитие координационных способностей. Тест на гибкость	04.12-08.12	

**Тема 4 Спортивные игры (волейбол) ( 10 часов; 3 часа в неделю).**

Личностные- владеть способами физкультурно-оздоровительной деятельности и спортивной деятельности. Демонстрировать результаты не ниже , чем средний уровень основных физических способностей. Самостоятельно выполнять упражнения на развитие ловкости, соблюдать правила самоконтроля и безопасности во время выполнения упражнений, проявлять активность самостоятельность , выдержку и

самообладание.

Предметные- соблюдать правила по технике безопасности на уроках по спортивным играм ,определять индивидуальный режим физ .нагрузки, контролировать направленность физической нагрузки на организм во время самостоятельных занятий физическими упражнениями с разной целевой ориентацией. Выполнять стойку волейболиста, Выполнять передачи мяча индивидуально, подачи в облегченных условиях и в парах. Играть в мини- волейбол.

УУД- Р : применять правила подбора одежды для занятия волейболом, уважительно относиться к сопернику и управлять своими эмоциями, выполнять правила игры. Использовать игру в волейбол в организации активного образа жизни.

П: моделировать технику действий и приемов волейболиста, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий., возникающих в процессе игровой деятельности.

К: Доброжелательно и уважительно относиться к участникам с разным уровнем их умений и физических способностей. соблюдать правила безопасности , взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техническими действиями волейбола.

39	Т.Б на уроках по спортивным играм. Способы передвижения. Эстафеты с элементами волейбола.	Урок открытия нового знания	Стойка игрока. Передвижение в стойке. Передача мяча двумя руками сверху вперед. Эстафета с элементами волейбола. ТБ при игре в волейбол.	04.12-08.12	
40	Учить верхней передачи мяча с собственного подбрасывания. Повторить способы передвижения и эстафеты с элементами волейбола.	Урок рефлексии	Стойка игрока. Передвижение в стойке. Передача мяча двумя руками сверху вперед. Подвижная игра «Пасовка волейболистов».	04.12-08.12	
41	Совершенствование техники верхней передачи во встречных эстафетах.	Урок рефлексии	Стойка игрока. Передвижение в стойке. Передача мяча двумя руками сверху над собой и вперед. Встречные эстафеты. Подвижная игра с элементами волейбола	11.12-15.12	

			«Летучий мяч».		
42	Закрепление техники верхней передачи и приема мяча во встречных эстафетах. Учебная игра « 3 передачи».	Урок рефлексии	Стойка игрока. Передвижение в стойке. Передача мяча двумя руками сверху над собой и вперед. Встречные эстафеты. Подвижная игра с элементами волейбола «Летучий мяч».	11.12-15.12	
43	Учить технике нижней прямой подачи. Закрепление пройденного материала в эстафетах и подвижных играх.	Урок методологический направленности	Нижняя прямая подача. Передача мяча двумя руками сверху на месте и после передачи вперед. Встречные и линейные эстафеты. Подвижная игра с элементами волейбола «Летучий мяч».	11.12-15.12	
44	Оценить технику верхней передачи мяча. Учебные задания в парах , тройках, в кругу. Учебная игра.	Урок методологический направленности	Стойка игрока. Передвижение в стойке. Передача мяча двумя руками сверху на месте и после передачи вперед. Встречные и линейные эстафеты с передачами мяча. Подвижные игры с элементами волейбола. К.У – техника верхней передачи мяча.	18.12-22.12	
45	Совершенствование техники нижней прямой подачи . Совершенствование	Урок методологический направленности	Стойка игрока. Передвижение в стойке. Передача мяча двумя	18.12-22.12	

	технических элементов в учебной игре.		руками сверху на месте и после передачи вперед. Встречные и линейные эстафеты с передачами мяча. Подвижные игры с элементами волейбола.		
46	Учебная двухсторонняя игра в пионербол с элементами волейбола. Закрепление техники нижней прямой подачи.	Урок методологической направленности	Стойка игрока. Передвижение в стойке. Передача мяча двумя руками сверху на месте и после передачи вперед. Прием мяча снизу двумя руками над собой. Эстафеты. Игра в мини-волейбол.	18.12-22.12	
47	Оценить технику нижней прямой подачи. Совершенствование элементов техники в учебной двухсторонней игре.	Урок методологической направленности	Стойка игрока. Передвижение в стойке. Передача мяча двумя руками сверху на месте и после передачи вперед. Прием мяча снизу двумя руками над собой. Эстафеты. Игра в мини-волейбол.	25.12-29.12	
48	Проверка владения мячом в учебной двухсторонней игре в мини-волейбол.	Урок методологической направленности	Стойка игрока. Передвижение в стойке. Передача мяча двумя руками сверху на месте и после передачи вперед. Прием мяча снизу двумя руками над собой. Эстафеты. Игра в мини-волейбол.	25.12-29.12	
<b>Тема 5 Лыжная подготовка( 16 часов; 3 часа в неделю).</b>					

Личностные- описывать технику передвижения на лыжах, осваивать технику передвижения на лыжах самостоятельно выявляя и устраняя типичные ошибки. Внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к школе.

Предметные- применять знания по технике безопасности на уроках по лыжной подготовке ,иметь в наличии спортивный инвентарь на каждом уроке, научиться технике лыжных ходов, научиться применять технику лыжных ходов на дистанции.

УУД-Р. : применять правила подбора одежды для занятий по лыжной подготовке, использовать передвижения на лыжах в организации активного отдыха.

П.: давать оценку погодным условиям и подготовке к уроку на свежем воздухе, моделировать способы передвижения на лыжах в зависимости от особенностей лыжной трассы, контролировать физическую нагрузку по частоте сердечных сокращений. Применять передвижения на лыжах для развития физических качеств.

К.: осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь, взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техникой передвижения на лыжах.

49	Т.Б. на уроках по лыжной подготовке. Развитие чувства лыж и снега.	Урок методологический направленности	Правила поведения на уроках лыжной подготовки. Температурный режим, одежда, обувь лыжника.	25.12-29.12	
50	Изучение техники классических лыжных ходов.	Урок открытия нового знания	Обучение техники попеременного и одновременного хода.	15.01-19.01	
51	Совершенствование техники классических лыжных ходов	Урок методологический направленности	Техника одновременного двухшажного хода на оценку. Совершенствовать технику бесшажного одновременного хода. Дистанция 1 км.	15.01-19.01	
52	Оценить технику одновременного бесшажного хода. Совершенствование попеременного	Урок развивающего контроля	КУ - техника бесшажного одновременного хода .	15.01-19.01	

	двухшажного хода.				
53	Учить технике подъема в горку(скользящий шаг, ступающий,» елочкой», «лесенкой».  Прохождение дист. 2 км.	Урок открытия нового знания	Подъем елочкой на склоне 45°  Техника спусков. Дистанция 2 км.	22.01-26.01	
54	Совершенствование техники подъема в горку. Прохождение дист. 2 км.	Урок рефлексии	Подъем елочкой на склоне 45°  Техника спусков. Дистанция 2 км.	22.01-26.01	
55	Закрепление техники подъемов, обучение технике торможений(плугом, упором).	Урок методологическо й направленности	Торможение плугом, упором.	22.01-26.01	
56	Оценить технику подъема «елочкой». Совершенствование техники торможения.	Урок методологическо й направленности	КУ - техника подъема елочкой. Совершенствоват ь технику торможения плугом. Дистанция 2,5 км.	29.01-02.02	
57	Оценить технику торможения «упором». Закрепление техники торможения «плугом».	Урок методологическо й направленности	КУ - техника торможения «упором». Закрепление техники торможения плугом. Дистанция 2,5 км.	29.01-02.02	
58	Оценить технику торможения «плугом». Обучение технике спусков.	Урок методологическо й направленности	КУ - техника торможения плугом. Спуск в средней стойке.	29.01-02.02	
59	Обучение техники коньковых лыжных ходов. Совершенствование техники классических	Урок открытия нового знания	Совершенствоват ь технику изученных ходов. Дистанция 3 км.	05.02-09.02	

	лыжных ходов на дистанции.				
60	Совершенствование техники классических и коньковых лыжных ходов.	Урок рефлексии	Совершенствовать технику изученных ходов. Дистанция 3 км.	05.02-09.02	
61	Прохождение дист.1 км на результат	Урок развивающего контроля	Соревнования на дистанции. – 1км.,	05.02-09.02	
62	Горнолыжная техника-повороты и спуски .	Урок методологической направленности	Поворот плугом вправо, влево при спусках с горки.	12.02-16.02	
63	Совершенствование горнолыжной техники-поворотов и спусков.	Урок методологической направленности	Поворот плугом вправо, влево при спусках с горки.	12.02-16.02	
64	Закрепление горнолыжной техники-поворотов и спусков	Урок рефлексии	Круговая эстафета с этапом по 150 м.	12.02-16.02	
<b>Тема 6 Спортивные игры ( Баскетбол) (14 часов ; 3 часа в неделю).</b>					
<p>Личностные- описывать технику игровых действий, осваивать технику игровых действий самостоятельно, организовывать совместные занятия по баскетболу со сверстниками.</p> <p>Предметные-научиться выполнять передачу мяча двумя руками от груди, познакомиться с правилами игры, познакомиться с судейством . Научить элементам техники баскетбола ( стойка игрока, передачи мяча, ведение мяча, броски в кольцо и т. д.). Учить взаимодействовать во время игры, уважительно относиться к товарищам по команде и соперникам.</p> <p>УУД- Р.: применять правила подбора одежды для занятий баскетболом , использовать игровые действия для развития физических качеств, использовать игру в баскетбол для активного отдыха.</p> <p>П.: моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий.</p> <p>К.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технических действий и приемов, соблюдать технику безопасности.</p>					
65	Т.Б .на уроках по спортивным играм. Обучение технике передач на месте и в движении.	Урок открытия нового знания	ТС и ТБ по разделу баскетбол. Совершенствование передачи мяча от груди.	19.02-23.02	

66	Совершенствование техники ловли и передач мяча. Обучение технике передвижения и ведения мяча.	Урок методологический направленности	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте с разной высотой отскока. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте в парах. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных качеств.	19.02-23.02	
67	Совершенствование техники ведения мяча «змейкой». Закрепление техники владения мячом.	Урок рефлексии	Совершенствование передачи от груди. Техника ведения мяча змейкой.	19.02-23.02	
68	Правила игры в баскетбол. Совершенствование технических элементов в игре стритбол.	Урок рефлексии	Передача одной рукой от плеча на месте и в движении. Совершенствование техники ведения мяча.	26.02-02.03	
69	Оценить технику ведения мяча. Совершенствование технических элементов в игре стритбол.	Урок развивающего контроля	КУ – техника ведения мяча. Совершенствование техники передачи мяча.	26.02-02.03	
70	Обучение технике броска со средней дистанции. Оценить технику передач мяча в движении.	Урок методологический направленности	КУ – техника передачи мяча. Броски по кольцу.	26.02-02.03	
71	Совершенствование техники броска со средней дистанции. Игра в баскетбол по упрощенным	Урок рефлексии	Совершенствование техники бросков в кольцо. Развитие двигательных качеств по	05.03-09.03	

	правилам.		средствам СПУ баскетбола. Подведение итогов по разделу.		
72	Техника броска на двух шагах. Совершенствование бросков со средней дистанции.	Урок методологический направленности	Броски со средней дистанции. Обучение технике броска на двух шагах	05.03-09.03	
73	Совершенствование техники броска на двух шагах. Закрепление техники броска со средней дистанции.	Урок методологический направленности	Выполнение учебных комбинаций 2-0, передал- выходи.	05.03-09.03	
74	Оценить технику броска со средней дистанции. Совершенствование техники броска на двух шагах.	Урок методологический направленности	К.У. – броски со средней дистанции после передачи партнера.	12.03-16.03	
75	Оценить технику выполнения штрафного броска. Провести учебную двухстороннюю игру в баскетбол.	Урок методологический направленности	К.У.- штрафной бросок. Играть в баскетбол по упрощенным правилам.	12.03-16.03	
76	Совершенствование элементов техники баскетбола в учебной двухсторонней игре.	Урок методологический направленности	Играть в баскетбол по упрощенным правилам.	12.03-16.03	
77	Закрепление технических приемов в учебной двухсторонней игре. Провести контрольное упражнение – отжимания.	Урок методологический направленности	КУ- отжимания. Играть в баскетбол по упрощенным правилам.	19.03-23.03	
78	Провести эстафету с элементами баскетбола. Оценить	Урок развивающего контроля	Провести эстафеты. Провести игру в	19.03-23.03	

	индивидуальные действия в игре.		баскетбол по упрощенным правилам. Подведение итогов четверти.		
<b>Тема 7 Спортивные игры (Волейбол) (11 часов ;3 часа в неделю).</b>					
<p>Личностные -организовывать совместные занятия волейболом со сверстниками , осуществлять судейство игры; описывать технику игровых действий и приемов волейболиста.</p> <p>Предметные применять знания по технике безопасности на уроках по спортивным играм,- осваивать технику игровых действий и приемов самостоятельно, научиться правильно выполнять элементы техники волейбола( передачи, прием, подачу, прием с подачи, познакомиться с техникой нападающего удара). Познакомиться с правилами игры, судейством.</p> <p>УУД- Р.: применять правила подбора одежды для занятий волейболом , уважительно относиться к партнеру, помогать ему в освоении приемов и техники волейбола. Играть в волейбол по упрощенным правилам.</p> <p>П.: моделировать технику действий и приемов волейболиста, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности.</p> <p>К.: соблюдать правила безопасности , взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техническими действиями волейбола.</p>					
79	Т.Б на уроках волейболом. Учить способам передвижений и стойке волейболиста.	Урок открытия нового знания	ТС и ТБ по разделу волейбол. Развитие двигательных качеств по средствам ОРУ. Стойка волейболиста.	19.03-23.03	
80	Совершенствование способов перемещений. Учить технике верхней передачи мяча и приема мяча снизу.	Урок рефлексии	Совершенствован ие стойки волейболиста. Техника набрасывание мяча над собой. Техника приема и передачи мяча сверху.	04.04-06.04	
81	Упражнения с мячами в парах, тройках, в кругу на закрепление материала.	Урок рефлексии	Совершенствован ие техники набрасывание мяча над собой, техника приема и передачи мяча сверху.	04.04-06.04	

82	Повторение пройденного материала. Упражнения с набивным мячом.	Урок рефлексии	Совершенствование техники набрасывание мяча над собой, техника приема и передачи мяча сверху. Упражнения с набивным мячом.	09.04-13.04	
83	Оценить технику набрасывания мяча над собой. Учебная игра «Три передачи», пионербол с двумя мячами.	Урок методологической направленности	КУ – техники набрасывания мяча над собой. Совершенствование техники приема и передачи мяча сверху. Техника приема и передачи мяча снизу.	09.04-13.04	
84	Учить технике прямой нижней подачи. Совершенствование элементов техники в учебной игре.	Урок рефлексии	Совершенствование техники приема и передачи мяча. Техника прямой нижней подачи.	09.04-13.04	
85	Оценить технику приема и верхней передачи мяча . Совершенствование техники нижней прямой подачи.	Урок методологической направленности	КУ – техника приема и передачи мяча в парах. Совершенствование нижней прямой подачи.	16.04-20.04	
86	Эстафеты с элементами ОФП. Учить технике нижней боковой подачи. Закрепление техники нижней прямой подачи.	Урок рефлексии	Совершенствование приема и передачи мяча в парах. Совершенствование нижней прямой подачи. Подъем корпуса из положения лежа.	16.04-20.04	
87	Провести тест-подъем корпуса из положения лежа.	Урок методологический	КУ - подъем корпуса из положения лежа.	16.04-20.04	

	Совершенствование технических приемов в игре.	й направленности	Совершенствован ие технических действий волейбола. Учебная игра.		
88	Оценить технику нижней прямой подачи. Совершенствование приемов и техники в учебной игре	Урок методологическо й направленности	.Совершенствован ие технических действий волейбола. Учебная игра.  К.У.- техника нижней прямой подачи.	23.04-27.04	
89	Оценить индивидуальные действия в учебной игре.	Урок методологическо й направленности	Развитие двигательных качеств по средствам СПУ волейбола. Подведение итогов по разделу. Учебная игра.	23.04-27.04	

**Тема 8 Легкая атлетика( 16 часов ; 3 часа в неделю).**

Личностные - описывать технику выполнения легко- атлетических упражнений , осваивать ее самостоятельно, выявлять и устранять характерные ошибки в процессе усвоения.

Предметные – использовать знания по технике безопасности на уроках по легкой атлетики, научиться строевой подготовке и технике разбега прыжка в высоту способом « перешагивание», старту с опорой на одну руку, выполнять упражнения с набивным мячом. Развивать физические качества посредством выполнения легко - атлетических упражнений. Научиться бегать в среднем темпе длительное время.

УУД-Р.: включать беговые упражнения в различные формы занятий физической культурой, применять упражнения из раздела «Легкая атлетика « в повседневной жизни.

П.: демонстрировать вариативное выполнение прыжковых упражнений, демонстрировать выполнение метания малого мяча , демонстрировать передачу эстафетной палочки. Применять специально - беговые упражнения для развития физических качеств.

К.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения легко- атлетических упражнений, соблюдать правила безопасности.

90	Обучение технике прыжка в высоту с разбега.	Урок открытия нового знания	ТС и ТБ по разделу. Строевая подготовка. Техника разбега и прыжка в высоту	23.04-27.04	
----	---	-----------------------------	---	-------------	--

			перешагиванием.		
91	Совершенствование техники прыжка в высоту с разбега	Урок методологической направленности	Техника разбега и прыжка в высоту перешагиванием. Техника метания набивного мяча.	30.04-04.05	
92	Закрепление техники прыжка в высоту с разбега.	Урок методологической направленности	КУ - техника разбега в три шага прыжка в высоту на минимальных высотах. Совершенствование техники метания набивного мяча.	30.04-04.05	
93	Обучение техники бега на короткие дистанции.	Урок методологической направленности	Старт с опорой на одну руку.  КУ – метание набивного мяча.	30.04-04.05	
94	Совершенствование техники бега на короткие дистанции. Бег на выносливость.	Урок рефлексии	Стартовый разгон. Развитие выносливости. Бег от 3 до 5 мин.	07.05-11.05	
95	Закрепление техники бега на короткие дистанции.	Урок методологической направленности	Выполнение на оценку техники старта с опорой на одну руку.  КУ – бег 60 м на результат.	07.05-11.05	
96	Обучение техник и прыжка в длину с разбега	Урок открытия нового знания	.Прыжок в длину с разбега 11-15 шагов	07.05-11.05	
97	Совершенствование техники прыжка в длину с разбега	Урок рефлексии	Совершенствование прыжка в длину с разбега 11-15 шагов. Развитие выносливости. Бег до 6 мин.	14.05-18.05	
98	Закрепление техники прыжка в	Урок рефлексии	Совершенствование техники	14.05-18.05	

	длину с разбега		метания мяча на дальность.		
99	Оценить технику прыжка в длину с разбега	Урок методологической направленности	КУ - техника разбега в прыжках в длину. Эстафета с палочкой.	14.05-18.05	
100	Обучение техники метания мяча	Урок открытия нового знания	Техника метания мяча. Развитие выносливости, бег до 8 мин.	21.05-25.05	
101	Совершенствование техники метание мяча на дальность	Урок методологической направленности	Бег 1500 м. Совершенствование передачи эстафетной палочки.	21.05-25.05	
102	Закрепление техники метание мяча на дальность. Бег на выносливость.	Урок методологической направленности	Развитие выносливости, бег до 8 мин.	21.05-25.05	
103.:	Оценить технику метания мяча на дальность	Урок методологической направленности	К.У.- метание мяча на дальность	28.05-31.05	
104	Совершенствование техники легкоатлетических упражнений в подвижных играх	Урок методологической направленности	Подвижные игры :салки, мяч капитану, охотники и утки.	28.05-31.05	
105	Закрепление техники легкоатлетических упражнений в подвижных играх.	Урок методологической направленности	Подвижные игры: салки, мяч капитану, охотники и утки.	28.05-31.05	
Итого:	1)уроков «открытия нового знания 2) уроков рефлексии 3) уроков общеметодологической направленности 4) уроков развивающего	16ч 22ч 53ч			

	контроля	14 ч			
--	----------	------	--	--	--

СОГЛАСОВАНО

Протокол заседания ШМО от «30» 08 2018 № 1

СОГЛАСОВАНО

Зам. Директора по УВР

С.Л. Устинова (С.Л. Устинова)

«30» 08 2018 г.