

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ГИМНАЗИЯ № 12 ГОРОДА ТЮМЕНИ

ПРИНЯТО

на МО учителей естественного цикла
Руководитель МО Толстогузова И.Л.

Протокол № 1 от 26.08.2021



УТВЕРЖДАЮ

Директор МАОУ гимназии № 12
Л.А. Платонова

Приказ № 138 от 30.08.2021

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по физической культуре
для учащихся 5-х классов
3 часа в неделю: 105 часа в год

Составитель программы: Самигуллин Руслан Алмазович,
учитель физической культуры

**Пояснительная записка
к рабочей программе по физической культуре на 2021-2022 учебный год
для 5-х классов**

Рабочая программа по Физической культуре является составной частью образовательной программы основного общего образования МАОУ гимназии № 12 города Тюмени. Рабочая программа составлена в соответствии со следующими нормативными документами:

1. Федеральный закон РФ от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (в действующей редакции 01.05.2019).
2. Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования (приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 декабря 2010 г. № 1897) в действующей редакции.
3. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.12.2010 № 1897 «Об утверждении Федерального государственного стандарта основного общего образования» (ред. от 31.12.2015).
4. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 30.08.2013 № 1015 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования» (в редакции от 10.06.2019).
5. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации (Минобрнауки России) от 18.10.2015 № 08 – 1786 «О рабочих программах учебных предметов».
6. Приказ Министерства просвещения РФ от 23.12.2020 «О внесении изменений в федеральный перечень учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, сформированный приказом Министерства просвещения РФ от 20 мая 2020 года № 254».
7. Санитарные правила СП2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи», утвержденные постановлением Главного государственного санитарного врача Российской Федерации от 28.09.2020 № 28.
8. Методические рекомендации Министерства просвещения РФ по реализации образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования, образовательных программ среднего профессионального образования и дополнительных общеобразовательных программ с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий от 20.03.2020.
9. Распоряжение Правительства РФ от 25.09.2017 № 2039-р «Об Утверждении Стратегии финансовой грамотности в Российской Федерации на 2017-2023 годы».

10. Примерная ООП основного общего образования (ФУМО, протокол от 08.04.2015 № 1/15).

11. Постановление Правительства Тюменской области от 31.05.2017 № 875-рп «О внесении изменений в распоряжение от 22.10.2012 № 162-рп».

Рабочая программа составлена на основе авторской программы: «*Физическая культура*».5-9 классы. Рабочие программы/ В. И. Лях. М.: Просвещение, 2016.

Для реализации программы используется учебник: «*Физическая культура*».5-7 классы. Учебник для общеобразовательных организаций / М. Я. Виленский. М.: Просвещение, 2019.

Программа по физической культуре для 5 класса рассчитана на 105 часа (3 часа в неделю).

Планируемые 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 5-х классов направлена на достижение учащимися личностных, метапредметных и предметных результатов по физической культуре.

Личностные результаты

-воспитание российской гражданской идентичности: патриотизма, любви и уважения к Отечеству, чувства гордости за свою Родину, прошлое и настоящее многонационального народа России;

-знание истории физической культуры своего народа, своего края как части наследия народов России и человечества;

-усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества;

-воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;

-формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной

траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учётом устойчивых познавательных интересов;

-формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;

-формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции, к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира;

-готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания;

-освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества;

-участие в школьном самоуправлении и общественной жизни в пределах возрастных компетенций с учётом региональных, этнокультурных, социальных и экономических особенностей;

-развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;

-формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;

-формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;

-осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи.

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

-умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;

-умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;

-умение соотносить свои действия с планируемыми результатами,

-осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;

-умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности её решения;

-владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;

-умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками;

- умение работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов;
- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;
- умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации, для выражения своих чувств, мыслей и потребностей, планирования и регуляции своей деятельности.

Предметные результаты

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 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 подготовке.
- выполнять нормативы Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «*Готов к труду и обороне*» (ГТО).

Содержание учебного предмета

ЗНАНИЯ О ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ. История физической культуры. Олимпийские игры древности. Возрождение Олимпийских игр и олимпийского движения.

История зарождения олимпийского движения в России. Олимпийское движение в России (СССР). Выдающиеся достижения отечественных спортсменов на Олимпийских играх. *История комплекса ГТО.* Характеристика видов спорта,

входящих в программу Олимпийских игр. Физическая культура в современном обществе. Организация и проведение пеших туристских походов. Требования к технике безопасности и бережному отношению к природе (экологические требования).

Физическая культура (основные понятия). Физическое развитие человека. Физическая подготовка и её связь с укреплением здоровья, развитием физических качеств. Организация и планирование самостоятельных занятий по развитию физических качеств. Техническая подготовка. Техника движений и её основные показатели. Всестороннее и гармоничное физическое развитие. Адаптивная физическая культура. Спортивная подготовка. Здоровье и здоровый образ жизни. Допинг. Концепция честного спорта. Профессионально-прикладная физическая подготовка.

Физическая культура человека. Режим дня и его основное содержание.

Закаливание организма. Правила безопасности и гигиенические требования.

Влияние занятий физической культурой на формирование положительных качеств личности. Проведение самостоятельных занятий по коррекции осанки и телосложения. Восстановительный массаж. Проведение банных процедур. Первая помощь во время занятий физической культурой и спортом.

СПОСОБЫ ДВИГАТЕЛЬНОЙ (ФИЗКУЛЬТУРНОЙ) ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Организация и проведение самостоятельных занятий физической культурой.

Подготовка к занятиям физической культурой. Выбор упражнений и составление индивидуальных комплексов для утренней зарядки, физкультминуток и физкульт-пауз (подвижных перемен).

Планирование занятий физической подготовкой. Проведение самостоятельных занятий прикладной физической подготовкой. **Подготовка к сдаче нормативов ГТО.**

Организация досуга средствами физической культуры.

Оценка эффективности занятий физической культурой.

Самонаблюдение и самоконтроль. Оценка эффективности занятий физкультурно-оздоровительной деятельностью.

Оценка техники движений, способы выявления и устранения ошибок в технике выполнения упражнений (технических ошибок).

Измерение резервов организма и состояния здоровья с помощью функциональных проб.

ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ

Физкультурно-оздоровительная деятельность.

Оздоровительные формы занятий в режиме учебного дня и учебной недели.

Индивидуальные комплексы адаптивной (лечебной) и корригирующей физической культуры.

Спортивно-оздоровительная деятельность с общеразвивающей направленностью.

Гимнастика с основами акробатики.

Организуемые команды и приёмы.

Акробатические упражнения и комбинации.

Ритмическая гимнастика.

Упражнения и комбинации на шведской лестнице.

Упражнения и комбинации на гимнастической скамейке (девочки).

Упражнения и комбинации на гимнастической перекладине (мальчики).

Лёгкая атлетика.

Беговые упражнения.

Прыжковые упражнения.

Метание малого мяча.

Спортивные игры.

Баскетбол. Игра по правилам.

Лыжная подготовка.

Передвижение одношажным, двухшажным, коньковым ходом.

Спуски, подъемы, повороты. Кроссовая подготовка на лыжах.

Прикладно-ориентированная подготовка. Прикладно-ориентированные упражнения.

Упражнения общеразвивающей направленности. Общефизическая подготовка.

Гимнастика с основами акробатики. Развитие гибкости, координации движений, силы, выносливости.

Лёгкая атлетика. Развитие выносливости, силы, быстроты, координации движений.

Баскетбол. Развитие быстроты, силы, выносливости, координации движений.

Лыжи. Развитие выносливости, силы, координации, быстроты

Содержание регионального компонента предмета

Раздел: Знания о физической культуре.

Темы:

- История физической культуры родного края;
- Олимпийские чемпионы – земляки, по видам спорта. Даты, места участия;

- Действующие спортсмены по изучаемым видам спорта. Тренеры по видам спорта. Спортивно-оздоровительная деятельность с общеразвивающей направленностью. Спортивные соревнования.

Раздел: Настольный теннис. Атлетическая гимнастика.

Темы:

- Соблюдать правила безопасности и профилактики травматизма на уроках;
- Технически правильно выполнять подачи, удары, толчки;
- Стойки игрока, передвижения у стола, хватка ракетки;
- Выполнять разновидности ударов, подач, приемов;
- Техничко-тактические командные действия (взаимодействие игроков передней линии в нападении; взаимодействие игроков задней линии при приеме шарика от нижней подачи; взаимодействие игроков задней и передней линии в нападении при приеме подачи). Игра в настольный теннис по правилам;
- Комплексы упражнений.

Тематическое планирование

При составлении рабочей программы произведена корректировка примерной авторской программы, согласно базисному плану и регионального компонента вариативной части программы физкультуры выделяется в каждом классе по 105 (3ч в неделю, 35 учебных недель в каждом классе).

Таблица 1

Распределение учебного времени на различные виды программного материала

№ п/п	Вид программного материала	5кл.
	Базовая часть	76ч.
1.1	Основы знаний о физической культуре (в процессе уроков)	В процессе урока
1.2	<p>Раздел; Основы знаний о физической культуре Тема: Организаторские умения Тема: Самостоятельные занятия</p> <p>Раздел; Спортивные игры - Баскетбол Тема: Передвижения повороты остановки Тема: Ловля передачи мяча Тема: Ведение мяча Тема: Броски мяча Тема: Техника защиты Тема: Тактика игры</p>	<p>В процессе уроков</p> <p>18ч. 2ч. 4ч. 4ч. 4ч. 2ч. 2ч.</p>
1.3	<p>Раздел; Основы знаний о физической культуре Тема: Организаторские умения Тема: Самостоятельные занятия</p> <p>Раздел; <u>Гимнастика с элементами акробатики</u> Тема: Строевые упражнения Тема: Общеразвивающие упражнения Тема: Висы упоры Тема: Опорные прыжки Тема: Акробатические упражнения</p>	<p><u>В процессе уроков</u></p> <p>18 ч. 1 ч. 3 ч. 4 ч. 5 ч. 5 ч.</p>

1.4	<p>Раздел; Основы знаний о физической культуре Тема: Организаторские умения Тема: Самостоятельные занятия Раздел; Легкая атлетика Тема: Спринтерский бег Тема: Длительный бег Тема: Прыжки в длину Тема: Прыжки в высоту Тема: Метание малого мяча</p>	<p><u>В процессе уроков</u></p> <p>22ч. 6 ч. 5 ч. 3 ч 4 ч.. 4 ч.</p>
1.5	<p>Раздел; Основы знаний о физической культуре Тема: Знание о физической культуре Раздел; Лыжная подготовка Тема: Техника лыжных ходов Тема: Подъемы Тема: Преодоление дистанции Тема: Игры , Эстафеты</p>	<p>В процессе уроков</p> <p>18ч. 10ч. 4ч. 2ч. 2м.</p>
1.6	<p><i>Р/К</i> - Вариативная часть</p>	<p>29ч.</p>
	<p>Раздел; Основы знаний о физической культуре <i>Р/К</i> Тема: Знание о физической культуре Раздел; Настольный теннис <i>Р/К</i> Тема: Передвижение перемещение у стола <i>Р/К</i> Тема: Подачи <i>Р/К</i> Тема: Накаты удары толчки подрезки <i>Р/К</i> Тема: Учебная игра</p> <p>Раздел; Атлетическая гимнастика <i>Р/К</i> Тема: Комплексы упражнений без предметов</p>	<p>В процессе уроков</p> <p>21ч. 2ч. 2ч. 12ч. 5ч.</p> <p>8ч</p>

	Р/К Тема: Комплексы упражнений с предметами	4ч. 4ч.
	Итого:	105ч.

Распределение учебного времени на различные виды программного материала по четвертям

I четверть 5 класс – 24 часа

№	Наименование раздела программы	Кол-во часов
1	Легкая атлетика	10
2	Баскетбол	6
3	Настольный теннис , атлетическая гимнастика	8

II четверть 5 класс – 24 часа

№	Наименование раздела программы	Кол-во часов
1	Гимнастика с элементами акробатики	18
2	Настольный теннис , атлетическая гимнастика	6

III четверть 5 класс – 30 часов

№	Наименование раздела программы	Кол-во часов
1	Лыжная подготовка	18
2	Настольный теннис , атлетическая гимнастика	6
3	Баскетбол	6

IV четверть 5 класс – 27 часов

№	Наименование раздела программы	Кол-во часов
1	Легкая атлетика	12
2	Баскетбол	6
3	Настольный теннис , атлетическая гимнастика	9

Таблица 3

Контрольные упражнения

Контрольные упражнения	Уровень					
	Отлично	Хорошо	Удовлетворительно	Высокий	средний	Низкий
	Мальчики			Девочки		
Бег 60 м высокого старта, с	10,0 и меньше	10,1-11,1	11,2 и больше	10,4 и меньше	10,5-11,6	11,7 и больше
Бег 300 м с высокого старта, мин. с	1,00 и меньше	1,01-1,17	1,18 и больше	1,07 и меньше	1,08-1,21	1,22 и больше
Бег 1000 м, мин. с	4,45 и меньше	4,46-6,45	6,46 и больше	5,20 и меньше	5,21- 7,20	7,21 и больше
Бег 1500 м, мин. с	8,50 и меньше	8,51-9,59	10,00 и больше	9,00 и меньше	9,01 – 10,29	10,30 и больше
Прыжок в длину с разбега, см	340 и больше	339-261	260 и меньше	300 и больше	299-221	220 и меньше
Прыжок в высоту, см	110 и больше	100-90	85 и меньше	105 и больше	100 - 85	80 и меньше
Метание мяча (150 г), м	34 и больше	33-21	20 и меньше	21 и больше	20 - 15	14 и меньше

Таблица 4

Контрольные тесты

Контрольные упражнения	Уровень					
	Высокий	Средний	Низкий	Высокий	средний	Низкий
	Мальчики			Девочки		
Бег 30 м с высокого старта, с	5,3 и меньше	5,4-6,1	6,2 и больше	5,4 и меньше	5,5-6,2	6,3 и больше
Челночный бег 3x10 м, с	8,2 и меньше	8,3-8,5	8,6 и больше	8,6 и меньше	8,7-9,0	9,1 и больше
Прыжок в длину с места, см	179 и больше	178-135	134 и меньше	164 и больше	163-125	124 и меньше
Прыжки через скакалку, количество раз в 1 мин	90 и больше	89-71	70 и меньше	110 и больше	109-91	90 и меньше
Подтягивание в висе, кол- во раз	8 и больше	7-4	3 и менее	-	-	-
Подтягивание в висе лежа, кол-во раз	-	-	-	14 и больше	13-6	5 и меньше
Сгибание и разгибание рук в упоре лежа	14 и больше	13-9	8 и меньше	10 и больше	9-7	6 и меньше
Подъем туловища из положения лежа за 30 с, кол-во раз	22 и больше	12-21	11 и меньше	16 и больше	10-15	9 и меньше

**Календарно-тематическое планирование
с определением основных видов учебной деятельности обучающихся**

№ п/п урок а	Дата проведения		Раздел программы. <i>Тема урока</i> <i>Региональный компонент</i> Домашнее задание	Элементы содержания урока (КЭС) <i>Тема междисциплинарной программы урока</i> Виды деятельности учащихся	Планируемые предметные результаты (ученик научится, получит возможность научиться, КУ)	Планируемые междисциплинарные результаты
	план	факт				
<p>I – четверть Легкая атлетика – 10ч. Спортивные игры – 6 ч. Атлетическая гимнастика, настольный теннис – 8 ч.</p>						
1			<p>Легкая атлетика «Организационно-методические требования на уроках физической культуры. ТБ при занятиях в зале и на улице. Высокий старт» Д/з Пробегание коротких отрезков 2-3 серии</p>	<p>Т.з. Влияние легкоатлетических упражнений на укрепление здоровья и основные системы организма. ИТБ при занятиях легкой атлетикой. Разминка, ходьба, бег. ОРУ, СБУ, техника выполнения высокого старта. Высокий старт. От 10 до 15м <i>«Организация взаимного контроля в оказании сотрудничества необходимой взаимопомощи при выполнении упражнений»</i> - Слушание объяснений учителя - Анализ проблемных ситуаций - Измерение величин - Выполнение работ практикума</p>	<p>Научатся: Демонстрировать вариативное выполнение беговых упражнений. Составлять и выполнять комплексы ОРУ и СБУ, бег с высокого старта. Получат возможность научиться: Выявлять факторы нарушения техники безопасности при занятиях физической культурой и своевременно их устранять.</p>	<p>Осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь</p>
2			<p>«Бег с ускорением, старты из различных и.п.» Эстафеты Д/з <u>Здоровый образ</u></p>	<p>Т.з. Представление о темпе скорости и объёме легкоатлетических упражнений, направленных на развитие выносливости быстроты силы координационных способностей Разминка ходьба бег ОРУ Спец.- беговые упражнения, бег с ускорением от 30-40м .</p>	<p>Научатся: демонстрировать способность формулировать цели и задачи занятий физическими упражнениями, аргументированно вести диалог по основам их</p>	<p>Планировать и выполнять учебное исследование и учебный</p>

			<p><u>жизни</u> Пробегание коротких отрезков 2-3 серии</p>	<p>2.,старты из различных и.п. бег с ускорением, с максимальной скоростью Эстафеты ускорением старты из различных и.п. бег с ускорением ,с максимальной скоростью 3-4 серии эстафеты на короткие дистанции «<i>Построения учебного исследования проекта, используя оборудование, модели, методы и приёмы в области выполнения двигательных действий бег ходьба прыжки метания и т.д.</i>» - Слушание объяснений учителя - Анализ проблемных ситуаций - Измерение величин - Выполнение работ практикума</p>	<p>организации и проведения; Получат возможность научиться:</p>	<p>проект, используя оборудование, модели, методы и приёмы, адекватные исследуемой проблеме</p>
3		<p>Региональный компонент «История физической культуры родного края» «Комплексы упражнений. Хватка ракетки» Д/з Комплексы упражнений утренней зарядки</p>	<p>Техника безопасности на занятиях. История развития тенниса. История физической культуры родного края Разминка упражнения на осанку О.Р.У. в движении. Атлетическая гимнастика 1.Комплексы упражнений с гантелями Хватка ракетки (Европейская) показ знакомство с комплексами «Поиск в информационной среде образовательного учреждения, в том числе через Интернет, размещать различные информационные объекты как фото видео спортивной жизни школы.» - Слушание объяснений учителя - Выполнение работ практикума</p>	<p>Научатся: навыкам работы с различным инвентарем, ориентироваться в пространстве Получат возможность научиться: проводить самостоятельные занятия по освоению новых двигательных действий и развитию основных физических качеств, контролировать и анализировать эффективность этих занятий.</p>	<p>Входить в информационную среду образовательного учреждения, в том числе через Интернет, размещать в информационной среде различные информационные объекты</p>	
4		<p>«Бег с ускорением Метание различных снарядов Линейные эстафеты.» Д/з Режим дня Пробегание коротких отрезков 2-3 серии</p>	<p>Т.з Разминка для выполнения легкоатлетических упражнений. Название разучиваемых упражнений и основы правильной техники их выполнения. Разминка ходьба бег. ОРУ Спец.- беговые упражнения Бег с ускорением от 30 до 40 метров. Метание различных снарядов из различных и.п. в цель и на дальность (обеими руками) Линейные эстафеты. Бег с ускорением 2-3 серии техника метания выполнение 3 линейных эстафет на короткие дистанции</p>	<p>Научатся: Демонстрировать свои физические возможности Получат возможность научиться:</p>	<p>Распознавать и ставить вопросы, ответы на которые могут быть получены путём научного исследования, отбирать адекватные</p>	

				<p>« <i>Постановка вопроса и ответа на которые можно получить путём научного исследования, отбирать адекватные методы исследования, формулировать из исследования вывода, различной техники выполнения легкоатлетических упражнений.</i>»</p> <ul style="list-style-type: none"> - Слушание объяснений учителя - Анализ проблемных ситуаций - Выполнение работ практикума 		методы исследования, формулировать вытекающие из исследования выводы
5	К.У.	<p>« Метание различных снарядов.Бег. Скоростной бег.»</p> <p><u>Контрольный урок</u> бег 30.-60м</p> <p>Д/з Двигательная активность</p> <p>Пробегание коротких отрезков 2-3 серии</p>	<p>Т.з Правила соревнований в беге, прыжках и метаниях</p> <p>Разминка ходьба бег ОРУ на плечевой пояс. Метание различных снарядов из различных и.п. в цель и на дальность (обеими руками). Скоростной бег до 40 метров. Бег на результат 60 метров.</p> <p>КЭС Тестирование «Бег на результат 60 метров»</p> <p>« <i>Возникающие вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнёром при выполнении легкоатлетических упражнений</i>»</p> <ul style="list-style-type: none"> - Слушание объяснений учителя - Измерение величин - Выполнение работ практикума 	<p>Научатся:</p> <p>КУ : Бег на результат 60 метров</p> <p>Корректировать технику выполнения бега при метании. выполнять легкоатлетические упражнения в беге.</p> <p>Получат возможность научиться:</p> <p>Видеть и исправлять свои ошибки, выполнять тестовые нормативы по физической подготовке.</p>	<p>Задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнёром</p>	
6		<p>«Комплексы упражнений .Хватка ракетки. »</p> <p><u>Р/К Олимпийские чемпионы - земляки по видам спорта</u></p> <p>Д/з <u>Выполнение комплекса утренней зарядки</u></p>	<p>Разминка упражнения на осанку. О.Р.У. в движении.</p> <p>Атлетическая гимнастика: комплексы упражнений с гантелями.</p> <p>Теннис: Хватка ракетки (азиатская)- «пером». Положения у стола.</p> <p>Исходное положение у стола. Игра в парах.</p> <p>«<i>Подходы самостоятельного оценивания правильности выполнения действия и вносить необходимые коррективы в исполнение как в конце действия, так и по ходу его реализации в изучении новых упражнений игр и т.д.</i>»</p> <ul style="list-style-type: none"> - Слушание объяснений учителя - Выполнение работ практикума 	<p>Научатся:</p> <p>Демонстрировать свои физические возможности, силовые способности. Выполнять основные технические действия и приёмы игры настольный теннис.</p> <p>Получат возможность научиться:</p> <p>Ориентирование в пространстве способность проводить самостоятельные занятия по освоению новых двигательных действий и развитию основных физических качеств, контролировать и анализировать эффективность этих занятий.</p>	<p>Адекватно самостоятельно оценивать правильность выполнения действия и вносить необходимые коррективы в исполнение как в конце действия, так и по ходу его реализации</p>	

7		<p>« Прыжки в длину с разбега. Бег в равномерном темпе» Зарождение Олимпийских игр. (История) Д/з Личная гигиена Прыжки на скакалке</p>	<p>Т.з Измерение результатов подача команд Демонстрация упражнений помощь в оценке результатов Разминка ходьба бег ОРУ Спец.- беговые прыжковые упражнения Техника прыжка в длину разбег отталкивания. Прыжки в длину с 7-9 шагов разбега. Бег в равномерном темпе от10 до 12 мин. Зарождение Олимпийских игр в какой стране место проведения даты и т.д.</p> <p><i>« Поиск своей точки зрения, в использование языковых средств и адекватные обсуждение техники и проблемы избранных легкоатлетических упражнений»</i></p> <p>- Слушание объяснений учителя - Выполнение работ практикума</p>	<p>Научатся: регулировать длину бегового шага, совершенствование бега на развитие координационных способностей</p> <p>Получат возможность научиться: рассматривать физическую культуру как явление культуры, выделять исторические этапы её развития, характеризовать основные направления и формы её организации в современном обществе; характеризовать цель возрождения Олимпийских игр и роль Пьера де Кубертена в становлении современного олимпийского движения, объяснять смысл символики и ритуалов Олимпийских игр</p>	<p>Ясно, логично и точно излагать свою точку зрения, использовать языковые средства, адекватные обсуждаемой проблеме</p>
8 <u>КУ.</u>		<p><u>Контрольный урок</u> «Прыжки в длину с разбега. метание теннисного мяча на дальность.» Д/з Рациональное питание Прыжки на скакалке</p>	<p>Т.з Проведение соревнований в подготовке места проведения занятий. Разминка ходьба бег ОРУ прыжковые упражнения .Прыжки через препятствия на точность приземления и в зоны. Прыжки в длину с 7-9 шагов разбега. Прыжки через препятствия на точность приземления и в зоны. Метание теннисного мяча на дальность отскока от стены на заданное расстояние, на дальность в коридор 5- 6 м, в горизонтальную и вертикальную цель (1X1) с расстояния 6-8 метров с 4- 5 бросковых шагов на дальность и заданное расстояние. КЭС: Техника метания мяча. Техника прыжка в длину: разбег, отталкивание, приземление. <i>« Диалог мнения и стремления к координации различных позиций в сотрудничестве освоения легкоатлетических упражнений»</i></p> <p>- Слушание объяснений учителя - Измерение величин</p>	<p>Научатся: КУ: Метание теннисного мяча на дальность выполнять легкоатлетические упражнения в беге и прыжках (в длину), технике метания</p> <p>Получат возможность научиться: выполнять нормативы Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «<i>Готов к труду и обороне</i>» (ГТО).</p>	<p>Учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве</p>

				- Выполнение работ практикума		
9			<p><i>Р/К</i> <i>«Комплексы упражнений. Передвижение у стола (теннис)»</i> Д/з Выполнение утренней зарядки</p>	<p><i>Т.з</i> Требования техники безопасности <i>Действующие спортсмены по изучаемым видам спорта</i> Разминка: упражнения на осанку. <i>О.Р.У. в движении</i> Виды передвижений у стола и их преимущества в игре. Быстрое передвижение у стола, чтобы выйти в наилучшую позицию или просто достать мяч. Игра в парах. <i>«Личная гигиена, эргономика и ресурсосбережения при работе с устройствами ИКТ, в частности учитывающие специфику работы с различными экранами»</i> - Слушание объяснений учителя - Выполнение работ практикума</p>	<p>контролировать и анализировать эффективность этих занятий. Научатся: Демонстрировать свои физические возможности, силовые способности. Выполнять основные технические действия и приёмы игры настольный теннис. Получат возможность научиться: способам перемещений, на развитие координационных способностей способность проводить самостоятельные занятия по освоению новых двигательных действий и развитию основных физических качеств</p>	<p>Соблюдать требования техники безопасности, гигиены, эргономики и ресурсосбережения при работе с устройствами ИКТ, в частности учитывающие специфику работы с различными экранами</p>
10			<p><i>«Прыжки в длину с разбега. Ловля набивного мяча.»</i> Д/з Средства закаливания Прыжки на скакалке</p>	<p><i>Т.з</i> Упражнения и простейшие программы развитие выносливости скоростных и скоростно-силовых координационных способностей на основе освоенных легкоатлетических упражнений. Разминка, ходьба бег. ОРУ. Прыжковые упражнения Прыжки через препятствия на точность. Приземления в зоны Прыжки в длину с 7-9 шагов разбега. Разбег, отталкивание, полет. Ловля набивного мяча(2кг) двумя руками после броска: с хлопками ладонями после приседания. <i>«Фиксация, анализ результатов достижений изменений своего физического развития»</i> - Слушание объяснений учителя - Выполнение работ практикума</p>	<p>Научатся: Демонстрировать выполнение силового броска. Получат возможность научиться: Ориентирование в пространстве способность проводить самостоятельные занятия по освоению новых двигательных действий и развитию основных физических качеств, контролировать и анализировать эффективность этих занятий.</p>	<p>Осуществлять фиксацию изображений результатов достижений изменений своего физического развития проведения эксперимента, природного процесса,</p>

11		<p><u>Контрольный урок «Прыжки в длину с места и с разбега»</u></p> <p>Д/з <u>Режим труда и отдыха</u> Прыжки на скакалке</p>	<p>Т.з. Правила самоконтроля и гигиены.</p> <p>Разминка, ходьба бег. ОРУ. Прыжковые упражнения Прыжки через препятствия на точность. Приземления в зоны. КЭС: Прыжки с места на результат. Прыжки в длину с 7-9 шагов разбега на результат. «<i>Подбор текста по теме избранного вида спорта определение главную тему, общую цель или назначение</i>»</p> <ul style="list-style-type: none"> - Слушание объяснений учителя - Измерение величин - Выполнение работ практикума 	<p>Научатся: КУ: Техника прыжка в длину: разбег, отталкивание, приземление. Получат возможность научиться: выполнять легкоатлетические упражнения в беге и прыжках в длину</p>	<p>Работа с текстом: поиск информации и понимание прочитанного определять главную тему, общую цель или назначение текста;</p>
12		<p><u>Р/К</u> <i>Тренеры по избранным видам спорта.</i> «Комплексы упражнений . Удары и толчки в настольном теннисе» Д/з Выполнение утренней зарядки</p>	<p>Разминка упражнения на осанку. ОРУ в движении. Виды ударов можно разделить по характеру и степени вращения. Кроме этого их можно различать по моменту соприкосновения с мячом после его отскока. Можно отметить несколько основных точек на траектории мяча после отскока ударов и их применение в игре толчок показ. Виды ударов . Комплексы упражнений с гантелями 6-8 упр. Игра в парах «<i>Выбор творческой деятельности и технической фиксации обработки изображений; рисунков. Видеосъемок на спортивную тему.</i>»</p> <ul style="list-style-type: none"> - Слушание объяснений учителя - Выполнение работ практикума 	<p>Научатся: владеть ракеткой и шариком</p> <p>Получат возможность научиться: проводить самостоятельные занятия по освоению новых двигательных действий и развитию основных физических качеств, контролировать и анализировать эффективность этих занятий.</p>	<p>Различать творческую и техническую фиксацию изображений; рисунков видеосъемок</p>
13		<p>«Бег с препятствиями, метание мяча. Эстафеты, кросс.» Д/з <u>Вредные привычки</u> <u>Бег в равномерном темпе</u></p>	<p>Разминка, ходьба, бег. ОРУ Всевозможные прыжки много скоки бег с препятствиями и на местности Всевозможные прыжки и много скоки, бег с препятствиями и на местности, минутный бег. Метания мяча в цель и на дальность разных снарядов из разных и.п., Кросс до 15 минут .Эстафеты. Круговая тренировка.Эстафеты, деление класса на группы по заданиям. «<i>Выбор порядка частей фаз основ инструкций, содержащихся в тексте изучения двигательных действий.</i>»</p> <ul style="list-style-type: none"> - Слушание объяснений учителя - Выполнение работ практикума 	<p>Научатся: выполнять легкоатлетические упражнения в беге и прыжках, метании</p> <p>Получат возможность научиться: преодолевать естественные и искусственные препятствия с помощью разнообразных способов лазанья, прыжков и бега</p>	<p>Объяснять порядок частей/инструкций, содержащихся в тексте;</p>

14		<p>Контрольный урок «Скоростной бег. Эстафеты. Бег на 1000м.» Д/з <u>Бег в равномерном темпе</u></p>	<p>Разминка, ходьба, бег. ОРУ ,СБУ. Скоростной бег до 40 м. Эстафеты. Старты из различных и.п. бег с ускорением с максимальной скоростью . Бег на скорость 2 серии старты из различных и.п. бег с ускорением. Упражнения на короткие дистанции с максимальной скоростью. Бег на 1000 метров</p> <p>КЭС: Выполнение тестового норматива на выносливость. Техника бега на 1000 метров на результат.</p> <p><i>«Учет и понимание смысла содержание деятельности при выполнении техники упражнений»</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Слушание объяснений учителя - Измерение величин - Выполнение работ практикума 	<p>Научатся: КУ: Бег на 1000 метров на результат.</p> <p>Получат возможность научиться: Проявлять свои физические возможности</p>	<p>Учитывать смысл и содержание деятельности При выполнении техники упражнений организации в отработке отдельных элементов объектов и процессов при выполнении упражнений обеспечивать качество фиксации существенных элементов</p>
15		<p>« Комплексы упражнений с гантелями. Подрезки. Накаты (теннис)» Д/з <u>Выполнение утренней зарядки</u></p>	<p>Разминка упражнения на осанку. ОРУ в движении. При накатах мячу придается так называемое верхнее вращение. При встрече с мячом относительно «закрытая» ракетка соприкасается с его верхней частью. Мяч получает и поступательное и вращательное движение по ходу ракетки. Подрезки, накат, применение в игре Комплексы упражнений с гантелями <i>« Поиск и ориентация в содержании текста и понимать его целостный смысл: в освоении упражнений.»</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Слушание объяснений учителя - Выполнение работ практикума 	<p>Научатся: технике приема мяча Получат возможность научиться: Ориентирование в пространстве способность проводить самостоятельные занятия по освоению новых двигательных действий и развитию основных физических качеств, контролировать и анализировать эффективность этих занятий.</p>	<p>Ориентироваться в содержании текста и понимать его целостный смысл:</p>

16		<p>Спортивные игры - БАСКЕТБОЛ « Стойки игрока Остановка. Повороты, толчки и броски набивных мячей» Д/з Прыжки на скакалке выполнение полуприседов</p>	<p>Т.з Техника безопасности при занятиях спортивными играми Строевые упражнения (повторение). Ходьба и бег с различными заданиями и элементами техники игры баскетбол (стойка игрока, перемещение в стойке приставными шагами боком ,лицом и спиной вперед). Комплекс ОРУ с баскетбольным мячом. Остановки повороты толчки и броски набивных мячей Стойки игрока. Перемещения в стойке приставными шагами боком ,лицом и спиной вперед . Остановка двумя шагами и прыжком Повороты без мяча и с мячом. толчки и броски набивных мячей весом до 3 кг с учетом возрастных и половых особенностей Тема: Анализ текста, его основных элементов , сопоставлять формы выражения информации в запросе обзора техники упражнений - Слушание объяснений учителя - Выполнение работ практикума</p>	<p>Научатся: технике выполнения остановок , координации движений</p> <p>Получат возможность научиться: выполнять основные технические действия и приёмы игры в баскетбол в условиях учебной и игровой деятельности</p>	<p>Определять его основные элементы, сопоставлять формы выражения информации в запросе и в самом тексте,</p>
17		<p>« Ловля и передача мяча Ведение мяча» Д/з Пробежка коротких отрезков</p>	<p>Т.з Терминология избранной спортивной игры Ходьба и бег с различными заданиями и элементами техники игры баскетбол, работа в парах. Ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча на месте. 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) Передача мяча передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча на месте и в движении без сопротивления защитника (в парах, тройках , квадрате , круге) Ведение 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 рукой. Игра «Перестрелка» « Поиск нужной информации с использованием ресурсов библиотек и Интернета изучаемого вида спорта ведение мяча» - Слушание объяснений учителя - Выполнение работ практикума</p>	<p>Научатся: демонстрировать навыки работы с мячом на овладении скоростно-силовых и координационных способностей</p> <p>Получат возможность научиться: выполнять основные технические действия и приёмы игры в баскетбол в условиях учебной и игровой деятельности</p>	<p>Осуществлять расширенный поиск информации с использованием ресурсов библиотек и Интернета</p>

18		<p><u>Р/К</u> « Комплексы упражнений Поддачи. Толчки теннис» Д/з <u>Выполнение утренней зарядки</u></p>	<p>Разминка упражнения на осанку. ОРУ в движении. Поддачи: сложные техника выполнения. Удары: толчки комплексы упражнений Учебная игра в теннис Атлетическая гимнастика на тренажерах Комплекс упражнений Тема: Выбор главной темы, общую цель или назначение текста избранного вида спорта. - Слушание объяснений учителя - Выполнение работ практикума</p>	<p>Научатся: Демонстрировать свои технику выполнения технических приемов способность проводить самостоятельные занятия по освоению новых двигательных действий и развитию основных физических качеств, контролировать и анализировать эффективность этих занятий Получат возможность научиться: осуществлять судейство по одному из осваиваемых видов спорта</p>	<p>Определять главную тему, общую цель или назначение текста;</p>
19		<p>« Ведение мяча. Бросок набивного мяча.» Д/з Бег в равномерном темпе</p>	<p>Техника ведения броска мяча Ходьба и бег. ОРУ с мячом. Ведение без сопротивления защитника ведущей и неведущей рукой. Игра по упрощенным правилам «Мини-баскетбол». Бросок набивного мяча (2кг) двумя руками из-за головы, от груди, снизу вперед –вверх, из положения стоя грудью и боком в направлении броска с места ; то же с шага ;снизу вверх на западную и максимальную высоту . Броски одной рукой и двумя руками с места и в движении (после ведения, после ловли) без сопротивления защитника. Максимальное расстояние до корзины 3,60м « <i>Подбор технических средств изучения выбранного вида спорта</i>» - Слушание объяснений учителя - Выполнение работ практикума</p>	<p>Научатся: Корректировать технику выполнения работы с мячом Получат возможность научиться: выполнять основные технические действия и приёмы игры в баскетбол в условиях учебной и игровой деятельности</p>	<p>Выбирать технические средства ИКТ для фиксации изображений соответствии с поставленной целью изучения выбранного вида спорта</p>
20		<p><u>Контрольный урок</u> « Вырывание и выбивание мяча. Комбинации Подтягивание (М) поднимание туловища 30с.(Д)»</p>	<p>Т.З. Организация и проведение подвижных игр и игровых заданий, приближенных к разучиваемой игре. Помощь в судействе, комплектование команды, подготовка места. Проведения игры в процессе урока. Строевые упражнения. ОРУ в движении с элементами подводящих упражнений для игры баскетбол. Бег с заданиями. Вырывание и выбивание мяча.</p>	<p>Научатся: Демонстрировать свои максимальные физические возможности Получат возможность научиться: выполнять тестовые нормативы по физической подготовке.</p>	<p>Учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве</p>

			<p>Д/з Прыжки на скакалке</p>	<p>Варианты челночного бега с изменением направления, скорости, способа перемещения. Бег с преодолением препятствий и на местности. Комбинации из освоенных элементов :ловля, передача, ведение, бросок.</p> <p>Игры и игровые задания 2:1, 3:1.</p> <p>КЭС: Норматив на выявление силовых и скоростно-силовых способностей «Подтягивание (М) поднимание туловища 30с.(Д) – на результат»</p> <p><i>« Стремление к координации различных позиций в сотрудничестве учитывать разные мнения в приобретении знаний изучаемого вида спорта»</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Слушание объяснений учителя - Измерение величин - Выполнение работ практикума 		
21			<p><u>Р/К</u></p> <p>« Комплексы упражнений. Подрезки. Накаты. Теннис.»</p> <p>Д/з <u>Выполнение утренней зарядки</u></p>	<p>Разминка. Упражнения на осанку. О.Р.У. в движении. При подрезке «открытая» ракетка подводится под мяч, благодаря чему возникает возможность закрутить мяч. Накаты – самые распространённые удары в настольном теннисе. При них сообщается большая скорость мячу, а спортсмену этот прием позволяет держать инициативу в своих руках. При накатах мячу придается так называемое верхнее вращение Подачи: сложные подачи Удары: накаты Учебная игра в теннис Атлетическая гимнастика. Комплекс упражнений</p> <p><i>« Создать условия подготовки сообщений о земляках спортсменов тюменской области по выбору.»</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Слушание объяснений учителя - Выполнение работ практикума 	<p>Научатся: На овладение элементарными технико-тактическими взаимодействиями</p> <p>Получат возможность научиться: способность проводить самостоятельные занятия по освоению новых двигательных действий и развитию основных физических качеств, контролировать и анализировать эффективность этих занятий.</p>	<p>Создание письменных сообщений</p> <p>Об истории олимпиады и их участников.</p>
22			<p>« Комбинации из освоенных элементов. Тактика нападения.»</p> <p>Д/з Пробегиание коротких отрезков</p>	<p>Т.з Правила и организация избранной игры. Цель и смысл. Игровое поле количество участников поведение игроков в нападении и в защите в процессе урока .Строевые упражнения. Ходьба бег ОРУ на месте. Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом.Тактика свободного нападения.</p> <p>Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом с игровыми заданиями. Тактика позиционного</p>	<p>Научатся: демонстрировать технико- тактическими взаимодействиями</p> <p>Получат возможность научиться: способность проводить самостоятельные занятия по ос-</p>	<p>Выделять главную и избыточную информацию;</p>

				и свободного нападения. Варианты челночного бега. Игровые упражнения. Техника перемещений и владения мячом Учебная игра «Мини баскетбол» Малоподвижная игра. « Выбор главной и избыточной информации по подготовки заданной темы.» - Слушание объяснений учителя - Анализ проблемных ситуаций - Выполнение работ практикума	воению новых двигательных действий и развитию основных физических качеств, контролировать и анализировать эффективность этих занятий.	
23			« Нападение быстрым прорывом. Взаимодействие. Игра мини-баскетбол. » Д/з Прыжки на скакалке	Т.з Тактика нападений Расстановка игроков. Позиционное нападение из-за щита (зонная и личная защита) Строевые упражнения. ОРУ в движении. Ходьба, бег с игровыми заданиями. Тактика нападений. Расстановка игроков. Нападение быстрым прорывом. Взаимодействие 2 игроков «Отдай мяч и выйди» Игра по упрощенным правилам мини-баскетбола Подвижные игры «Охотники и утки», «Перестрелка « <i>Анализ изменения своего эмоционального состояния в процессе чтения, получения и переработки полученной информации и её осмысления. в обучении и получения знаний в области физической культуры</i> » - Слушание объяснений учителя - Анализ проблемных ситуаций - Выполнение работ практикума	Научатся: демонстрировать технико- тактическими взаимодействиями Получат возможность научиться: способность проводить самостоятельные занятия по освоению новых двигательных действий и развитию основных физических качеств, контролировать и анализировать эффективность этих занятий.	Анализировать изменения своего эмоционального состояния в процессе чтения, получения и переработки полученной информации и её осмысления.
24			<u>Р/К</u> « Комплексы упражнений Накаты. Подачи. Игра. » Д/з <u>Выполнение утренней зарядки</u>	Разминка упражнения на осанку. О.Р.У. в движении. Накаты – самые распространённые удары в настольном теннисе. При них сообщается большая скорость мячу, а спортсмену этот прием позволяет держать инициативу в своих руках. При накатах мячу придается так называемое верхнее вращение Атлетическая гимнастика. Комплекс упражнений Уметь выполнять накат и подачи. Настольный теннис. « <i>Постановка перед собой цели чтения, направляя внимание на полезную в данный момент информацию в области физической культуры и спорта.</i> » - Слушание объяснений учителя	. Научатся: Демонстрировать свои технические умения Получат возможность научиться: способность проводить самостоятельные занятия по освоению новых двигательных действий и развитию основных физических качеств, контролировать и анализировать эффективность этих занятий	Ставить перед собой цель чтения, направляя внимание на полезную в данный момент информацию;

				- Выполнение работ практикума		
II четверть Гимнастика с элементами акробатики – 18 ч Атлетическая гимнастика, настольный теннис – 6 ч.						
25			Гимнастика «Строевые упражнения с гимнастическим оборудованием.» Д/з подтягивания, отжимания, поднимание туловища	<u>Т.3</u> Правила и обеспечение техники безопасности упражнения для разогревания основы выполнения гимнастических упражнений. Стрaховка и помощь во время занятий. Строевые упражнения. Перестроение из колонны по одному по четыре дроблением и с ведением из колонны по два и по четыре в колонну по одному разведением и слиянием, по восемь в движении. Упражнения с гимнастической скамейкой на гимнастическом бревне на гимнастической стенке брусьях перекладине гимнастическом коне и козле <i>« Организация взаимного контроля в оказании сотрудничества необходимой взаимопомощи при выполнении гимнастических упражнений»</i> - Слушание объяснений учителя - Выполнение работ практикума	Научатся: Соблюдать технику безопасности при занятиях гимнастикой. Получат возможность научиться: Упражнения для разогревания. Основы выполнения гимнастических упражнений	Осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь
26			« Строевые упражнения с гимнастическим оборудованием.» И.У. <i>История развития спорта в СССР – гимнастики(история)</i> Д/з подтягивания, отжимания, поднимание туловища	<u>Т.3</u> Значение гимнастических упражнений для сохранения правильной осанки, развития силовых способностей и гибкости. Перестроение из колонны по два и по четыре в колонну по одному разведением и слиянием, по восемь в движении. Упражнения с гимнастической скамейкой, на гимнастическом бревне ,на гимнастической стенке , брусьях ,перекладине , гимнастическом коне и козле <i>« История развития спорта в СССР – гимнастики. Даты, достижения, клубы. (история)»</i> <i>«Построения учебного исследования проекта, используя оборудование, модели, методы и приёмы в области выполнения двигательных действий элементов гимнастики и т.д.»</i> - Слушание объяснений учителя - Выполнение работ практикума	Научатся: выполнять гимнастические комбинации на спортивных снарядах из числа хорошо освоенных упражнений. Получат возможность научиться: Корректировка выполнения строевых упражнений. Подготовка мест занятий. Умение работы на гимнастических снарядах. Уборка мест занятий.	Планировать и выполнять учебное исследование и учебный проект, используя оборудование, модели, методы и приёмы, адекватные исследуемой проблеме

27		<p><u>Р/К</u> <u>« Комплексы упражнений Хватка ракетки. Передвижение.»</u> Д/з Выполнение утренней зарядки</p>	<p>Разминка, упражнения на осанку О.Р.У. в движении .Атлетическая гимнастика .Комплексы упражнений. Настольный теннис: Передвижение у стола. Хватка ракетки: а) европейская б) азиатская « <i>Выбор главной и избыточной информации по подготовки заданной темы.</i>» <u>Знакомство с нормами ГТО и подготовка к сдаче.</u> - Слушание объяснений учителя - Измерение величин - Выполнение работ практикума</p>	<p>Научатся: Выполнять основные технические действия и приёмы игры настольный теннис.</p> <p>Получат возможность научиться: демонстрировать координацию согласованности движений самостоятельные занятия по освоению новых двигательных действий и развитию основных физических качеств, контролировать и анализировать эффективность этих занятий.</p>	<p>Выделять главную и избыточную информацию;</p>
28		<p><u>« Строевые упражнения. Акробатические упражнения»</u> Д/з подтягивания, отжимания, поднимание туловища, упражнения на гибкость</p>	<p>Разминка бег ходьба ОРУ Строевые упражнения Перестроение из колонны по одному, по четыре дроблением и с ведением из колонны по два и по четыре в колонну по одному разведением и слиянием, по восемь в движении. Упражнения с гимнастической скамейкой, на гимнастическом бревне, на гимнастической стенке. <u>Акробатические упражнения</u> Кувырок вперед и назад; стойка на лопатках. Простые связки « <i>Постановка вопроса и ответа на которые можно получить путём научного исследования, отбирать адекватные методы исследования, формулировать из исследования вывода, различной техники выполнения гимнастических упражнений.</i>» <u>Подготовка ГТО на силу и гибкость</u> <u>Подтягивание отжимание поднимание туловища упражнения на растягивание</u> - Слушание объяснений учителя - Выполнение работ практикума</p>	<p>Научатся: выполнять акробатические комбинации из числа хорошо освоенных упражнений; Получат возможность научиться: Работать в строю. Демонстрация перестроения. Корректировка строевых упражнений. Отработка исправление ошибок.</p>	<p>Распознавать и ставить вопросы, ответы на которые могут быть получены путём научного исследования, отбирать адекватные методы исследования, формулировать вытекающие из исследования выводы</p>
29		<p><u>« Общеразвивающие упражнения. Акробатические упражнения.»</u> Д/з подтягивания,</p>	<p>Разминка бег ходьба_Общеразвивающие упражнения в парах Сочетание различных положений рук ,ног, туловища. Акробатические упражнения: Кувырок вперед и назад; стойка на лопатках. Простые связки. Упражнения с гимнастической скамейкой, на гимнастическом</p>	<p>Научатся: выполнять гимнастические комбинации на спортивных снарядах из числа хорошо освоенных упражнений</p>	<p>Задавать вопросы, необходимые для организации</p>

		отжимания, поднимание туловища, упражнения на гибкость	бревне, на гимнастической стенке, брусьях, перекладине. гимнастическом коне и козле. « <i>Возникающие вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнёром при выполнении гимнастических упражнений.</i> » - Слушание объяснений учителя - Анализ проблемных ситуаций - Выполнение работ практикума	Получат возможность научиться: демонстрировать комплекс ОРУ. Корректировка техники акробатических упражнений. Видеть и исправлять свои ошибки.	собственной деятельности и сотрудничества с партнёром
30		<i>Р/К</i> <i>«Комплексы упражнений Хватка ракетки, удары, толчок теннис.»</i> Д/з подтягивания, отжимания, поднимание туловища, упражнения на гибкость	Разминка. Упражнения на осанку О.Р.У. в движении .Атлетическая гимнастика. Комплексы упражнений. Настольный теннис: Виды ударов. «Толчок». Хватка ракетки «Европейская» <u>Подготовка ГТО на силу и гибкость</u> <u>Подтягивание отжимание поднимание туловища упражнения на растягивание</u> « <i>Анализ изменения своего эмоционального состояния в процессе чтения, получения и переработки полученной информации и её осмысления. в обучении и получения знаний в области физической культуры</i> » - Слушание объяснений учителя - Выполнение работ практикума	Научатся: выполнять основные технические действия и приёмы игры в настольный теннис, игровой деятельности Получат возможность научиться: демонстрировать технические приемы и свои физические возможности	Анализировать изменения своего эмоционального о состоянии в процессе чтения, получения и переработки полученной информации и её осмысления.
31		1. ОРУ 2. Акробатические упражнения. Д/з подтягивания, отжимания, поднимание туловища, упражнения на гибкость	Г.з Упражнения и простейшие программы по развитию силовых координационных способностей и гибкости с предметами и без предметов. Акробатические с использованием гимнастических снарядов. Разминка бег ходьба .ОРУ в парах .Сочетание движений руками с ходьбой на месте и в движении, с маховыми движениями ногой , с подскоками, приседаниями, с поворотами. Акробатические упражнения; кувырок вперед и назад; стойка на лопатках. Простые связки. « <i>Поиск своей точки зрения, в использование языковых средств, и адекватные обсуждение техники и проблемы избранных гимнастических упражнений</i> » - Слушание объяснений учителя - Анализ проблемных ситуаций - Выполнение работ практикума	Научатся: классифицировать физические упражнения по их функциональной направленности, планировать их последовательность и дозировку в процессе самостоятельных занятий по укреплению здоровья и развитию физических качеств Получат возможность научиться: демонстрировать комплекс ОРУ. Корректировать технику акробатических упражнений.	Ясно, логично и точно излагать свою точку зрения, использовать языковые средства, адекватные обсуждаемой проблеме

32		<p>« ОРУ с гимнастическим инвентарем. Контрольный урок Акробатические упражнения.» Д/з подтягивания, отжимания, поднимание туловища, упражнения на гибкость</p>	<p>Разминка, бег, ходьба. ОРУ с гимнастическим инвентарем мальчики девочки. КЭС: Акробатические упражнения: кувырок вперед и назад; стойка на лопатках на оценку техники выполнения.</p> <p><u>Подготовка ГТО на силу и гибкость</u> <u>Подтягивание отжимание поднимание туловища упражнения на растягивание</u> <i>« Диалог мнений и стремления к координации различных позиций в сотрудничестве освоения гимнастических упражнений»</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Слушание объяснений учителя - Анализ проблемных ситуаций - Измерение величин - Выполнение работ практикума 	<p>Научатся: КУ: кувырок вперед и назад; стойка на лопатках на оценку техники выполнения. Получат возможность научиться: продемонстрировать правильную технику разнообразных упражнений.</p>	<p>Учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве</p>
33		<p><u>Р/К</u> « Комплексы упражнений Накаты. Подачи. Теннис.» Д/з Выполнение физкульт - минутки и ее значение для здоровья человека</p>	<p>Разминка упражнения на осанку ОРУ в движении. Атлетическая гимнастика. Комплексы упражнений. Настольный теннис: накаты, подачи.</p> <p><u>Подготовка ГТО на силу и гибкость</u> <u>Подтягивание отжимание поднимание туловища упражнения на растягивание</u> <i>« Фиксация анализ результатов достижений изменений своего физического развития»</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Слушание объяснений учителя - Анализ проблемных ситуаций - Выполнение работ практикума 	<p>Научатся: выполнять технические приемы самостоятельные занятия по освоению новых двигательных действий и развитию основных физических качеств, контролировать и анализировать эффективность этих занятий. Получат возможность научиться: Ориентирование в пространстве способность проводить самостоятельные занятия по освоению новых двигательных действий и развитию основных физических качеств.</p>	<p>Осуществлять фиксацию изображений результатов достижений изменений своего физического развития проведения эксперимента, природного процесса,</p>
34		<p>« Общеразвивающие упражнения. Висы, упоры лазанье.» Д/з подтягивания, отжимания, поднимание туловища, упражнения на гибкость</p>	<p>Т.з Помощь и страховка. Демонстрация упражнений; выполнение обязанностей командира отделения.</p> <p>Разминка, бег, ходьба, ОРУ с предметами и без предметов то же с различными способами ходьбы, бега, прыжков вращений. Упражнения на гимнастических брусках перекладине Акробатические упражнения: кувырок вперед и назад; стойка на лопатках. Висы и упоры упражнения в висах и упорах, с</p>	<p>Научатся: КУ: выполнять акробатические комбинации из числа хорошо освоенных упражнений Получат возможность научиться: продемонстрировать комбинации из</p>	<p>Работа с текстом: поиск информации и понимание прочитанного определять</p>

			гантелями, набивными мячами. КЭС: Мальчики: висы согнувшись и прогнувшись; подтягивание в висе ; поднятие прямых ног в висе. Девочки: смешанные висы подтягивание из виса лежа. Лазание по гимнастической лестнице. <i>« Подбор текста по теме избранного вида спорта.. Определение главной темы, общей цели или назначение.»</i> - Слушание объяснений учителя - Анализ проблемных ситуаций - Выполнение работ практикума	освоенных элементов	главную тему, общую цель или назначение текста;
35		« Общеразвивающие упражнения. Висы, упоры и лазанье.» Д/з подтягивания, отжимания, поднятие туловища, упражнения на гибкость	Т.з Установка и уборка снарядов. Разминка, бег, ходьба ОРУ без предметов, то же с различными способами ходьбы, бега, прыжков, вращений. Акробатические упражнения: кувырок вперед и назад; стойка на лопатках. Висы и упоры упражнения в висах и упорах, с гантелями, набивными мячами. КЭС: Мальчики: висы согнувшись и прогнувшись; подтягивание в висе ; поднятие прямых ног в висе. Девочки: смешанные висы, подтягивание из виса лежа. Лазание по гимнастической лестнице. <i>« Выбор порядка частей фаз основ инструкций, содержащихся в тексте изучения двигательных действий.»</i> - Слушание объяснений учителя - Анализ проблемных ситуаций - Выполнение работ практикума	Научатся: выполнять акробатические комбинации и гимнастические комбинации на спортивных снарядах из числа хорошо освоенных упражнений Получат возможность научиться: определять признаки положительного влияния занятий физической подготовкой на укрепление здоровья, устанавливать связь между развитием физических качеств и основных систем организма.	Объяснять порядок частей/инструкций, содержащихся в тексте
36		<i>Р/К</i> <i>Всероссийские спортивные игры школьников «Президентские спортивные игры» : победители и призеры сборных команд школьников города Тюмени</i>	Разминка, упражнения на осанку, О.Р.У. в движении Атлетическая гимнастика: комплексы упражнений на плечевой пояс. Настольный теннис: подрезки, накаты, учебная игра в парах, правила игры <u>Подготовка ГТО на силу и гибкость</u> <u>Подтягивание отжимание поднятие туловища упражнения на растягивание</u> <i>« Учет и понимание смысла содержание деятельности при выполнении техники упражнений»</i>	Научатся: Выполнять упражнения по освоению новых двигательных действий и развитию основных физических качеств, контролировать и анализировать эффективность этих занятий. Получат возможность научиться: Выполнять основные технические	Учитывать смысл и содержание деятельности при выполнении техники упражнений организации в отработке

			<p>« Комплексы упражнений. Подрезки. Накаты, Игра.»</p> <p>Д/з Выполнение физкульт-минутки, упражнения на гибкость</p>	<p>- Слушание объяснений учителя</p> <p>- Анализ проблемных ситуаций</p> <p>- Выполнение работ практикума</p>	<p>действия и приёмы игры настольный теннис.</p>	<p>отдельных элементов объектов и процессов при выполнении упражнений обеспечивать качество фиксации существенных элементов</p>
37			<p>«Висы. Упоры. Лазание»</p> <p>Д/з подтягивания, отжимания, поднятие туловища, упражнения на гибкость 2-3 серии</p>	<p>Разминка ,бег ,ходьба ,ОРУ.</p> <p>Висы и упоры: упражнения в висах и упорах, с гантелями, набивными мячами.</p> <p>Мальчики: висы согнувшись и прогнувшись; подтягивание в висе; поднятие прямых ног в висе</p> <p>Девочки: смешанные висы ,подтягивание из вися лежа.</p> <p>Лазание по канату, шесту, гимнастической лестнице.</p> <p>« <i>Анализ текста, его основных элементов сопоставлять формы выражения информации в запросе обзора техники гимнастических упражнений</i>»</p> <p>- Слушание объяснений учителя</p> <p>- Анализ проблемных ситуаций</p> <p>- Выполнение работ практикума</p>	<p>Научатся: демонстрировать правильную технику разнообразных висов и свои функциональные возможности.</p> <p>Получат возможность научиться: преодолевать естественные и искусственные препятствия с помощью разнообразных способов лазанья</p>	<p>Определять его основные элементы, сопоставлять формы выражения информации в запросе и в самом тексте,</p>
38			<p><u>Контрольный урок</u></p> <p>«Висы. Лазание.»</p> <p>Д/з подтягивания, отжимания, поднятие туловища 2-3 серии</p>	<p>Т.з Правила самоконтроля.</p> <p>Разминка, бег, ходьба, ОРУ.</p> <p>Упражнения с гимнастической скамейкой на гимнастической стенке</p> <p>КЭС: Висы на оценку техники. Мальчики висы согнувшись и прогнувшись; подтягивание в висе; поднятие прямых ног в висе.</p> <p>Девочки: смешанные висы, подтягивание из вися лежа.</p> <p>Лазание по канату, шесту,</p> <p>«<i>Поиск нужной информации с использованием ресурсов библиотек и Интернета изучаемого вида спорта.</i>»</p> <p>- Слушание объяснений учителя</p> <p>- Анализ проблемных ситуаций</p>	<p>Научатся:</p> <p>КУ: демонстрировать технику разнообразных висов, свои максимальные физические возможности.</p> <p>Получат возможность научиться: преодолевать естественные и искусственные препятствия с помощью разнообразных способов лазанья и висов.</p>	<p>Осуществлять расширенный поиск информации с использованием ресурсов библиотек и Интернета</p>

				- Выполнение работ практикума		
39		<p><i>Р/К</i> « Комплексы упражнений. Поддачи. Толчки. Игра.» <i>Д/з</i> Выполнение физкульт-минутки упражнения на гибкость</p>	<p>Разминка, упражнения на осанку, ОРУ в движении. Атлетическая гимнастика: комплексы упражнений на плечевой пояс и брюшной пояс: Настольный теннис: подачи, толчки, учебная игра в парах. Подготовка ГТО на силу и гибкость Подтягивание отжимание поднимание туловища упражнения на растягивание <i>«Подбор технических средств изучения выбранного вида спорта»</i> - Слушание объяснений учителя - Анализ проблемных ситуаций - Выполнение работ практикума</p>	<p>Научатся: Демонстрировать свои физические возможности, силовые способности. Выполнять основные технические действия и приёмы игры настольный теннис. Получат возможность научиться: Самостоятельные занятия по освоению новых двигательных действий и развитию основных физических качеств, контролировать и анализировать эффективность этих занятий.</p>	<p>Выбирать технические средства ИКТ для фиксации изображений соответствии с поставленной целью изучения выбранного вида спорта</p>	
40		<p>«Броски набивного мяча. Опорные прыжки.» <i>Д/з</i> подтягивания, отжимания, поднимание туловища 2-3 серии</p>	<p>Т.з Способы регулирования физической нагрузки Разминка, упражнения на осанку, ОРУ в движении.ОРУ с повышенной амплитудой для плечевых, локтевых ,тазобедренных, коленных суставов и позвоночника. Упражнения на гимнастическом коне и козле. Прыжки с пружинного гимнастического мостика в глубину Опорные прыжки, прыжки со скакалкой,броски набивного мяча. <i>« Стремление к координации различных позиций в сотрудничестве учитывать разные мнения в приобретении знаний изучаемого вида спорта.»</i> - Слушание объяснений учителя - Анализ проблемных ситуаций - Выполнение работ практикума</p>	<p>Научатся: демонстрировать прыжки, с использованием гимнастических снарядов Получат возможность научиться: выполнять гимнастические комбинации на спортивных снарядах из числа хорошо освоенных упражнений</p>	<p>Учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве</p>	
41		<p>« ОРУ Опорные прыжки, Эстафеты и игры.» <i>Д/з</i> подтягивания, отжимания, поднимание туловища 2-3 серии</p>	<p>Т.з Составление с помощью учителя простейших комбинаций упражнений. Правила соревнований Разминка, бег, ходьба, ОРУ. Упражнения с партнером, Упражнения с предметами Прыжки с пружинного гимнастического мостика в глубину Опорные прыжки, прыжки со скакалкой. Эстафеты и игры с использованием гимнастических упражнений и инвентаря. <i>« Поиск в информационной среде образовательного учреждения, в том числе через Интернет, размещать</i></p>	<p>Научатся: Корректировать технику выполнения прыжковых упражнений Получат возможность научиться: выполнять гимнастические комбинации на спортивных снарядах из числа хорошо освоенных упражнений</p>	<p>Входить в информационную среду образовательного учреждения, в том числе через Интернет, размещать в</p>	

				<p>различные информационные объекты как фото видео спортивной жизни школы.»</p> <ul style="list-style-type: none"> - Слушание объяснений учителя - Анализ проблемных ситуаций - Выполнение работ практикума 		<p>информационной среде различные информационные объекты</p>
42		<p><u>Р/К</u> «Я получил свой знак отличия ВФСК «ГТО»! А ты?» Фестиваль ВФСК ГТО в г. Тюмени и Тюменской области « Комплексы упражнений. Контрольный урок Поддачи» Д/з Выполнение упражнений на гибкость</p>	<p>Разминка, упражнения на осанку, ОРУ в движении Атлетическая гимнастика: Комплексы упражнений на брюшной пояс <u>Настольный теннис: КЭС – Поддачи справа / слева на оценку</u> « Подходы самостоятельного оценивания правильности выполнения действия и вносить необходимые коррективы в исполнение как в конце действия, так и по ходу его реализации в изучении новых упражнений и игр т.д.»</p> <ul style="list-style-type: none"> - Слушание объяснений учителя - Анализ проблемных ситуаций - Измерение величин - Выполнение работ практикума 	<p>Научатся: КУ:выполнять упражнения по освоению новых двигательных действий и развитию основных физических качеств, контролировать и анализировать эффективность этих занятий.</p> <p>Получат возможность научиться: Выполнять основные технические действия и приёмы игры настольный теннис.</p>	<p>Адекватно самостоятельно оценивать правильность выполнения действия и вносить необходимые коррективы в исполнение как в конце действия, так и по ходу его реализации</p>	
43		<p>«Опорные прыжки, Эстафеты» <u>Домашнее задание</u> Д/з подтягивания, отжимания, поднимание туловища 2-3 серии</p>	<p>Разминка, бег, ходьба, ОРУ Опорные прыжки, прыжки со скакалкой прыжки с пружинного гимнастического мостика в глубину. Эстафеты с использованием гимнастических упражнений и инвентаря. <u>Подготовка ГТО на силу и гибкость</u> <u>Подтягивание отжимание поднимание туловища упражнения на растягивание</u> « Требования техники безопасности, гигиены, эргономики и ресурсосбережения при работе с устройствами ИКТ, в частности учитывающие специфику работы с различными экранами.»</p> <ul style="list-style-type: none"> - Слушание объяснений учителя - Анализ проблемных ситуаций - Выполнение работ практикума 	<p>Научатся: выполнять гимнастические комбинации на спортивных снарядах из числа хорошо освоенных упражнений. Получат возможность научиться: демонстрировать свои физические возможности</p>	<p>Соблюдать требования техники безопасности, гигиены, эргономики и ресурсосбережения при работе с устройствами ИКТ, в частности учитывающие специфику работы с различными экранами</p>	

44		<p>« Строевые упражнения. Опорные прыжки» Домашнее задание Д/з подтягивания, отжимания, поднимание туловища 2-3 серии</p>	<p>Разминка, бег, ходьба .Строевые упражнения, ОРУ. Опорные прыжки: Вскок упор присев соскок, прогнувшись (козел в ширину высота (80-100см.) « Выбор творческой деятельности и технической фиксации обработки изображений» - Слушание объяснений учителя - Анализ проблемных ситуаций - Выполнение работ практикума</p>	<p>Научатся: Корректировать технику Прыжков. Выполнять гимнастические комбинации на спортивных снарядах из числа хорошо освоенных упражнений</p> <p>Получат возможность научиться: выполнять общеразвивающие упражнения, целенаправленно воздействующие на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и координации)</p>	<p>Различать творческую и техническую фиксацию изображений; рисунков видеосъемок</p>
45		<p>«ОРУ Упражнения на гимнастическом оборудовании. Опорные прыжки.» Д/з подтягивания, отжимания, поднимание туловища 2-3 серии</p>	<p>Разминка, бег, ходьба ОРУ. Упражнения с партнером акробатические, на гимнастической стенке. Упражнения с предметами. Опорные прыжки Вскок упор присев соскок, прогнувшись (козел в ширину высота (80-100см.) Подготовка ГТО на силу и гибкость Подтягивание отжимание поднимание туловища упражнения на растягивание « <i>Поиск и ориентация в содержании текста и понимать его целостный смысл: в освоении упражнений.</i>» - Слушание объяснений учителя - Анализ проблемных ситуаций - Выполнение работ практикума</p>	<p>Научатся: демонстрировать общеразвивающие упражнения. Преодолевать препятствия или гимнастический снаряд.</p> <p>Получат возможность научиться: выполнять акробатические комбинации из числа хорошо освоенных упражнений.</p>	<p>Ориентироваться в содержании текста и понимать его целостный смысл:</p>
46		<p>« Строевые упражнения. Опорные прыжки.» Д/з подтягивания, отжимания, поднимание туловища 2-3 серии</p>	<p>Разминка, бег, ходьба. Строевые упражнения, ранее изученные. Перестроения. ОРУ. Опорные прыжки, прыжки со скакалкой, Вскок в упор присев соскок прогнувшись (козел в ширину высота 80 – 100 см). «<i>Выбор главной темы, общую цель или назначение текста избранного вида спорта.</i>» - Слушание объяснений учителя - Анализ проблемных ситуаций - Выполнение работ практикума</p>	<p>Научатся: демонстрировать общеразвивающие упражнения. Преодолевать препятствия или гимнастический снаряд.</p> <p>Получат возможность научиться: выполнять акробатические комбинации из числа хорошо освоенных упражнений.</p>	<p>Определять главную тему, общую цель или назначение текста;</p>

47		<p><u>Контрольный урок</u> «Опорный прыжок. Эстафеты и игры.» Д/з Известные гимнасты России</p>	<p>КЭС: Опорные прыжки, прыжки со скакалкой, вскок в упор присев соскок прогнувшись (козел в ширину высота 80 – 100 см) на оценку техники. Эстафеты и игры с использованием гимнастических упражнений и инвентаря. <u>Подготовка ГТО на силу и гибкость</u> <u>Подтягивание отжимание поднимание туловища упражнения на растягивание</u> <i>«Создать условия подготовки сообщений о земляках спортсменов тюменской области по выбору.»</i> - Слушание объяснений учителя - Анализ проблемных ситуаций - Измерение величин - Выполнение работ практикума</p>	<p>Научатся: КУ: Опорные прыжки Демонстрировать общеразвивающие упражнения. Преодолевать препятствия или гимнастический снаряд. Получат возможность научиться: выполнять акробатические комбинации из числа хорошо освоенных упражнений.</p>	<p>Создание письменных сообщений об истории олимпиады и их участников.</p>
48		<p>« Общеразвивающие упражнения. Эстафеты и игры.» Д/з подтягивания, отжимания, поднимание туловища 2-3 серии</p>	<p>ОРУ с повышенной амплитудой для плечевых, локтевых, тазобедренных, коленных суставов и позвоночника. Эстафеты и игры с использованием гимнастических упражнений и инвентаря. <i>«Постановка перед собой цели чтения, направляя внимание на полезную в данный момент информацию в области физической культуры и спорта.»</i> - Слушание объяснений учителя - Анализ проблемных ситуаций - Выполнение работ практикума</p>	<p>Научатся: демонстрировать технику выполнения комплекса общеразвивающих упражнений и своих физических возможностей. Получат возможность научиться: выполнять общеразвивающие упражнения, целенаправленно воздействующие на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и координации)</p>	<p>Ставить перед собой цель чтения, направляя внимание на полезную в данный момент информацию;</p>
<p>III - четверть <u>Лыжная подготовка- 18ч.</u> <u>Атлетическая гимнастика Н/теннис – 6 ч.</u> <u>Баскетбол – 6 ч.</u></p>					
49		<p><u>Лыжная подготовка</u> « Повороты переступанием, одновременный бесшажный ход.» Р/К Материалы и строение лыж (технология)</p>	<p>Т.3 Техника безопасности при занятиях лыжным спортом. Оказание помощи при обморожении и травмах. Требование к одежде и обуви занимающегося лыжами Разминка прокатка на лыжах 1-2 круга ОРУ Повороты переступанием одновременный бесшажный ход. <i>«Организация взаимного контроля, в оказании сотрудничества необходимой взаимопомощи при выполнении</i></p>	<p>Научатся: Руководствоваться правилами профилактики травматизма и подготовки мест занятий, правильного выбора обуви и формы одежды в зависимости от времени года и погодных условий Получат возможность научиться:</p>	<p>Осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь</p>

			<p><i>История развития Советского спорта, известные лыжники СССР (история)</i> Д/з прогулка игры на свежем воздухе</p>	<p><i>элементов лыжной подготовки»</i> - Слушание объяснений учителя - Выполнение работ практикума - Устный опрос</p>	<p>проводить занятия физической культурой с использованием оздоровительной ходьбы и бега, лыжных прогулок и туристских походов, обеспечивать их оздоровительную направленность</p>	
50			<p>«Повороты переступанием. Лыжные ходы» <u>Домашнее задание</u> прогулка игры на свежем воздухе</p>	<p>Т.з Правила самостоятельного выполнения упражнений и домашних заданий. Разминка прокатка на лыжах 1-2 круга ОРУ. Повороты переступанием одновременный бесшажный ход. Способы передвижений на лыжах Попеременный двухшажный <u>Подготовка ГТО на выносливость</u> <u>прохождение дистанции на лыжах до 8-10 мин</u> <i>« Построения учебного исследования проекта, используя оборудование, модели, методы и приёмы в области выполнения двигательных действий»</i> - Слушание объяснений учителя - Выполнение работ практикума</p>	<p>Научатся: передвигаться на лыжах и выполнять повороты. Выполнять нормативы Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО). Получат возможность научиться: проводить занятия физической культурой с использованием оздоровительной ходьбы и бега, лыжных прогулок и туристских походов, обеспечивать их оздоровительную направленность</p>	<p>Планировать и выполнять учебное исследование и учебный проект, используя оборудование, модели, методы и приёмы, адекватные исследуемой проблеме</p>
51			<p>« Одновременно бесшажный ход. Попеременный двухшажный» <u>Домашнее задание</u> прогулка игры на свежем воздухе</p>	<p>Т.з Значение занятий лыжным спортом для поддержания работоспособности Разминка: прокатка на лыжах 1-2 круга. ОРУ. Одновременный бесшажный ход. Попеременный двухшажный <i>« Постановка вопроса и ответа, на которые можно получить путём научного исследования, отбирать адекватные методы исследования, формулировать из исследования выводы, различной техники выполнения элементов лыжной подготовки»</i> - Слушание объяснений учителя - Выполнение работ практикума</p>	<p>Научатся: видеть и исправлять ошибки при выполнении. Передвигаться на лыжах и выполнять повороты Получат возможность научиться: проводить занятия физической культурой с использованием оздоровительной ходьбы и бега, лыжных прогулок и туристских походов, обеспечивать их оздоровительную направленность</p>	<p>Распознавать и ставить вопросы, ответы на которые могут быть получены путём научного исследования, отбирать адекватные методы исследования, формулировать вытекающие из исследования выводы</p>

52		<p>« Попеременный двухшажный. Одновременный бесшажный ход.» <u>Домашнее задание</u> прогулка игры на свежем воздухе</p>	<p>Т.3 Виды лыжного спорта Разминка прокатка на лыжах 1-2 круга ОРУ. Имитация, отработка техники. Попеременный двухшажный ,одновременный бесшажный ход.</p> <p><u>Подготовка ГТО на выносливость</u> <u>прохождение дистанции на лыжах до 8-10 мин.</u></p> <p><i>« Возникающие вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнёром при выполнении элементов лыжной подготовки»</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Слушание объяснений учителя - Выполнение работ практикума 	<p>Научатся: видеть и исправлять ошибки при выполнении. Передвигаться на лыжах и выполнять повороты. Выполнять нормативы Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).</p> <p>Получат возможность научиться: проводить занятия физической культурой с использованием оздоровительной ходьбы и бега, лыжных прогулок и туристских походов, обеспечивать их оздоровительную направленность</p>	<p>Задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнёром</p>
53		<p><u>Контрольный урок</u> «Повороты переступанием. Одновременно бесшажный ход»</p> <p><u>Домашнее задание</u> прогулка игры на свежем воздухе</p>	<p>Разминка, прокатка на лыжах 1-2 круга, ОРУ, имитация отработка техники. Попеременный двухшажный ход. Повороты переступанием. КЭС: Одновременный бесшажный ход на оценку техники <i>«Поиск своей точки зрения, в использование языковых средств и адекватные обсуждение техники и проблемы избранных элементов лыжной подготовки»</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Слушание объяснений учителя - Анализ проблемных ситуаций - Выполнение работ практикума 	<p>Научатся: видеть и исправлять ошибки при выполнении. Передвигаться на лыжах и выполнять повороты. выполнять тестовые упражнения на оценку уровня индивидуального развития основных физических качеств.</p> <p>Получат возможность научиться: проводить занятия физической культурой с использованием оздоровительной ходьбы и бега, лыжных прогулок и туристских походов, обеспечивать их оздоровительную направленность</p>	<p>Ясно, логично и точно излагать свою точку зрения, использовать языковые средства, адекватные обсуждаемой проблеме</p>

54			<p>« Повороты переступанием. Одновременный бесшажный ход.»</p> <p>Домашнее задание прогулка игры на свежем воздухе</p>	<p>Т.3 Применение лыжных мазей Разминка, прокатка на лыжах 1-2 круга, ОРУ, имитация отработка Повороты переступанием. Одновременный бесшажный ход. Подготовка ГТО на выносливость прохождение дистанции на лыжах до 8-10 мин. « Диалог мнений и стремления к координации различных позиций в сотрудничестве освоения элементов лыжной подготовки техники»</p> <ul style="list-style-type: none"> - Слушание объяснений учителя - Выполнение работ практикума 	<p>Научатся: Передвигаться на лыжах и выполнять повороты. Выполнять нормативы Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).</p> <p>Получат возможность научиться: проводить занятия физической культурой с использованием лыжных прогулок , обеспечивать их оздоровительную направленность</p>	<p>Учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве</p>
55			<p>« Подъемы. Повороты. Попеременный двухшажный ход.»</p> <p>Домашнее задание прогулка игры на свежем воздухе</p>	<p>Разминка прокатка на лыжах 1-2 круга ОРУ имитация отработка техники .Подъем «Полуелочкой» .Повороты переступанием. Попеременный двухшажный ход. « Фиксация анализ результатов достижений изменений своего физического развития»</p> <ul style="list-style-type: none"> - Слушание объяснений учителя - Анализ проблемных ситуаций - Выполнение работ практикума 	<p>Научатся: передвигаться на лыжах и выполнять повороты,подъемы.</p> <p>Получат возможность научиться: проводить занятия физической культурой с использованием лыжных прогулок , обеспечивать их оздоровительную направленность</p>	<p>Осуществлять фиксацию изображений результатов достижений изменений своего физического развития проведения эксперимента, природного процесса</p>
56			<p>« Повороты. Подъемы. Попеременный двухшажный ход.»</p> <p>Домашнее задание прогулка игры</p>	<p>Разминка, прокатка на лыжах 1-2 круга, ОРУ, имитация отработка техники. Подъем «Полуелочкой» .Повороты переступанием. Попеременный двухшажный ход. Подготовка ГТО на выносливость прохождение дистанции на лыжах до 8-10 мин. «Подбор текста по теме избранного вида спорта определение главной темы, общей цели и назначения.»</p>	<p>Научатся: Передвигаться на лыжах и выполнять повороты и подъемы. Выполнять нормативы Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).</p> <p>Получат возможность</p>	<p>Работа с текстом: поиск информации и понимание прочитанного определять главную тему,</p>

			на свежем воздухе	<ul style="list-style-type: none"> - Слушание объяснений учителя - Анализ проблемных ситуаций - Выполнение работ практикума 	<p>научиться: проводить занятия физической культурой с использованием лыжных прогулок ,обеспечивать их оздоровительную направленность</p>	общую цель или назначение текста;
57			<p>«Подземы. Торможения. Попеременный двухшажный ход.» <u>Домашнее задание</u> прогулка игры на свежем воздухе</p>	<p>Разминка, прокатка на лыжах 1-2 круга, ОРУ, имитация отработка техники. Подъем «Полуелочкой». Торможения плугом. Попеременный двухшажный ход. <i>« Выбор порядка частей фаз основ инструкций, содержащихся в тексте изучения двигательных действий способов передвижений на лыжах»</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Слушание объяснений учителя - Анализ проблемных ситуаций - Выполнение работ практикума 	<p>Научатся: передвигаться на лыжах и выполнять повороты, подъемы, торможения.</p> <p>Получат возможность научиться: проводить занятия физической культурой с использованием лыжных прогулок , обеспечивать их оздоровительную направленность</p>	Объяснять порядок частей/инструкций, содержащихся в тексте
58			<p>«Подземы. Торможения.» <u>Домашнее задание</u> прогулка игры на свежем воздухе</p>	<p>Разминка, прокатка на лыжах 1-2 круга, ОРУ, имитация отработка техники, основа техники. Подъем «Полуелочкой». Торможения плугом <u>Подготовка ГТО на выносливость</u> <u>прохождение дистанции на лыжах до 8-10 мин.</u> <i>« Учет и понимание смысла содержание деятельности при выполнении техники передвижений на лыжах»</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Слушание объяснений учителя - Анализ проблемных ситуаций - Выполнение работ практикума 	<p>Научатся: проявлять свои физические кондиции, владеть техникой подъема и торможения</p> <p>Получат возможность научиться: проводить занятия физической культурой с использованием лыжных прогулок , обеспечивать их оздоровительную направленность</p>	Учитывать смысл и содержание деятельности при выполнении техники Упражнений организации в отработке отдельных элементов
59			<p>« Подъемы. Торможения.» <u>Домашнее задание</u> прогулка игры на свежем воздухе</p>	<p>Т.з Применение лыжных мазей. Разминка, прокатка на лыжах 1-2 круга, ОРУ, имитация отработка техники, основа техники. Подъем «Полуелочкой». Торможения плугом. <i>« Анализ текста техники выполнений упражнений его основных элементов , сопоставлять формы выражения информации в запросе обзора техники упражнений»</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Слушание объяснений учителя 	<p>Научатся: проявлять свои физические кондиции, владеть техникой подъема и торможения</p> <p>Получат возможность научиться: проводить занятия физической культурой с использованием лыжных прогулок , обеспечивать их</p>	Определять его основные элементы, сопоставлять формы выражения информации в запросе и в самом тексте

				- Выполнение работ практикума	оздоровительную направленность	
60			<p>Контрольный урок «<i>Торможение. Попеременный двухшажный ход.</i>»</p> <p>Домашнее задание прогулка игры на свежем воздухе</p>	<p>Разминка, прокатка на лыжах 1-2 круга, ОРУ, имитация отработка техники, основа техники. Подъем «Полуелочкой». Торможения плугом.</p> <p>КЭС: Основы техники выполнения на оценку попеременный двухшажный ход, торможение плугом.</p> <p><i>« Поиск нужной информации с использованием ресурсов библиотек и Интернета изучаемого вида спорта»</i></p> <p>- Слушание объяснений учителя - Анализ проблемных ситуаций - Выполнение работ практикума</p>	<p>Научатся: КУ: Попеременный двухшажный ход, торможение плугом.</p> <p>Получат возможность научиться: проводить занятия физической культурой с использованием лыжных прогулок , обеспечивать их оздоровительную направленность</p>	<p>Осуществлять расширенный поиск информации с использованием ресурсов библиотек и Интернета</p>
61			<p>«<i>Подземы. Торможения.</i>»</p> <p>Домашнее задание прогулка игры на свежем воздухе</p>	<p>Разминка, прокатка на лыжах 1-2 круга, ОРУ, имитация отработка техники, основа техники. Подъем «Полуелочкой». Торможения плугом.</p> <p>Подготовка ГТО на выносливость прохождение дистанции на лыжах до 8-10 мин. <i>« Подбор технических средств изучения выбранного вида спорта»</i></p> <p>- Слушание объяснений учителя - Выполнение работ практикума</p>	<p>Научатся: проявлять свои физические кондиции, владеть техникой подъема и торможения</p> <p>Получат возможность научиться: проводить занятия физической культурой с использованием лыжных прогулок , обеспечивать их оздоровительную направленность</p>	<p>Выбирать технические средства ИКТ для фиксации изображений, соответствии с поставленной целью изучения выбранного вида спорта.</p>
62			<p>«<i>Торможение. Лыжные ходы</i>»</p> <p>Домашнее задание прогулка игры на свежем воздухе</p>	<p>Т.3 Значение занятий лыжным спортом для поддержания работоспособности.</p> <p>Разминка ,прокатка на лыжах 1-2 круга, ОРУ ,имитация отработка техники, торможение плугом. Одновременный бесшажный и попеременный двухшажный ходы (повторение) <i>«Стремление к координации различных позиций в сотрудничестве учитывать разные мнения в приобретении знаний изучаемого лыжного спорта»</i></p> <p>- Слушание объяснений учителя - Выполнение работ практикума</p>	<p>Научатся: передвигаться на лыжах и выполнять повороты, подъемы, торможения.</p> <p>Получат возможность научиться: проводить занятия физической культурой с использованием лыжных прогулок , обеспечивать их оздоровительную направленность</p>	<p>Учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве</p>

63			<p><u>Р/К</u> « Комплексы упражнений. Перемещения. Поддачи, игра.» <u>Домашнее задание</u> Выполнение комплекса утренней зарядки</p>	<p>Разминка, ходьба, бег, ОРУ в движении. Атлетическая гимнастика : Комплексы упражнений с гантелями. Н/теннис: Виды перемещения у стола учебная игра.Поддачи. ОФП <u>Подготовка ГТО на силу и силовую выносливость</u> <u>Подтягивания, отжимания, поднятие туловища</u> <i>« Подходы самостоятельного оценивания правильности выполнения действия и вносить необходимые коррективы в исполнение как в конце действия, так и по ходу его реализации в изучении новых упражнений»</i> - Слушание объяснений учителя - Выполнение работ практикума</p>	<p>Научатся: применять технические приемы в игре настольный теннис Получат возможность научиться: Ориентирование в пространстве способность проводить самостоятельные занятия по освоению новых двигательных действий и развитию основных физических качеств, контролировать и анализировать эффективность этих занятий.</p>	<p>Адекватно самостоятельно оценивать правильность выполнения действия и вносить необходимые коррективы в исполнение как в конце действия, так и по ходу его реализации</p>
64			<p>« Торможение. Прохождение дистанции» <u>Домашнее задание</u> прогулка игры на свежем воздухе</p>	<p>Разминка, прокатка на лыжах 1-2 круга, ОРУ, имитация отработка техники , Основы техники выполнения ,торможение плугом. Прохождение дистанции до 3 км. <i>« Поиск в информационной среде образовательного учреждения, в том числе через Интернет, размещать различные информационные объекты как фото видео спортивной жизни школы»</i> - Слушание объяснений учителя - Анализ проблемных ситуаций - Выполнение работ практикума</p>	<p>Научатся: выполнять торможения на лыжах, проявлять свои физические кондиции. Получат возможность научиться: руководствоваться правилами профилактики травматизма и подготовки мест занятий, правильного выбора обуви и формы одежды в зависимости от времени года и погодных условий</p>	<p>Входить в информационную среду образовательного учреждения, в том числе через Интернет, размещать в информационной среде различные информационные объекты</p>
65			<p><u>Контрольный урок</u> «Подъемы, Торможения на лыжах» <u>Домашнее</u></p>	<p>Разминка прокатка на лыжах 1-2 круга ОРУ. КЭС: Оценка техники выполнения. Торможение плугом. Подъем «Полуелочкой» <i>« Подходы самостоятельного оценивания правильности выполнения действия. Вносить необходимые коррективы в исполнение, как в конце действия, так и по ходу его реализации в изучении новых технических приемов и упражнений т.д.»</i></p>	<p>Научатся: выполнять торможения на лыжах, проявлять свои физические кондиции. Получат возможность научиться: руководствоваться правилами профилактики</p>	<p>Адекватно самостоятельно оценивать правильность выполнения действия и вносить</p>

			<p><u>задание</u> прогулка игры на свежем воздухе</p>	<ul style="list-style-type: none"> - Слушание объяснений учителя - Анализ проблемных ситуаций - Измерение величин - Выполнение работ практикума 	<p>травматизма и подготовки мест занятий, правильного выбора обуви и формы одежды в зависимости от времени года и погодных условий</p>	<p>необходимые коррективы в исполнение как в конце действия, так и по ходу его реализации</p>
66			<p><u>Р/К</u> « Комплексы упражнений. Поддачи Удары игра теннис.» <u>Домашнее задание</u> Выполнение комплекса утренней зарядки</p>	<p>Т.з Правила игры опрос Разминка, ходьба упражнения на осанку,ОРУ в движении Комплексы упражнений с гантелями. Н/теннис: Поддачи. Удары справа слева. Учебная игра Подготовка ГТО на силу и силовую выносливость Подтягивание отжимание поднимание туловища <i>« Выбор главной и избыточной информации. по подготовке заданной темы.»</i> - Слушание объяснений учителя - Выполнение работ практикума</p>	<p>Научатся: исправлять ошибки технических приемов тенниса, выполнять комплексы упражнений лечебной физической культуры с учётом имеющихся индивидуальных нарушений в показателях здоровья</p> <p>Получат возможность научиться: выполнять основные технические действия и приёмы игры</p>	<p>Выделять главную и избыточную информацию</p>
67			<p>«Торможение. Подъёмы. Прохождение дистанции» <u>Домашнее задание</u> прогулка игры на свежем воздухе</p>	<p>Т.з Значение занятий лыжным спортом для поддержания работоспособности. Разминка прокатка на лыжах 1-2 круга ОРУ Основы техники выполнения имитация отработка техники Торможение плугом. Подъем «Полуелочкой» Прохождение дистанции до 3 км. <i>« Требования техники безопасности, гигиены, эргономики и ресурсосбережения при работе с устройствами ИКТ, в частности учитывающие специфику работы с различными экранами»</i> - Слушание объяснений учителя - Анализ проблемных ситуаций - Измерение величин - Выполнение работ практикума</p>	<p>Научатся: Демонстрировать умения торможений и подъемов на лыжах.</p> <p>Получат возможность научиться: руководствоваться правилами профилактики травматизма и подготовки мест занятий, правильного выбора обуви и формы одежды в зависимости от времени года и погодных условий</p>	<p>Соблюдать требования техники безопасности, гигиены, эргономики и ресурсосбережения при работе с устройствами ИКТ, в частности учитывающие специфику работы с различными экранами</p>

68		<p><u>Контрольный урок</u> « Подъемы повороты. Прохождение дистанции.» <u>Домашнее задание</u> прогулка игры на свежем воздухе</p>	<p>Разминка прокатка на лыжах 1-2 круга ОРУ имитация отработка техники. КЭС: Подъемы, повороты повторения на оценку. Прохождение дистанции до 3 км. <i>« Выбор творческой деятельности и технической фиксации обработки изображений; рисунков. Видеосъемок на спортивную тему.»</i> - Слушание объяснений учителя - Анализ проблемных ситуаций - Измерение величин - Выполнение работ практикума</p>	<p>Научатся: КУ: Демонстрировать умения торможений и подъемов на лыжах. Получат возможность научиться: руководствоваться правилами профилактики травматизма и подготовки мест занятий, правильного выбора обуви и формы одежды в зависимости от времени года и погодных условий</p>	<p>Различать творческую и техническую фиксацию изображений; рисунков видеосъемок</p>
69		<p><u>Р/К</u> <i>Всероссийская олимпиада школьников: Победители и призёры региональных этапов Всероссийской олимпиады школьников по физической культуре среди учащихся школ г. Тюмени и Тюменской области</i> « Комплексы упражнений. Поддачи, игра</p>	<p>Т.3 Правила игры настольный теннис. Разминка. Ходьба, упражнения на осанку ОРУ в движении Комплексы упражнений с гантелями ОФП Поддачи справа слева учебная игра <u>Подготовка ГТО на силу и силовую выносливость</u> <u>Подтягивание отжимание поднимание туловища</u> <i>« Возникающие вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнёром при выполнении элементов настольного тенниса»</i> - Слушание объяснений учителя - Выполнение работ практикума</p>	<p>Научатся: Демонстрировать свои физические возможности, силовые способности. Выполнять основные технические действия и приёмы игры настольный теннис. Получат возможность научиться: Ориентирование в пространстве способность проводить самостоятельные занятия по освоению новых двигательных действий и развитию основных физических качеств, контролировать и анализировать эффективность этих занятий.</p>	<p>Задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнёром</p>

			<u>Н/теннис.»</u> <u>Домашнее задание</u> Выполнение комплекса утренней зарядки			
70			Спортивные игры - БАСКЕТБОЛ « Стойки. Перемещения. Остановки.» <u>Домашнее задание</u> прыжки на скакалке выпады на правой левой ноге	Т.з Правила техники безопасности в игре баскетбол. и занятиях с мячом Разминка ходьба бег с заданием. ОРУ Стойки игрока. Перемещения в стойке приставными шагами боком ,лицом и спиной вперед . Остановка двумя шагами и прыжком Повороты без мяча и с мячом. <i>« Поиск и ориентация в содержании текста и понимать его целостный смысл: в освоении упражнений спортивных игр»</i> - Слушание объяснений учителя - Выполнение работ практикума	Научатся: выполнять основные технические действия и приёмы игры в баскетбол в условиях учебной и игровой деятельности Получат возможность научиться: Понимать значение спортивных игр в физическом развитие человека	Ориентироваться в содержании текста и понимать его целостный смысл:
71			« Перемещения. Остановки. Повороты.» <u>Домашнее задание</u> прыжки на скакалке выпады на правой левой ноге	Разминка ходьба бег с заданием. ОРУ. Рассказ и показ техники Перемещения в стойке приставными шагами, боком, лицом и спиной вперед .Остановка двумя шагами и прыжком. Повороты без мяча и с мячом. <i>« Выбор главной темы, общую цель или назначение текста темы избранного вида спорта.»</i> - Слушание объяснений учителя - Анализ проблемных ситуаций - Выполнение работ практикума	Научатся: Демонстрировать техники перемещений и остановок Получат возможность научиться: Понимать значение спортивных игр в физическом развитие человека	Определять главную тему, общую цель или назначение текста;
72			<u>Р/К</u> « Комплексы упражнений. Н/теннис: Поддачи, игра» <u>Домашнее</u>	Т.з Правила игры. Разминка, ходьба, упражнения на осанку ОРУ в движении Комплексы упражнений с гантелями <u>Н/теннис:</u> Поддачи. Учебная игра в парах <u>Подготовка ГТО на силу и силовую выносливость</u> <u>Подтягивание отжимание поднимание туловища</u> Тема: Создать условия подготовки сообщений о земляках	Научатся: владеть ракеткой и шариком. Получат возможность научиться: Ориентирование в пространстве	Создание письменных сообщений об истории олимпиады и их

			<p>задание Выполнение и составление комплекса утренней зарядки</p>	<p>спортсменов тюменской области по выбору. - Слушание объяснений учителя - Выполнение работ практикума</p>	<p>способность проводить самостоятельные занятия по освоению новых двигательных действий и развитию основных физических качеств, контролировать и анализировать эффективность этих занятий.</p>	<p>участников.</p>
73			<p>Спортивные игры - Баскетбол <i>« Перемещения Комбинации из освоенных элементов. Игра.»</i> Домашнее задание прыжки на скакалке выпады на правой левой ноге</p>	<p>Разминка ходьба бег с заданием. ОРУ. Рассказ- показ техники. Перемещения в стойке приставными шагами, боком , лицом и спиной вперед .Комбинации из освоенных элементов техники Перемещения в стойке.Остановка, поворот, ускорение, игра по упрощенным правилам мини-баскетбола. <i>« Выбор главной темы, общую цель или назначение текста темы избранного вида спорта.»</i> - Слушание объяснений учителя - Анализ проблемных ситуаций - Выполнение работ практикума</p>	<p>Научатся: технике перемещений и остановок, исправление ошибок Получат возможность научиться: выполнять основные технические действия и приёмы игры в баскетбол в условиях учебной и игровой деятельности</p>	<p>Определять главную тему, общую цель или назначение текста;</p>
74			<p><i>«Ловля, Передача мяча. Ведение, Броски мяча.»</i> Домашнее задание прыжки на скакалке выпады на правой левой ноге</p>	<p>Т.3 Тактика нападений Расстановка игроков. Позиционное нападение из-за щита (зонная и личная защита) Разминка ходьба бег с заданием . ОРУ Рассказ показ техники Ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча на месте. и в движений без сопротивления защитника: в парах, в тройках, в квадрате.Ведение мяча на месте и в движении по прямой, низкой стойке, средней стойке, высокой стойке, с изменением направления и скорости. движенияБроски по кольцу.1 и 2 руками, с места и движении. После ведения. После ловли без сопротивления защитника. <i>« Постановка перед собой цели чтения, направляя внимание на полезную в данный момент информацию в области физической</i></p>	<p>Научатся: ориентироваться в пространстве работы с мячом Получат возможность научиться: выполнять основные технические действия и приёмы игры в баскетбол в условиях учебной и игровой деятельности</p>	<p>Ставить перед собой цель чтения, направляя внимание на полезную в данный момент информацию;</p>

				культуры и спорта.» - Слушание объяснений учителя - Измерение величин - Выполнение работ практикума		
75			<u>Р/К</u> <u>Контрольный урок</u> <i>« Комплексы упражнений настольный теннис.»</i> <u>Домашнее задание</u> Выполнение комплекса утренней зарядки	<u>Т.3</u> Правила игры опрос Разминка, ходьба упражнения на осанку ОРУ в движении Комплексы упражнений с гантелями Н/теннис.; правила игры. Поддачи. Удары справа слева. Учебная игра. <u>Подготовка ГТО на силу и силовую выносливость</u> <u>Подтягивание отжимание поднимание туловища</u> <i>« Выбор главной и избыточной информации. по подготовке заданной темы.»</i> - Слушание объяснений учителя - Выполнение работ практикума	Научатся: исправлять ошибки технических приемов тенниса Получат возможность научиться: выполнять основные технические действия и приёмы игры в теннис в условиях учебной и игровой деятельности	Выделять главную и избыточную информацию;
76			<i>« Вырывание, выбивание мяча. Комбинации. Нападение быстрым прорывом. Игра»</i> <u>Домашнее задание</u> прыжки на скакалке выпады на правой левой ноге	Разминка ходьба бег с заданием ОРУ Рассказ показ .Вырывание и выбивание мяча. Комбинации из освоенных элементов техники. Перемещений и владением мячом Ловля. Передача. Ведение. Бросок. Рассказ показ. Нападение быстрым прорывом. Игра по упрощенным правилам мини-баскетбола <i>« Организация взаимного контроля в оказании сотрудничества необходимой взаимопомощи при выполнении элементов баскетбола_упражнений с мячом»</i> - Слушание объяснений учителя - Анализ проблемных ситуаций - Выполнение работ практикума	Научатся: ориентироваться в пространстве работы с мячом Получат возможность научиться: выполнять основные технические действия и приёмы игры в баскетбол в условиях учебной и игровой деятельности	Осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь
77			<u>Контрольный урок</u> <i>« Взаимодействие дух игроков</i>	Разминка ходьба бег с заданием ОРУ Взаимодействие дух игроков «Отдай мяч и выйди». Челночный бег 3/10м. КЭС: Наклон вперед на результат на оценку. <i>« Диалог мнений и стремления к координации различных</i>	Научатся: выполнять взаимодействия в коллективе. КУ: Наклон вперед из положения стоя.	Учитывать разные мнения и стремиться к координации различных

			<p>Челночный бег 3/10м Наклон вперед на результат.»</p> <p><u>Домашнее задание</u> прыжки на скакалке выпады на правой левой ноге</p>	<p><i>позиций в сотрудничестве освоения взаимодействий игроков в баскетболе»</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Слушание объяснений учителя - Анализ проблемных ситуаций - Измерение величин - Выполнение работ практикума 	<p>Получат возможность научиться:</p> <p>выполнять тестовые упражнения на оценку уровня индивидуального развития основных физических качеств.</p>	<p>позиций в сотрудничестве</p>
78			<p><u>Р/К</u> «Комплексы упражнений Подачи игра Н/теннис» <u>Домашнее задание</u> Выполнение комплекса утренней зарядки</p>	<p>Т.з правила игры, настольный теннис Разминка, ходьба. Упражнения на осанку ОРУ в движении Комплексы упражнений с гантелями. ОФП Подачи справа слева, учебная игра.</p> <p><u>Подготовка ГТО на силу и силовую выносливость</u> <u>Подтягивание отжимание поднимание туловища</u> <i>« Возникающие вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнёром при выполнении элементов настольного тенниса»</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Слушание объяснений учителя - Выполнение работ практикума 	<p>Научатся: Демонстрировать свои физические возможности, силовые способности. Выполнять основные технические действия и приёмы игры настольный теннис.</p> <p>Получат возможность научиться: Ориентирование в пространстве способность проводить самостоятельные занятия по освоению новых двигательных действий , контролировать и анализировать эффективность этих занятий.</p>	<p>Задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнёром</p>
<p>IV - четверть Баскетбол – 6 ч. Атлетическая гимнастика Н/теннис – 9 ч. Легкая атлетика – 12ч.</p>						
79			<p>Спортивные игры – БАСКЕТБОЛ <i>История развития</i></p>	<p><u>Т.з</u> Техника безопасности при занятиях спортивными играми Разминка ходьба бег с заданием. ОРУ Рассказ и показ .Стойки игрока. Перемещения в стойке приставными шагами боком , лицом и спиной вперед . Остановка двумя шагами и прыжком Повороты без мяча и с</p>	<p>Научатся: технике выполнения перемещений, остановок, координации движений Получат возможность научиться Ориентирование в пространстве</p>	<p>Осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве</p>

			<p>баскетбола в СССР.(география) Система питания человека: витамины, углеводы(биология)</p> <p>« Стойки игрока, перемещения. Остановк, повороты» <u>Домашнее задание</u> правила игры баскетбол</p>	<p>мячом. «Организация взаимного контроля в оказании сотрудничества необходимой взаимопомощи при выполнении упражнений» Слушание объяснений учителя - Анализ проблемных ситуаций - Выполнение работ практикума мячом</p>	<p>способность проводить самостоятельные занятия по освоению новых двигательных действий , контролировать и анализировать эффективность этих занятий.</p>	<p>необходимую взаимопомощь</p>
80			<p>1. Перемещения. 2. Остановки, повороты. 3. Комбинации из освоенных элементов, Игра. <u>Домашнее задание</u> правила игры баскетбол прыжки на скакалке</p>	<p>Т.з Терминология избранной спортивной игры .Техника перемещений поворотов остановок Разминка ходьба бег с заданием ОРУ Техника Перемещения 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 Перемещения в стойке. Остановка. Поворот. Ускорение. Игра по упрощенным правилам мини-баскетбола. « Построения учебного исследования проекта, используя оборудование, модели, методы и приёмы в области выполнения двигательных действий в спортивных играх т.д.» - Слушание объяснений учителя - Анализ проблемных ситуаций - Выполнение работ практикума</p>	<p>Научатся: демонстрировать навыки работы с мячом. На овладении скоростно-силовых и координационных способностей Получат возможность научиться осуществлять судейство по одному из осваиваемых видов спорта</p>	<p>Планировать и выполнять учебное исследование и учебный проект, используя оборудование, модели, методы и приёмы, адекватные исследуемой проблеме</p>

81			<p><u>Р/К</u> « Комплексы упражнений. Поддачи. Игра» <u>Домашнее задание</u> Составление комплекса утренней зарядки</p>	<p>Разминка ходьба бег ОРУ в движении Атлетическая гимнастика 1. Комплексы упражнений <u>Н/теннис:</u> Поддачи. Учебная игра в парах « Поиск в информационной среде образовательного учреждения, в том числе через Интернет, размещать различные информационные объекты упражнений как фото видео спортивной жизни школы.»</p> <p>- Слушание объяснений учителя - Выполнение работ практикума</p>	<p>Научатся: Демонстрировать свои технику выполнения технических приемов</p> <p>Получат возможность научиться Ориентирование в пространстве способность проводить самостоятельные занятия по освоению новых двигательных действий и развитию основных физических качеств, контролировать и анализировать эффективность этих занятий.</p>	<p>Соблюдать требования техники безопасности, гигиены, эргономики и ресурсосбережения при работе с устройствами ИКТ, в частности учитывающие специфику работы с различными экранами</p>
82			<p>Контрольный урок « Ловля Передача мяча, прыжок в длину с места» <u>Домашнее задание</u> прыжки на скакалке, выпады на левой правой ноге</p>	<p><u>Т.з</u> Организация и проведение подвижных игр и игровых заданий приближенных к разучиваемой игре Разминка ходьба бег с заданием ОРУ Рассказ показ Ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча на месте. и в движений без сопротивления защитника В парах, в тройках, в квадрате КЭС: Прыжок в длину с места на результат на оценку уровня физической подготовленности « <i>Возникающие вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнёром, при выполнении упражнений с мячом.</i>»</p> <p>- Слушание объяснений учителя - Анализ проблемных ситуаций - Измерение величин - Выполнение работ практикума</p>	<p>Научатся: КУ:демонстрировать навыки работы с мячом. На овладении скоростно-силовых и координационных способностей</p> <p>Получат возможность научиться: выполнять тестовые нормативы по физической подготовке</p>	<p>Задавать вопросы, необходимые для организации собственной деятельности и сотрудничества с партнёром</p>
83			<p>« Ведение мяча. Броски мяча»</p>	<p><u>Т.з</u> Правила и организация избранной игры цель и смысл. Игровое поле количество участников. Поведение игроков в нападении и в защите Разминка ходьба бег с заданием</p>	<p>Научатся: демонстрировать техникой владением мячом</p>	<p>Ясно, логично и точно излагать свою точку</p>

			<p><u>Домашнее задание:</u> упражнения на растяжку</p>	<p>ОРУ. Ведение мяча на месте и в движении по прямой. Низкой стойке. Средней стойке. Высокой стойке с изменением направления и скорости движения. Броски по кольцу 1 и 2 руками с места и движений после ведения, после ловли без сопротивления защитника. Максимальное расстояние 3.60 м. <i>« Поиск своей точки зрения, в использование языковых средств и адекватные обсуждение техники и проблемы избранных упражнений с мячом.»</i> - Слушание объяснений учителя - Выполнение работ практикума</p>	<p>Получат возможность научиться Ориентирование в пространстве способность проводить самостоятельные занятия по освоению новых двигательных действий , контролировать и анализировать эффективность этих занятий.</p>	<p>зрения, использовать языковые средства, адекватные обсуждаемой проблеме</p>
84			<p><u>Р/К</u> « Комплексы упражнений. Поддачи Удары игра Н/теннис.» <u>Домашнее задание</u> Выполнение комплекса утренней зарядки</p>	<p>Разминка ходьба бег ОРУ в движении Атлетическая гимнастика : Комплексы упражнений Н/теннис: Поддачи. Удары справа слева. Учебная игра в парах <i>« Подходы самостоятельного оценивания правильности выполнения действия и вносить необходимые коррективы в исполнении как в конце действия, так и по ходу его реализации в изучении новых упражнений в игре настольный теннис»</i> Слушание объяснений учителя - Анализ проблемных ситуаций - Выполнение работ практикума</p>	<p>Научатся: элементарным умением работы с подачами в учебной игре Получат возможность научиться: Ориентирование в пространстве способность проводить самостоятельные занятия по освоению новых двигательных действий , контролировать и анализировать эффективность этих занятий.</p>	<p>Различать творческую и техническую фиксацию изображений; рисунков видеосъемок</p>
85			<p>« Вырывание и выбивание мяча. Комбинации. Тактика нападения, Игра». <u>Домашнее задание:</u> прыжки на скакалке выпады на</p>	<p><u>Т.3</u> Тактика нападений Расстановка игроков, позиционное нападение из-за щита (зонная и личная защита) Разминка ходьба бег с заданием ОРУ Рассказ показ Вырывание и выбивание мяча. Комбинации из освоенных элементов техники. Ловля . Передача. Ведение . Бросок. Нападение быстрым прорывом. Игра по упрощенным правилам <i>« Диалог мнений и стремления к координации различных позиций в сотрудничестве освоения упражнений взаимодействия.»</i> - Слушание объяснений учителя</p>	<p>Научатся: демонстрировать технико- тактическими взаимодействиями Получат возможность научиться: выполнять основные технические действия и приёмы игры в баскетбол в условиях учебной и игровой деятельности</p>	<p>Учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве</p>

			левой правой ногое	<ul style="list-style-type: none"> - Анализ проблемных ситуаций - Выполнение работ практикума 		
86			<p><u>Контрольный урок -</u> «Взаимодействие Челночный бег 3/10м Наклон вперед» <u>Домашнее задание:</u> прыжки на скакалке выпады на левой правой ноге или упражнения на растяжку</p>	<p>Т.3 Помощь в судействе. Комплектование команды подготовка места проведения игры Разминка ходьба бег с заданием ОРУ Взаимодействие дух игроков «Отдай мяч и выйди». КЭС: Челночный бег 3/10м .Наклон вперед на результат оценки физической подготовленности «<i>Фиксация анализ результатов достижений изменений своего физического развития</i>» - Слушание объяснений учителя - Анализ проблемных ситуаций - Измерение величин - Выполнение работ практикума</p>	<p>Научатся: демонстрировать технико- тактическими взаимодействиями</p> <p>Получат возможность научиться: выполнять тестовые нормативы по физической подготовке</p>	<p>Осуществлять фиксацию изображений результатов достижений изменений своего физического развития проведения эксперимента, природного процесса,</p>
87			<p><u>Р/К</u> «Комплексы упражнений. Поддачи, игра Н/теннис.» <u>Домашнее задание</u> Выполнение комплекса утренней зарядки</p>	<p>Разминка ходьба бег ОРУ в движении Атлетическая гимнастика Комплексы упражнений на брюшной пояс Н/теннис.Поддачи справа слева игра в парах «<i>Требования техники безопасности, гигиены, эргономики и ресурсосбережения при работе с устройствами ИКТ, в частности учитывающие специфику работы с различными экранами</i>» - Слушание объяснений учителя - Выполнение работ практикума</p>	<p>Научатся: Демонстрировать свои технические умения Получат возможность научиться: Ориентирование в пространстве способность проводить самостоятельные занятия по освоению новых двигательных действий и развитию основных физических качеств, контролировать и анализировать эффективность этих занятий.</p>	<p>Ориентироваться в содержании текста и понимать его целостный смысл:</p>

88			<p><u>Легкая атлетика</u> « Прыжок в высоту. Высокий старт.» <u>Домашнее задание:</u> Правила соревнований по легкой атлетике в прыжках в высоту</p>	<p>Т.3 Правила техники безопасности при занятиях легкой атлетикой Разминка ходьба бег с заданием. спец-беговые, прыжковые упражнения ОРУ Рассказ показ. Прыжок в высоту с 3-5 шагов разбега. Высокий старт. От 10 до 15м « Выбор порядка частей фаз основ инструкций, содержащихся в тексте изучения двигательных действий легкоатлетических упражнений.» - Слушание объяснений учителя - Анализ проблемных ситуаций - Выполнение работ практикума</p>	<p>Научатся: правильно выполнить движение в прыжках видеть свои ошибки и свои возможности Получат возможность научиться: преодолевать естественные и искусственные препятствия с помощью разнообразных способов прыжков и бега</p>	<p>Объяснять порядок частей/инструкций, содержащихся в тексте;</p>
89			<p>« Прыжок в высоту с разбега Эстафеты, бег в равномерном темпе.» Домашнее задание: упражнения на растяжку</p>	<p>Т.3 ВЛИЯНИЕ ЛЕГКОАТЛЕТИЧЕСКИХ УПРАЖНЕНИЙ НА УКРЕПЛЕНИЕ ЗДОРОВЬЯ Разминка ходьба бег с заданием спец - беговые прыжковые упражнения , ОРУ. Прыжок в высоту с 3-5 шагов разбега Эстафеты, бег в равномерном темпе от 10 - до 12 мин. « Учет и понимание смысла содержание деятельности при выполнении техники упражнений» - Слушание объяснений учителя - Анализ проблемных ситуаций - Измерение величин - Выполнение работ практикума</p>	<p>Научатся: правильно выполнить движение в прыжках видеть свои ошибки и свои возможности Получат возможность научиться: преодолевать естественные и искусственные препятствия с помощью разнообразных способов прыжков и бега</p>	<p>Учитывать смысл и содержание деятельности при выполнении техники упражнений организации в отработке отдельных элементов объектов и процессов при выполнении упражнений обеспечивать качество фиксации существенных элементов</p>
90			<p><u>Р/К</u> « Комплексы</p>	<p>Разминка ходьба бег с заданием. ОРУ Атлетическая гимнастика</p>	<p>Научатся: Демонстрировать свои физические</p>	<p>Определять</p>

			<p>упражнений» <u>Контрольный урок</u> – подтягивание (М) Поднимание туловища 30с (Д) теннис <u>Домашнее задание</u> Выполнение комплекса утренней зарядки</p>	<p>Комплексы упражнений КЭС:Подтягивание (М) Поднимание туловища 30с (Д) на оценку уровня физической подготовленности Виды перемещения у стола Поддачи <i>« Выбор творческой деятельности и технической фиксации обработки изображений; рисунков.Видеосъемок на спортивную тему.»</i> - Слушание объяснений учителя - Анализ проблемных ситуаций - Измерение величин - Выполнение работ практикума</p>	<p>возможности, силовые способности. Выполнять основные технические действия и приёмы игры настольный теннис. Выполнять тестовые нормативы по физической подготовке</p> <p>Получат возможность научиться: Ориентирование в пространстве способность проводить самостоятельные занятия по освоению новых двигательных действий и развитию основных физических качеств, контролировать и анализировать эффективность этих занятий.</p>	<p>главную тему, общую цель или назначение текста;</p>
91			<p>«Прыжок в высоту с разбега. Бег» <u>Домашнее задание:</u> прыжки на скакалке, выпады на левой правой ноге</p>	<p>Т.3 Название разучиваемых упражнений и основы правильной техники. Разминка ходьба бег с заданием спец-беговые прыжковые упражнения. ОРУ Рассказ показ Прыжок в высоту с 3-5 шагов разбега Варианты Ч/Б Бег с изменением направления и скорости способа перемещения, бег с преодолением препятствий и на местности <i>«Анализ текста, его основных элементов техники сопоставлять формы выражения информации в запросе обзора техники упражнений»</i> - Слушание объяснений учителя - Анализ проблемных ситуаций - Измерение величин - Выполнение работ практикума</p>	<p>Научатся: технике выполнения прыжков и своих физических возможностей</p> <p>Получат возможность научиться: преодолевать естественные и искусственные препятствия с помощью разнообразных способов прыжков и бега</p>	<p>Определять его основные элементы, сопоставлять формы выражения информации в запросе и в самом тексте,</p>

92			<p>« Наклон вперед Прыжок в высоту с разбега.» <u>Домашнее задание:</u> Правила соревнований прыжка в высоту</p>	<p>Т.3 Измерение результатов. Подача команд. Демонстрация упражнений помощь в оценке результатов и проведения соревнований по видам Разминка ходьба бег с заданием спец - беговые - прыжковые упражнения ОРУ Наклон вперед гибкость Прыжок в высоту с 3-5 шагов разбега на оценку уровня физической подготовленности « <i>Поиск нужной информации с использованием ресурсов библиотек и Интернета изучаемого вида спорта.</i>» - Слушание объяснений учителя - Анализ проблемных ситуаций - Измерение величин - Выполнение работ практикума</p>	<p>Научатся: технике выполнения прыжков и своих физических возможностей Получат возможность научиться: преодолевать естественные и искусственные препятствия с помощью разнообразных способов прыжков и бега</p>	<p>Осуществлять расширенный поиск информации с использованием ресурсов библиотек и Интернета</p>
93			<p>Р/К «Упражнения на тренажерах. Поддачи удары игра Н/теннис» <u>Домашнее задание</u> Выполнение комплекса утренней зарядки</p>	<p>Разминка ходьба. ОРУ на осанку в движении Атлетическая гимнастика Рассказ показ. Упражнения на тренажерах. Комплексный и беговой ОФП Поддачи удары справа слева учебная игра в парах « <i>Поиск и ориентация в содержании текста и понимать его целостный смысл: в освоении знаний по истории и развития спорта .»</i> - Слушание объяснений учителя - Анализ проблемных ситуаций - Измерение величин - Выполнение работ практикума</p>	<p>Научатся: Демонстрировать свои технические умения Получат возможность научиться: Ориентирование в пространстве способность проводить самостоятельные занятия по освоению новых двигательных действий и развитию основных физических качеств, контролировать и анализировать эффективность этих занятий.</p>	<p>Создание письменных сообщений Об истории олимпиады и их участников.</p>
94			<p>Контрольный урок «Прыжок в высоту с разбега. Наклон вперед.» <u>Домашнее задание:</u> Правила</p>	<p>Т.3 Измерение результатов. Подача команд. Демонстрация упражнений помощь в оценке результатов и проведения соревнований по видам Разминка ходьба бег с заданием спец - беговые - прыжковые упражнения ОРУ Наклон вперед гибкость Прыжок в высоту с 3-5 шагов разбега на оценку уровня физической подготовленности «<i>Поиск нужной информации с использованием ресурсов библиотек и Интернета изучаемого вида спорта.</i>» - Слушание объяснений учителя</p>	<p>Научатся: технике прыжков Получат возможность научиться: преодолевать естественные и искусственные препятствия с помощью разнообразных способов прыжков и бега</p>	<p>Осуществлять расширенный поиск информации с использованием ресурсов библиотек и Интернета</p>

			соревнований прыжка в высоту	<ul style="list-style-type: none"> - Анализ проблемных ситуаций - Измерение величин - Выполнение работ практикума 		
95			<p>« Скоростной бег. Эстафеты. старты из различных и.п.»</p> <p><u>Домашнее задание:</u> бег в равномерном темпе</p>	<p>Т.3 Простейшие программы развития:</p> <ul style="list-style-type: none"> - выносливости - скоростных - скоростно – силовых - координационных способностей <p>Разминка, ходьба, бег с заданием, спец-беговые прыжковые упражнения, ОРУ. Скоростной бег до 40 м. Эстафеты . Старты из различных ис. положений ,бег с ускорением и максимальной скоростью. <i>« Выбор главной темы, общую цель или назначение текста упражнений по легкой атлетике.»</i></p> <p>Слушание объяснений учителя</p> <ul style="list-style-type: none"> - Анализ проблемных ситуаций - Измерение величин - Выполнение работ практикума 	<p>Научатся: характеризовать содержательные основы здорового образа жизни, раскрывать его взаимосвязь со здоровьем, гармоничным физическим развитием и физической подготовленностью, формированием качеств личности и профилактикой вредных привычек</p> <p>Получат возможность научиться: определять признаки положительного влияния занятий физической подготовкой на укрепление здоровья, устанавливать связь между развитием физических качеств и основных систем организма</p>	Ставить перед собой цель чтения, направляя внимание на полезную в данный момент информацию;
96			<p><u>Р/К</u> «Упражнения на тренажерах. Поддачи удары игра Н/теннис.»</p> <p><u>Домашнее задание</u> Выполнение комплекса утренней</p>	<p>Разминка ходьба. ОРУ на осанку в движении Атлетическая гимнастика Рассказ показ. Упражнения на тренажерах. Комплексный и беговой ОФП Поддачи удары справа слева <i>« Поиск и ориентация в содержании текста и понимать его целостный смысл: в освоении знаний по истории и развития спорта .»</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Слушание объяснений учителя - Анализ проблемных ситуаций - Измерение величин - Выполнение работ практикума 	<p>Научатся: Демонстрировать свои технические умения.</p> <p>Получат возможность научиться: характеризовать исторические вехи развития отечественного спортивного движения, великих спортсменов, принесших славу российскому спорт</p>	Создание письменных сообщений Об истории олимпиады и их участников.

			зарядки			
97			<p>« Бег с ускорением. Ловля и броски набивного мяча.» <u>Домашнее задание:</u> Пробегание коротких отрезков</p>	<p>Разминка ходьба бег с заданием . спец-беговые прыжковые упражнения ОРУ Рассказ показ Бег с ускорением от 30 - до 40м. Бросок набивного мяча (2кг) двумя руками из-за головы, от груди ,снизу вперед –вверх, из положения стоя грудью и боком в направлении броска с места ; то же с шага ;снизу вверх на западную и максимальную высоту ..Ловля набивного мяча (2кг) двумя руками после броска : с хлопками ладонями после приседания . <i>« Подбор технических средств изучения, выбранного вида спорта»</i> - Слушание объяснений учителя - Анализ проблемных ситуаций - Выполнение работ практикума</p>	<p>Научатся: демонстрировать навык броска развитие скоростно-силовых и координационных способностей Получат возможность научиться: выполнять тестовые нормативы по физической подготовке</p>	<p>Выбирать технические средства ИКТ для фиксации изображений соответствии с поставленной целью изучения выбранного вида спорта</p>
98			<p><u>Контрольный урок. «Бег 30-60м.. Прыжки в длину с разбега.»</u> <u>Домашнее задание:</u> Правила соревнований прыжка в длину с разбега</p>	<p>Разминка ходьба бег с заданием спец-беговые прыжковые упражнения ОРУ КЭС: Бег на результат 30-60 м. на оценку уровня физической подготовленности Рассказ показ Прыжки в длину с 7-9 шагов разбега. <i>« Стремление к координации различных позиций в сотрудничестве учитывать разные мнения в приобретении знаний изучаемого вида спорта»</i> - Слушание объяснений учителя - Анализ проблемных ситуаций - Измерение величин - Выполнение работ практикума</p>	<p>Научатся: Демонстрации своей физической активности и возможности. КУ: Бег на результат 30-60 м. Получат возможность научиться: выполнять тестовые нормативы по физической подготовке</p>	<p>Учитывать разные мнения и стремиться к координации различных позиций в сотрудничестве</p>

99			<p><u>Р/К</u> « Комплексы упражнений. Поддачи игра. Н/теннис.» <u>Домашнее задание</u> Выполнение комплекса утренней зарядки</p>	<p>Разминка ходьба бег ОРУ в движении Атлетическая гимнастика Комплексы упражнений на брюшной пояс Н/теннис: Поддачи справа слева игра в парах <i>« Требования техники безопасности, гигиены, эргономики и ресурсосбережения при работе с устройствами ИКТ, в частности учитывающие специфику работы с различными экранами»</i> - Слушание объяснений учителя - Выполнение работ практикума</p>	<p>Научатся: Демонстрировать свои технические умения Получат возможность научиться: Ориентирование в пространстве способность проводить самостоятельные занятия по освоению новых двигательных действий и развитию основных физических качеств, контролировать и анализировать эффективность этих занятий.</p>	<p>Ориентироваться в содержании текста и понимать его целостный смысл</p>
100			<p>«Прыжки в длину с разбега. Эстафеты. Метания мяча» <u>Домашнее задание:</u> бег в равномерном темпе</p>	<p>Т.з Круговая тренировка Разминка ходьба бег с заданием. спец-беговые прыжковые упражнения ОРУ.Рассказ показ .Прыжки в длину с 7-9 шагов разбега Всевозможные прыжки и многоскоки , метания в цель и на дальность разных снарядов из разных и.п., толчки и броски набивных мячей весом до 3 кг с учетом возрастных и половых особенностей . <i>« Создать условия подготовки сообщений о земляках спортсменов тюменской области по выбору.»</i> - Слушание объяснений учителя - Выполнение работ практикума</p>	<p>Научатся: правильно выполнить движение в прыжках видеть свои ошибки и свои возможности Получат возможность научиться: преодолевать естественные и искусственные препятствия с помощью разнообразных способов лазанья, прыжков и бега</p>	<p>Выделять главную и избыточную информацию</p>
101			<p><u>Контрольный урок – Бег 1000м.</u> «Прыжки в длину с разбега.Бег 1000м» <u>Домашнее задание:</u> Выполнение комплекса утренней</p>	<p>Разминка ходьба бег с заданием. спец-беговые прыжковые упражнения ОРУ. Рассказ показ . Прыжки в длину с 7-9 шагов разбега Бег на 1000м на оценку уровня физической подготовленности <i>« Выбор главной и избыточной информации по подготовки заданной темы.»</i> - Слушание объяснений учителя - Измерение величин - Выполнение работ практикума</p>	<p>Научатся: демонстрировать свои физические возможности Получат возможность научиться: выполнять тестовые нормативы по физической подготовке; осуществлять судейство по одному из осваиваемых видов спорта</p>	<p>Входить в информационную среду образовательного учреждения, в том числе через Интернет, размещать в информационной среде различные информационны</p>

			зарядки			е объекты
102			<p><u>Р/К</u> « Комплексы упражнений. Поддачи Удары игра теннис.» <u>Домашнее задание</u> Выполнение комплекса утренней зарядки</p>	<p><u>Т.3</u> Правила игры опрос Разминка, ходьба упражнения на осанку ОРУ в движении Комплексы упражнений с гантелями Н/теннис: Поддачи. Удары справа и слева. Учебная игра <u>Подготовка ГТО на силу и силовую выносливость</u> <u>Подтягивание отжимание поднимание туловища</u> <i>« Выбор главной и избыточной информации. по подготовке заданной темы.»</i> - Слушание объяснений учителя - Выполнение работ практикума</p>	<p>Научатся: исправлять ошибки технических приемов тенниса Получат возможность научиться: выполнять основные технические действия и приёмы игры в настольный теннис в условиях учебной и игровой деятельности</p>	<p>Выделять главную и избыточную информацию;</p>
103			<p>« Метание теннисного мяча Бег в равномерном темпе.» <u>Домашнее задание:</u> Прыжки на скакалке, выпады на левой правой ноге.</p>	<p><u>Т.3</u> Измерение результатов. Подача команд демонстрация упражнений помощь в оценке результатов и проведения соревнований по видам Разминка ходьба бег с заданием. спец-беговые прыжковые упражнения ОРУ Рассказ показ Метание теннисного мяча на дальность отскока от стены на заданное расстояние, на дальность в коридор 5- 6 м, в горизонтальную и вертикальную цель (1X1) с расстояния 6-8 метров с 4- 5 бросковых шагов на дальность и заданное расстояние. бег с препятствиями и на местности, минутный бег. бег в равномерном темпе от 10 - до 12 мин. Кросс до 15 минут <i>« Анализ изменения своего эмоционального состояния в процессе чтения, и занятий. Получения и переработки полученной информации и её осмысления. в обучении и получения знаний в области физической культуры.»</i> - Слушание объяснений учителя</p>	<p>Научатся: правильно выполнить движение в прыжках, метаниях видеть свои ошибки и свои возможности. Получат возможность научиться: выполнять легкоатлетические упражнения в беге , прыжках (в высоту и длину), метании</p>	<p>Адекватно самостоятельно оценивать правильность выполнения действия и вносить необходимые коррективы в исполнение как в конце действия, так и по ходу его реализации</p>

104			<p>« Метание теннисного мяча .Бег в равномерном темпе.» <u>Домашнее задание:</u> Прыжки на скакалке, выпады на левой правой ноге.</p>	<p>Т.3 Измерение результатов. Подача команд демонстрация упражнений помощь в оценке результатов и проведения соревнований по видам Разминка ходьба бег с заданием. спец-беговые прыжковые упражнения ОРУ Рассказ показ Метание теннисного мяча на дальность отскока от стены на заданное расстояние, на дальность в коридор 5- 6 м, в горизонтальную и вертикальную цель (1X1) с расстояния 6-8 метров с 4- 5 бросковых шагов на дальность и заданное расстояние. бег с препятствиями и на местности, минутный бег. бег в равномерном темпе от 10 - до 12 мин. Кросс до 15 минут « <i>Анализ изменения своего эмоционального состояния в процессе чтения, и занятий. Получения и переработки полученной информации и её осмысления. в обучении и получения знаний в области физической культуры.</i>» - Слушание объяснений учителя</p>	<p>Научатся: правильно выполнить движение в прыжках, метаниях видеть свои ошибки и свои возможности. Получат возможность научиться: выполнять легкоатлетические упражнения в беге , прыжках (в высоту и длину), метании</p>	<p>Адекватно самостоятельно оценивать правильность выполнения действия и вносить необходимые коррективы в исполнение как в конце действия, так и по ходу его реализации</p>
105			<p><u>Р/К</u> « Комплексы упражнений. Подачи .Удары .игра теннис.» <u>Домашнее задание</u> Выполнение комплекса утренней зарядки</p>	<p>Т.3 Правила игры опрос Разминка, ходьба упражнения на осанку ОРУ в движении Комплексы упражнений с гантелями Н/теннис: Подачи. Удары справа/слева. Учебная игра <u>Подготовка ГТО на силу и силовую выносливость</u> <u>Подтягивание отжимание поднимание туловища</u> « <i>Выбор главной и избыточной информации. по подготовки заданной темы.</i>» - Слушание объяснений учителя - Выполнение работ практикума</p>	<p>Научатся: исправлять ошибки технических приемов тенниса Получат возможность научиться: выполнять основные технические действия и приёмы игры в настольный теннис в условиях учебной и игровой деятельности</p>	<p>Выделять главную и избыточную информацию;</p>