

1. Пояснительная записка

Рабочая программа по физической культуре

Рабочая программа составлена на основе:

- 1 Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования.
2. Примерной программы по физической культуре. 5-9 классы (стандарты второго поколения). - М.: Просвещение, 2010.
3. Авторской программы «Рабочие программы. Физическая культура. Предметная линия учебников М.Я. Виленского, В.И. Ляха. 5-9 классы»/В.И. Лях. - М.: Просвещение, 2012.
4. Рабочей программы по физической культуре. 5 класс./Составитель О.П. Авдеева. - М.: ВАКО, 2015.

Цели обучения:

- формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха;
- формирование устойчивых мотивов и потребностей школьников в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни.

Задачи обучения:

- укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма;
- формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими действиями и приемами базовых видов спорта;
- освоение знаний о физической культуре и спорте, их истории и современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни;
- обучение навыкам и умениям в физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями;
- воспитание положительных качеств личности, норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в учебной и соревновательной деятельности.

2. Общая характеристика учебного предмета (курса)

На уроках физической культуры в 5 классе решаются основные задачи, стоящие перед школьной системой физического воспитания. Вместе с тем особенностью урочных занятий в этих классах является углубленное обучение базовым двигательным действиям, включая технику основных видов спорта (легкая атлетика, гимнастика, спортивные

игры, элементы единоборств, плавание). Углубляются знания о личной гигиене, о влиянии занятий физическими упражнениями на основные системы организма (дыхание, кровообращение, ЦНС, обмен веществ), на развитие волевых и нравственных качеств. На уроках физической культуры учащиеся 5 классов получают представления о физической культуре личности, ее взаимосвязи с основами здорового образа жизни, овладевают знаниями о методике самостоятельной тренировки. Во время изучения конкретных разделов программы пополняются представления об основных видах спорта, соревнованиях, снарядах и инвентаре, правилах техники безопасности и оказания первой помощи при травмах.

Одна из главных задач уроков — обеспечение дальнейшего всестороннего развития координационных (ориентирование в пространстве, быстрота перестроения двигательных действий, быстрота и точность двигательных реакций, согласование движений, ритм, равновесие, точность воспроизведения и дифференцирования силовых, временных и пространственных параметров движений) и кондиционных (скоростносиловых, скоростных, выносливости, силы, гибкости) способностей, а также сочетание этих способностей.

Большое значение в этом возрасте придается решению воспитательных задач: выработке привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями и избранными видами спорта в свободное время, воспитанию ценностных ориентации на здоровый образ жизни.

Ориентируясь на решение задач образования школьников, учебный предмет «Физическая культура» в своем предметном содержании направлен на:

- реализацию принципа вариативности, который лежит в основе планирования учебного материала в соответствии с половозрастными особенностями учащихся, материально-технической оснащенностью учебного процесса (спортивный зал, спортивные пришкольные площадки, стадион и т. д.), региональными климатическими условиями и видом учебного учреждения (городские, малокомплектные и т. д.);
- реализацию принципа достаточности и сообразности, определяющего распределение учебного материала в конструкции основных компонентов двигательной (физкультурной) деятельности, особенностей формирования познавательной и предметной активности учащихся;
- соблюдение дидактических правил от известного к неизвестному и от простого к сложному, которые лежат в основе планирования учебного содержания в логике поэтапного его освоения, перевода учебных знаний в практические навыки и умения, в том числе и в самостоятельной деятельности;
- расширение межпредметных связей, ориентирующих учителя во время планирования учебного материала на решение задачи формирования целостного мировоззрения учащихся, установление взаимосвязи и взаимообусловленности изучаемых явлений и процессов;
- усиление оздоровительного эффекта, достигаемого в ходе активного использования школьниками освоенных знаний, способов и физических упражнений в физкультурно-оздоровительных мероприятиях, при составлении эффективного режима дня, самостоятельных занятиях физическими упражнениями.

Вклад предмета «Физическая культура» в решение основных педагогических задач в системе основного общего образования заключается в направленном воспитании творческих, компетентных и успешных граждан России, способных к активной самореализации в личной, общественной, а в дальнейшем и в профессиональной деятельности. В результате обучения у учащихся основной школы укрепляется не только здоровье, но и формируются общие и специфические учебные умения, способы познавательной и предметной деятельности, которые помогают в реализации поставленных задач.

Особенности содержания и методического аппарата учебно-методического комплекса (УМК)

Структура и содержание учебного предмета задаются в программе в конструкции двигательной деятельности с выделением соответствующих учебных разделов: «Знания о физической культуре», «Способы двигательной деятельности» и «Физическое совершенствование». Каждый из этих разделов имеет собственные ценностные ориентиры, определяющиеся основами содержания предмета «Физическая культура».

Раздел «Знания о физической культуре» соответствует основным представлениям о развитии познавательной активности человека и включает в себя такие учебные темы, как «История физической культуры и ее развитие в современном обществе», «Базовые понятия физической культуры» и «Физическая культура человека». Эти темы включают сведения об истории древних и современных Олимпийских игр, основных направлениях развития физической культуры в современном обществе (в разделе представлены основные термины и понятия вида (видов) спорта, история развития видов спорта и его роль в современном обществе), о формах организации активного отдыха и укрепления здоровья средствами физической культуры. Кроме этого, здесь раскрываются основные понятия физической и спортивной подготовки, особенности организации и проведения самостоятельных занятий физическими упражнениями, даются правила контроля и требования техники безопасности.

Раздел «Способы двигательной деятельности» содержит задания, которые ориентированы на активное включение учащихся в самостоятельные формы занятий физической культурой. Этот раздел соотносится с разделом «Знания о физической культуре» и включает в себя темы «Организация и проведение самостоятельных занятий физической культурой» и «Оценка эффективности занятий физической культурой». Основным содержанием этих тем является перечень необходимых и достаточных для самостоятельной деятельности практических навыков и умений. Раздел включает в себя информацию об организации и проведении самостоятельных занятий по видам спорта с учетом индивидуальных способностей, физического развития и уровня подготовленности, о соблюдении требований безопасности и гигиенических правил при подготовке мест занятий, выборе инвентаря, одежды для занятий по видам спорта. Также раздел содержит представления о структуре двигательной деятельности, отражающиеся в соответствующих способах ее организации, исполнения и контроля.

Раздел «Физическое совершенствование» — наиболее значительный по объему учебного материала, ориентирован на гармоничное физическое развитие, всестороннюю физическую подготовку и укрепление здоровья школьников. Этот

раздел включает в себя несколько тем: «Физкультурно-оздоровительная деятельность», «Спортивно-оздоровительная деятельность с общеразвивающей направленностью», «Прикладно-ориентированные упражнения» и «Упражнения общеразвивающей направленности», в которых представлены: перечень жизненно важных навыков и умений, подвижные игры и двигательные действия из видов спорта, а также общеразвивающие упражнения с различной функциональной направленностью. Предлагаемые упражнения распределяются по разделам базовых видов спорта и дополнительно группируются внутри разделов по признакам функционального воздействия на развитие основных физических качеств.

«Физкультурно-оздоровительная деятельность» ориентирована на решение задач по укреплению здоровья обучающихся и предусматривает изучение оздоровительных форм занятий в режиме учебного дня и учебной недели. В нее входят индивидуальные комплексы адаптивной (лечебной) и корригирующей физической культуры: комплексы упражнений, помогающие коррекции осанки и телосложения, оптимальному развитию систем дыхания и кровообращения, а также упражнения адаптивной физической культуры, которые адресуются в первую очередь обучающимся, имеющим отклонения в состоянии здоровья.

«Спортивно-оздоровительная деятельность с общеразвивающей направленностью» включает в себя средства общей физической, технической, тактической, интегральной подготовки обучающихся по видам спорта.

Содержание программного материала уроков состоит в свою очередь из двух основных частей: базовой и вариативной. Освоение базовых основ физической культуры необходимо для каждого ученика. Базовый компонент составляет основу Государственного стандарта общеобразовательной подготовки в области физической культуры. Вариативная часть физической культуры строится с учетом индивидуальных способностей учащихся, местных особенностей работы школы. Сохраняя определенную традиционность в изложении практического материала школьных программ, данная программа соотносит учебное содержание с содержанием базовых видов спорта, которые представлены в соответствующих тематических разделах:

- «Легкая атлетика»
- «Гимнастика с основами акробатики»
- «Спортивные игры»
- «Плавание»
- «Общеразвивающие упражнения».

При этом каждый тематический раздел программы может включать дополнительно и подвижные игры, которые по своему содержанию и направленности согласуются с соответствующим видом спорта.

Данная учебная программа ориентирована на использование учебника под редакцией М.Я. Виленского «Физическая культура. 5-7 классы». - М.: Просвещение, 2014 г.

3. Содержание учебного предмета, курса Раздел «Знания о физической культуре»

История физической культуры. Олимпийские игры древности. Физическая культура (основные понятия). Физическое развитие человека. Здоровье и здоровый образ жизни. Первая помощь при травмах. Физическая культура человека.

Раздел «Способы двигательной (физкультурной) деятельности»

Организация и проведение самостоятельных занятий физической культурой. Подготовка к занятиям физической культурой. Планирование занятий физической культурой. Оценка эффективности занятий физической культурой. Самонаблюдение и самоконтроль. Оценка эффективности занятий физкультурно-оздоровительной деятельностью.

Раздел «Физическое совершенствование»

Физкультурно-оздоровительная деятельность. Оздоровительные формы занятий в режиме учебного дня и учебной недели. Индивидуальные комплексы адаптивной и корригирующей физической культуры. Комплексы дыхательной гимнастики и гимнастики для глаз.

Спортивно-оздоровительная деятельность с общеразвивающей направленностью.

Гимнастика с основами акробатики.

- Организуемые команды и приемы.
- Акробатические упражнения и комбинации.
- Опорные прыжки.
- Упражнения и комбинации на скамейке.
- Упражнения на гимнастической перекладине (мальчики).
- Висы и упоры.
- Развитие гибкости, координации движений, силы, выносливости.

Легкая атлетика.

- Беговые и прыжковые упражнения.
- Бег на длинные и короткие дистанции, эстафетный бег.
- Прыжки в длину с места, с разбега, в высоту с разбега.
- Метание малого мяча в вертикальную мишень, на дальность с трех шагов разбега.
- Развитие выносливости, силы, быстроты, координации движений. Плавание.
- Плавательные упражнения.
- Плавание способом кроль на груди.
- Плавание способом кроль на спине.
- Плавание способом брасс.
- Развитие быстроты, силы, выносливости, координации движений.

Спортивные игры.

- Баскетбол. Основные приемы. Правила техники безопасности. Игра по правилам. Развитие быстроты, силы, выносливости, координации движений.
- Волейбол. Основные приемы. Правила техники безопасности. Игра по правилам. Развитие быстроты, силы, выносливости, координации движений.
- Футбол. Основные приемы. Правила техники безопасности. Игра по правилам. Развитие быстроты, силы, выносливости, координации движений. Упражнения общеразвивающей направленности. Общефизическая подготовка.

4 Место учебного предмета (курса) в учебном плане образовательной организации

Количество:

- часов для изучения учебного предмета - 102 (3 часа в неделю)

- учебных недель - 34

5 Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного предмета (курса)

Личностные образовательные результаты освоения учебного предмета (курса):

1) в области познавательной культуры:

- владение знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности, о соответствии их возрастным и половым нормативам;
- владение знаниями об особенностях индивидуального здоровья и о функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний и перенапряжения средствами физической культуры;
- владение знаниями об основах организации и проведения занятий физической культурой оздоровительной и тренировочной направленности, составлении содержания занятий в соответствии с собственными задачами, индивидуальными особенностями физического развития и физической подготовленности.

2) в области нравственной культуры:

способность управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения и взаимодействия в процессе

- занятий физической культурой, игровой и соревновательной деятельности;
- способность активно включаться в совместные физкультурно-оздоровительные и спортивные мероприятия, принимать участие в их организации и проведении;
- владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время совместных занятий физической культурой и спортом, разрешать спорные проблемы на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим.

3) в области трудовой культуры:

- умение планировать режим дня, обеспечивать оптимальное сочетание нагрузки и отдыха;
- умение проводить туристские пешие походы, готовить снаряжение, организовывать и благоустраивать места стоянок, соблюдать правила безопасности;

- умение содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование, спортивную одежду, осуществлять их подготовку к занятиям и спортивным соревнованиям.

4) в области эстетической культуры:

- красивая (правильная) осанка, умение ее длительно сохранять при разнообразных формах движения и передвижений;
- хорошее телосложение, желание поддерживать его в рамках принятых норм и представлений посредством занятий физической культурой;
- культура движения, умение передвигаться красиво, легко и непринужденно.

5) в области коммуникативной культуры:

- умение осуществлять поиск информации по вопросам развития современных оздоровительных систем, обобщать, анализировать и творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой;
- умение достаточно полно и точно формулировать цель и задачи совместных с другими детьми занятий физкультурно-оздоровительной и спортивнооздоровительной деятельностью, излагать их содержание;
- умение оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, находить адекватные способы поведения и взаимодействия с партнерами во время учебной и игровой деятельности.

б) в области физической культуры:

- владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений (ходьба, бег, прыжки, лазанья и др.) различными способами, в различных изменяющихся внешних условиях;
- владение навыками выполнения разнообразных физических упражнений различной функциональной направленности, технических действий базовых видов спорта, а также применения их в игровой и соревновательной деятельности;
- умение максимально проявлять физические способности (качества) при выполнении тестовых упражнений по физической культуре.

Метапредметные образовательные результаты освоения учебного предмета (курса):

- умение характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- умение находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- умение общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- осознание необходимости обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- умение организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- умение планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;

- умение анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- способность видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
- способность оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
- овладение способностью управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- умение технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметные образовательные результаты освоения учебного предмета (курса):

- умение планировать занятия физическими упражнениями в режиме дня, организовывать отдых и досуг с использованием средств физической культуры;
- умение излагать факты истории развития физической культуры, характеризовать ее роль и значение в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью;
- способность представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- умение измерять (познавать) индивидуальные показатели физического развития (длину и массу тела), развития основных физических качеств;
- способность оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- умение организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережное обращение с инвентарем и оборудованием, соблюдение требований техники безопасности;
- умение организовывать и проводить занятия физической культурой с разной целевой направленностью, подбирать для них физические упражнения и выполнять их с заданной дозировкой нагрузки;
- умение характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса, регулировать ее напряженность во время занятий по развитию физических качеств;
- развитие навыков взаимодействия со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- умение в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- умение подавать строевые команды, вести счет при выполнении общеразвивающих упражнений;

- умение находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
- умение выполнять акробатические и гимнастические комбинации на высокотехничном уровне, характеризовать признаки техничного исполнения;
- умение выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- умение применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

6. Тематическое планирование учебного материала

№ п/п	Вид программного материала	Количество часов
		5 класс
1	Знания о физической культуре	в процессе уроков
2	Способы физкультурной деятельности	в процессе уроков
3	Физическое совершенствование: 1 Физкультурно-оздоровительная деятельность 2 Спортивно-оздоровительная деятельность: - легкая атлетика - спортивные игры - плавание - гимнастика с основами акробатики - общеразвивающие упражнения	в процессе уроков 22 50 21 9 в процессе уроков
	Итого	102

Календ

№ п/п	Дата	Тема учебного занятия	Тип учебного занятия	Элементы содержания. Характеристика основных видов учебной деятельности обучающихся. Формы контроля	Планируемые результаты		
					Предметные	Метапредметные УУД	Личностные УУД
Легкая атлетика (12 часов)							
1		Инструктаж по технике безопасности. Развитие скоростных качеств. Специальные беговые упражнения	Урок открытия нового знания	Формирование у учащихся деятельностных способностей и способностей к структурированию и систематизации изучаемого предметного содержания: коллективная работа с инструкциями по технике безопасности на уроках физкультуры, обсуждение правил техники безопасности на занятиях легкой атлетикой; групповая работа по выполнению специальных беговых упражнений в колонне по два; коллективное проектирование способов выполнения дифференцированного домашнего задания	Знать и понимать требования инструкции по технике безопасности; знать технику выполнения специальных беговых упражнений; научиться пользоваться учебником	Коммуникативные: формировать навыки и способность управлять своими эмоциями в процессе занятий физической культурой, владеть умением предупреждать конфликтные ситуации. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Познавательные: объяснять, для чего нужно соблюдать правила техники безопасности, уметь показать технику выполнения специальных беговых упражнений	Формирование положительного отношения к занятиям физической культурой, накопление необходимых знаний
2		Развитие скоростных способностей. Эстафетный бег. Старты из различных положений	Урок «открытия» нового знания	Формирование у учащихся умений построения и реализации новых знаний (понятий, способов действий): коллективное выполнение комплекса общеразвивающих упражнений; выполнение по алгоритму следующего задания (строевые упражнения, специальные беговые упражнения) при консультативной помощи учителя с последующей взаимопроверкой; повторение в подгруппах ранее пройденных строевых упражнений; бег с ускорением (30—60 м) в парах; повторение техники выполнения специальных беговых упражнений, комплекса общеразвивающих упражнений, стартов из различных положений	Знать правила выполнения комплекса общеразвивающих упражнений; научиться выполнять строевые упражнения	Коммуникативные: формировать навыки и способность управлять своими эмоциями в процессе занятий физической культурой, владеть умением предупреждать конфликтные ситуации. Регулятивные: формировать умение адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Познавательные: объяснять, для чего нужно выполнять комплекс общеразвивающих упражнений; уметь показать технику выполнения специальных беговых упражнений, демонстрировать стартовый	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения

						разгон в беге на короткие дистанции	
3		Развитие скоростных способностей. Специальные беговые упражнения. Спринтерский бег, эстафетный бег	Урок «открытия» нового знания	Формирование у учащихся умений построения и реализации новых знаний (понятий, способов действий): коллективное выполнение комплекса общеразвивающих упражнений, повторение ранее пройденных строевых упражнений при консультативной помощи учителя в парах «сильный — слабый»; бег в парах с высокого старта до 15 м; бег с ускорением до 50 м при проведении групповых эстафет; коллективная беседа о влиянии легкоатлетических упражнений на здоровье учащихся; комментирование выставленных оценок; повторение техники выполнения стартов из различных положений	Знать, как выполнять бег с максимальной скоростью до 50 м с низкого и высокого старта	Коммуникативные: уметь точно формулировать цель и задачи совместных с другими детьми занятий физической культурой. Регулятивные: уметь адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Познавательные: объяснять, для чего нужно выполнять комплекс общеразвивающих упражнений; уметь показать технику выполнения специальных беговых упражнений, положения различных стартов	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения
4		Развитие скоростных способностей. Тестирование бега на 30 м	Урок рефлексии	Формирование у учащихся способностей к рефлексии коррекционно-контрольного типа и реализации коррекционной нормы (фиксирования собственных затруднений в деятельности): выполнение комплекса общеразвивающих упражнений при консультативной помощи учителя с последующей самопроверкой по алгоритму выполнения задания; выполнение специальных беговых упражнений в парах «сильный - слабый»; бег на результат 30 м в парах «сильный — слабый»; коллективная беседа о влиянии легкоатлетических упражнений на различные системы организма обучающегося	Знать, как выполнять бег с максимальной скоростью на дистанции 30 м	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение к товарищам и учителю, адекватно реагировать на замечания. Регулятивные: уметь адекватно понимать оценку взрослого и сверстников, осуществлять итоговый контроль. Познавательные: уметь продемонстрировать бег с максимальной скоростью, продемонстрировать финальное усилие	Развитие мотивов учебной деятельности, способности управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой
5		Развитие выносливости. Бег на средние дистанции	Урок «открытия» нового знания	Формирование у учащихся умений построения и реализации новых знаний (понятий, способов действий): изучение комплекса общеразвивающих упражнений в движении; коллективное выполнение специальных беговых упражнений; групповое выполнение бега на 1000 м при консультативной помощи учителя	Знать, как проводить общеразвивающие упражнения в движении, специальные беговые упражнения, технику бега на	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение к товарищам и учителю, адекватно реагировать на замечания. Регулятивные: уметь адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Познавательные: уметь пробегать дистанцию в равномерном темпе,	Развитие мотивов учебной деятельности, способности управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения и взаимодействия в

					1000 м	демонстрировать финальное усилие	процессе занятий физической культурой
6		Развитие выносливости. Бег на средние дистанции. Метание малого мяча	Урок «открытия» нового знания	Формирование у учащихся деятельностных способностей и способностей к структурированию, систематизации изучаемого предметного содержания: комплексное повторение общеразвивающих упражнений в движении; выполнение в подгруппах специальных беговых упражнений; коллективный бег на 1000 м. Формирование у учащихся умений построения и реализации новых знаний (понятий, способов действий): изучение техники метания малого мяча в горизонтальную цель	Знать, как проводить общеразвивающие упражнения в движении, специальные беговые упражнения, технику бега на 1000 м	Коммуникативные: точно формулировать цель и задачи совместных с другими детьми занятий физической культурой. Регулятивные: уметь адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Познавательные: выполнять метание малого мяча в горизонтальную цель; уметь продемонстрировать финальное усилие, технику метания мяча в цель	Развитие умения максимально проявлять свои физические способности (качества) при выполнении тестовых упражнений по физической культуре
7		Развитие выносливости. Бег на средние дистанции	Урок развивающего контроля	Формирование у учащихся деятельностных способностей и способностей к структурированию и систематизации изучаемого предметного содержания: групповое комплексное повторение общеразвивающих упражнений в движении; самостоятельная работа с инструкциями по технике безопасности (выполнение тестовых заданий с последующей взаимопроверкой); коллективное проектирование способов выполнения дифференцированного домашнего задания; комментирование выставленных оценок; повторное выполнение бега на 1000 м в равномерном темпе в подгруппах; самостоятельное проведение подвижных игр при консультативной помощи учителя	Знать, как выполнять бег в равномерном темпе до 10—15 мин, частоту сердечных сокращений	Коммуникативные: точно формулировать цель и задачи совместных с другими детьми занятий физической культурой. Регулятивные: формировать опыт саморегуляции эмоциональных и функциональных состояний. Познавательные: уметь пробегать дистанцию в равномерном темпе	Развитие умения максимально проявлять свои физические способности (качества) при выполнении тестовых упражнений по физической культуре

8		Развитие силовых качеств. Упражнения в парах	Урок «открытия» нового знания	Формирование у учащихся умений построения и реализации новых знаний (понятий, способов действий): изучение содержания дополнительных материалов по теме урока с последующим выполнением при консультативной помощи учителя комплекса общеразвивающих упражнений в парах; закрепление техники метания малого мяча на дальность в парах «сильный — слабый»; прохождение полосы препятствия в подгруппах	Знать, как проводить общеразвивающие упражнения в парах; знать технику выполнения прыжка в длину с места, технику метания малого мяча	Коммуникативные: точно формулировать цель и задачи совместных с другими детьми занятий физической культурой. Регулятивные: формировать опыт саморегуляции эмоциональных и функциональных состояний. Познавательные: уметь пробегать дистанцию в равномерном темпе, демонстрировать технику пройденных легкоатлетических упражнений в целом	Развитие умения максимально проявлять свои физические способности (качества) при выполнении тестовых упражнений по физической культуре
9		Развитие силовых качеств. Прыжок в длину с места	Урок «открытия» нового знания	Формирование у учащихся умений построения и реализации новых знаний (понятий, способов действий): самостоятельная работа по выполнению общеразвивающих упражнений в парах; закрепление техники метания малого мяча на дальность в парах; выполнение в подгруппах прыжка в длину с места	Знать, как выполнять технику метания малого мяча на дальность, как выполнять прыжок в длину с места	Коммуникативные: обладать умением вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности. Регулятивные: формировать опыт саморегуляции эмоциональных и функциональных состояний. Познавательные: уметь выполнять общеразвивающие упражнения в парах, демонстрировать технику пройденных легкоатлетических упражнений в целом	Развитие мотивов учебной деятельности, доброжелательности, сопереживания чувствам других людей, развитие навыков сотрудничества, умения не создавать конфликты

10		Развитие силовых качеств. Метание малого мяча в вертикальную цель	Урок «открытия» нового знания	Формирование у учащихся деятельностных способностей и способностей к структурированию и систематизации изучаемого предметного содержания: коллективное выполнение общеразвивающих упражнений в парах; изучение техники метания малого мяча в вертикальную цель; самостоятельное выполнение прыжка в длину с места; коллективное выполнение равномерного бега до 10-12 мин	Знать, как выполнять метание малого мяча в вертикальную и горизонтальную цели	Коммуникативные: уметь вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности. Регулятивные: формировать опыт саморегуляции эмоциональных и функциональных состояний. Познавательные: уметь выполнять технику метания малого мяча в вертикальную и горизонтальную цели, демонстрировать технику пройденных легкоатлетических упражнений в целом	Развитие мотивов учебной деятельности, умения осуществлять поиск информации по вопросам развития современных оздоровительных систем
11		Сдача зачетов, тестов по легкой атлетике	Урок рефлексии	Формирование у учащихся способностей к рефлексии коррекционно-контрольного типа и реализации коррекционной нормы (фиксирования собственных затруднений в деятельности): выполнение комплекса общеразвивающих упражнений с гимнастической скакалкой с последующей взаимопроверкой при консультативной помощи учителя; групповое выполнение прыжка в длину с места (с последующей самопроверкой по алгоритму выполнения) при консультативной помощи учителя; сдача контрольных упражнений по легкой атлетике; коллективное проектирование способов выполнения дифференцированного домашнего задания; комментирование выставленных оценок	Знать, как выполнять бег в равномерном темпе до 10—15 мин, как выполнять прыжок в длину с места	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливая рабочие отношения, оказывать посильную помощь товарищу при выполнении физических упражнений. Регулятивные: уметь адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Познавательные: уметь объяснять и выполнять физические упражнения на тестирование физических качеств	Развитие мотивов учебной деятельности, умения осуществлять поиск информации по вопросам развития современных оздоровительных систем, обобщать, анализировать, творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой

12		Сдача зачетов, тестов по легкой атлетике	Урок рефлексии	Формирование у учащихся способностей к рефлексии коррекционно контрольного типа и реализации коррекционной нормы (фиксирования собственных затруднений в деятельности): проектная работа в парах «сильный — слабый» при выполнении комплекса общеразвивающих упражнений с гимнастической скакалкой; коллективное выполнение равномерного бега до 10—15 мин; сдача контрольных упражнений по легкой атлетике в подгруппах	Знать, как выполнять бег в равномерном темпе до 10—15 мин	Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, оказывать посильную помощь товарищу при выполнении физических упражнений. Регулятивные: уметь адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Познавательные: уметь объяснять и выполнять физические упражнения на тестирование физических качеств	Развитие мотивов учебной деятельности, умения обобщать, анализировать, творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой
				Спортивные игры (24 часа)			
13		Техника безопасности при проведении спортивных и подвижных игр. Развитие ловкости, силы и скорости. ОФП	Урок «открытия» нового знания	Формирование у учащихся умений построения и реализации новых знаний (понятий, способов действий): изучение инструкций по технике безопасности на занятиях по спортивным и подвижным играм, технике безопасности на занятиях по волейболу; коллективное выполнение общеразвивающих упражнений с мячом; самостоятельная работа в парах (упражнения на развитие физических качеств в партере) при консультативной помощи учителя	Знать требования инструкций по технике безопасности при проведении спортивных и подвижных игр	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения, оказывать посильную помощь товарищу при выполнении физических упражнений. Регулятивные: формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. Познавательные: уметь выполнять упражнения на развитие физических качеств	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций

14		Развитие ловкости, силы и скорости. ОФП	Урок общепедогогической направленности	Формирование у учащихся деятельностных способностей и способностей к структурированию и систематизации изучаемого предметного содержания: взаимопроверка выполнения домашнего задания; групповая работа по выполнению общеразвивающих упражнений с мячом; проведение в подгруппах эстафет с элементами спортивных игр; выполнение в парах упражнений на развитие физических качеств	Знать, как выполнять комплекс упражнений с мячом; знать правила выполнения эстафет	Коммуникативные: использовать и излагать ранее изученное содержание в устной форме, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: формировать умение сохранять заданную цель, контролировать свою деятельность по результату. Познавательные: уметь выполнять эстафеты с элементами спортивных игр	Развитие мотивов учебной деятельности, умения обобщать, анализировать, творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой
15		Развитие ловкости, силы и скорости. ОФП	Урок развивающего контроля	Формирование у учащихся умений к осуществлению контрольной функции; контроль и самоконтроль изученных понятий, алгоритма проведения самопроверки и взаимопроверки: выполнение контрольных заданий по алгоритму с последующей самопроверкой по памятке выполнения задания; коллективное проектирование способов выполнения дифференцированного домашнего задания; комментирование выставленных оценок; общеразвивающие упражнения с мячом в парах; упражнения на развитие физических качеств; групповое выполнение эстафет с элементами спортивных игр	Знать, как подводить и анализировать итоги	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, уметь обосновывать свою точку зрения и доказывать собственное мнение. Регулятивные: формировать умение самостоятельно выделять и формировать познавательную цель, искать и выделять необходимую информацию, осуществлять итоговый контроль. Познавательные: уметь выполнять эстафеты с элементами спортивных игр	Развитие мотивов учебной деятельности, бережного отношения к собственному здоровью и здоровью окружающих, проявления доброты и отзывчивости к людям, имеющим ограниченные возможности и нарушения в состоянии здоровья

16		Волейбол. Техника безопасности при проведении занятий по волейболу. Стойки и перемещения игрока. Развитие координационных способностей	Урок «открытия» нового знания	Формирование у учащихся умений построения и реализации новых знаний (понятий, способов действий): изучение инструкций по технике безопасности на занятиях по волейболу; коллективное выполнение общеразвивающих упражнений с набивным мячом, специальных беговых упражнений; изучение стойки игрока (перемещения в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед); групповое проведение эстафет с мячом	Знать требования техники безопасности на занятиях по волейболу; знать технику перемещений и стоек волейболиста	Коммуникативные: уметь слушать и слышать учителя, товарищей, уважительно относиться к другой точке зрения, устанавливать рабочие отношения. Регулятивные: видеть указанную ошибку и исправлять ее с соответствии с требованиями. Познавательные: уметь выполнять специальные беговые упражнения, стойки и перемещения игрока, демонстрировать стойки игрока	Формирование положительного отношения учащихся к занятиям физической культурой, накопление необходимых знаний, умений в использовании ценностей физической культуры для достижения лично значимых результатов в физическом совершенстве
17		Волейбол. Стойки и перемещения игрока. Развитие координационных способностей	Урок «открытия» нового знания	Формирование у учащихся умений построения и реализации новых знаний (понятий, способов действий): изучение комплекса общеразвивающих упражнений с набивным мячом, специальных беговых упражнений; коллективное повторение стойки игрока (перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед, ходьба, бег с выполнением заданий); проведение групповых игровых упражнений	Знать, как выполнять специальные беговые упражнения; стойки и перемещения игрока; знать правила игры в волейбол	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения, оказывать посильную помощь товарищу при выполнении физических упражнений. Регулятивные: формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. Познавательные: уметь выполнять игровые упражнения, стойки и перемещения игрока	Развитие мотивов учебной деятельности, умения осуществлять поиск информации по вопросам развития современных оздоровительных систем, обобщать, анализировать, творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой

18		Волейбол. Стойки и перемещения игрока, повороты и остановки. Развитие координационных способностей	Урок «открытия» нового знания	Формирование у учащихся умений построения и реализации новых знаний (понятий, способов действий): изучение комплекса обще-развивающих упражнений с гимнастической скакалкой, специальных беговых упражнений; повторение стойки игрока (перемещения в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед, ходьба, бег с выполнением заданий); проведение в парах игровых упражнений и эстафет	Знать, как выполняются специальные беговые упражнения, стойки и перемещения игрока; знать, как играть в волейбол по упрощенным правилам, правильно выполнять технические действия	Коммуникативные: владеть культурой речи, ведением диалога в доброжелательной и открытой форме, проявлять к собеседнику внимание, интерес и уважение. Регулятивные: уметь контролировать свою деятельность по результату, развивать новые виды деятельности и формы сотрудничества. Познавательные: уметь выполнять специальные беговые упражнения, эстафеты, игровые упражнения	Развитие мотивов учебной деятельности, бережного отношения к собственному здоровью и здоровью окружающих,
19		Волейбол. Стойки и перемещения игрока, повороты и остановки. Упражнения в парах. Развитие координационных способностей	Урок рефлексии	Формирование у учащихся способностей к рефлексии коррекционно-контрольного типа и реализации коррекционной нормы (фиксирования собственных затруднений в деятельности): индивидуальная и парная работа с дидактическим материалом; коллективная проверка выполнения домашнего задания по памятке работы над ошибками; комплексное повторение общеразвивающих упражнений в парах, специальных беговых упражнений; повторение стойки игрока (перемещения в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед, ходьба, бег с выполнением заданий); выполнение в подгруппах игровых упражнений и эстафет	Знать, как выполнять игровые упражнения, эстафеты, как играть в волейбол по упрощенным правилам, правильно выполнять технические действия	Коммуникативные: использовать и излагать ранее изученное содержание в устной форме, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: формировать умение сохранять заданную цель, контролировать свою деятельность по результату. Познавательные: уметь выполнять общеразвивающие упражнения с мячом, знать и уметь объяснять правила игры в волейбол	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций

20		Волейбол. Прием и передача мяча. Развитие координационных способностей	Урок «открытия» нового знания	Формирование у учащихся умений построения и реализации новых знаний (понятий, способов действий): изучение комплекса общеразвивающих упражнений с мячом, комбинаций из освоенных элементов техники перемещений; самостоятельное и парное выполнение имитации передачи мяча на месте и после перемещения двумя руками, освоение расположения кистей и пальцев рук на мяче, передача мяча над собой, передача сверху двумя руками на месте и после перемещения вперед	Знать, как выполнять прием и передачу мяча; знать виды передач мяча	Коммуникативные: уметь слушать и слышать учителя, товарищей, уважительно относиться к другой точке зрения. Регулятивные: видеть указанную ошибку и исправлять ее с соответствии с требованиями. Познавательные: уметь выполнять прием мяча, передачи мяча над собой, сверху двумя руками	Развитие мотивов учебной деятельности, умения обобщать, анализировать, творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой
21		Волейбол. Прием и передача мяча. Развитие координационных способностей	Урок «открытия» нового знания	Формирование у учащихся умений построения и реализации новых знаний (понятий, способов действий): повторение комплекса общеразвивающих упражнений с мячом; работа в парах «сильный - слабый» (комбинации из освоенных элементов техники перемещений); самостоятельное выполнение передачи мяча в стену (в движении, перемещаясь вправо, влево приставным шагом); передача мяча в парах (встречная, над собой — партнеру); передача мяча в парах через сетку; коллективная игра в мини-волейбол	Знать виды передач мяча; знать, как выполнять прием и передачу мяча, как играть в волейбол по упрощенным правилам, правильно выполнять технические действия	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения, оказывать посильную помощь товарищу при выполнении физических упражнений. Регулятивные: формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. Познавательные: уметь выполнять ранее изученные элементы волейбола (перемещения, передачи мяча)	Формирование положительного отношения учащихся к занятиям физической культурой, накопление необходимых знаний, умений в использовании ценностей физической культуры для достижения лично значимых результатов в физическом совершенстве

22		Волейбол. Прием и передача мяча. Развитие координационных способностей	Урок общепедогогической направленности	Формирование у учащихся деятельностных способностей и способностей к структурированию и систематизации изучаемого предметного содержания: взаимопроверка выполнения домашнего задания; групповая работа по выполнению общеразвивающих упражнений в движении, комбинаций из освоенных элементов техники перемещений; прием и передача мяча снизу двумя руками: а) в парах с набрасыванием партнером; б) у стены над собой; в) сочетание верхней и нижней передачи в парах; коллективное выполнение заданий с использованием подвижных игр	Знать технику выполнения приема и передачи мяча изученными способами; правила выполнения игровых заданий	Коммуникативные: уметь логически грамотно излагать, аргументировать и обосновывать собственную точку зрения, доводить ее до собеседника. Регулятивные: уметь адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Познавательные: уметь правильно передвигаться в стойке игрока, демонстрировать технику приема и передачи мяча на месте и в движении	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
23		Волейбол. Прием и передача мяча. Игровые упражнения. Развитие координационных способностей	Урок рефлексии	Формирование у учащихся способностей к рефлексии коррекционно-контрольного типа и реализации коррекционной нормы (фиксирования собственных затруднений в деятельности): индивидуальная и парная работа с дидактическим материалом; коллективная проверка выполнения домашнего задания по памятке работы над ошибками; комплексное повторение общеразвивающих упражнений в движении, комбинаций из освоенных элементов техники перемещений; прием и передача мяча снизу двумя руками: а) в парах с набрасыванием партнером; б) у стены над собой; в) сочетание верхней и нижней передачи в парах; коллективное выполнение заданий с использованием подвижных игр	Знать технику выполнения приема и передачи мяча изученными способами; правила выполнения игровых заданий; знать, как играть в волейбол по упрощенным правилам, правильно выполнять технические действия	Коммуникативные: уметь вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности. Регулятивные: уметь самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. Познавательные: уметь правильно передвигаться в стойке игрока и принимать мяч	Развитие мотивов учебной деятельности, ответственного отношения к порученному делу, проявления осознанной дисциплинированности и готовности отстаивать собственные позиции, отвечать за результаты собственной деятельности

24		Волейбол. Нижняя подача мяча. Развитие координационных способностей	Урок «открытия» нового знания	Формирование у учащихся умений построения и реализации новых знаний (понятий, способов действий): изучение комплекса общеразвивающих упражнений с мячом; групповое выполнение нижней прямой подачи мяча (подачи мяча в стену, подачи мяча в парах — через ширину площадки с последующим приемом мяча); коллективное проведение подвижной игры «Подай и попади»	Знать технику выполнения нижней прямой подачи; знать, как играть в волейбол по упрощенным правилам, правильно выполнять технические действия	Коммуникативные: использовать и излагать ранее изученное содержание в устной форме, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: формировать умение сохранять заданную цель, контролировать свою деятельность по результату. Познавательные: уметь демонстрировать технику выполнения нижней прямой подачи	Развитие мотивов учебной деятельности, ответственного отношения к порученному делу, понимания физической культуры как средства организации здорового образа жизни
25		Волейбол. Нижняя подача мяча. Развитие координационных способностей	Урок «открытия» нового знания	Формирование у учащихся умений построения и реализации новых знаний (понятий, способов действий): изучение комплекса общеразвивающих упражнений с мячом; групповое выполнение нижней прямой подачи мяча, подачи мяча в стену, подачи мяча в парах — через ширину площадки с последующим приемом мяча, через сетку с расстояния 3—6 м; коллективное проведение подвижной игры «Подай и попади»	Знать технику выполнения нижней прямой подачи через сетку; знать, как играть в волейбол по упрощенным правилам, правильно выполнять технические действия	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения, оказывать посильную помощь товарищу при выполнении физических упражнений. Регулятивные: формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. Познавательные: уметь выполнять нижнюю прямую подачу через сетку	Формирование положительного отношения учащихся к занятиям физической культурой, накопление необходимых знаний, умений в использовании ценностей физической культуры для достижения лично значимых результатов в физическом совершенстве

26		Волейбол. Основные приемы игры. Развитие координационных способностей	Урок общепедагогической направленности	Формирование у учащихся деятельностных способностей и способностей к структурированию и систематизации изучаемого предметного содержания: взаимопроверка выполнения домашнего задания; групповое выполнение комплекса общеразвивающих упражнений с мячом; парная работа на прием и передачу мяча; закрепление техники нижней подачи мяча в парах; игровые задания с ограниченным числом игроков (2:2, 3:2, 3:3) и на укороченных площадках	Знать правила и технику выполнения игровых заданий	Коммуникативные: уметь слушать и слышать учителя, товарищей, уважительно относиться к другой точке зрения. Регулятивные: формировать умение видеть указанную ошибку и исправлять ее в соответствии с требованиями. Познавательные: уметь применять ранее изученные элементы волейбола в игровых заданиях	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
27		Волейбол. Основные приемы игры. Развитие координационных способностей	Урок общепедагогической направленности	Формирование у учащихся деятельностных способностей и способностей к структурированию и систематизации изучаемого предметного содержания: взаимопроверка выполнения домашнего задания; коллективное выполнение комплекса специальных упражнений с мячом; групповая работа на прием и передачу мяча; совершенствование техники выполнения нижней подачи мяча в парах «сильный — слабый»; игровые задания с ограниченным числом игроков (2:2, 3:2, 3:3) и на укороченных площадках; коллективная учебная игра	Знать, как играть в волейбол по упрощенным правилам, правильно выполнять технические действия	Коммуникативные: обладать умением логически грамотно излагать, аргументировать и обосновывать собственную точку зрения, доводить ее до собеседника. Регулятивные: уметь адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Познавательные: уметь применять ранее изученные элементы волейбола в игровых заданиях	Развитие мотивов учебной деятельности, ответственного отношения к порученному делу, проявления осознанной дисциплинированности и готовности отстаивать собственные позиции, отвечать за результаты собственной деятельности

28		Волейбол. Основные приемы игры. Игровые задания. Развитие координационных способностей	Урок общедологической направленности	Формирование у учащихся деятельностных способностей и способностей к структурированию и систематизации изучаемого предметного содержания: взаимопроверка выполнения домашнего задания; коллективное выполнение комплекса общеразвивающих упражнений с мячом; закрепление техники приема и передачи мяча в парах, нижней подачи мяча; игровые задания с ограниченным числом игроков (2:2, 3:2, 3:3) и на укороченных площадках	Знать, как играть в волейбол по упрощенным правилам, правильно выполнять технические действия	Коммуникативные: уметь вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности. Регулятивные: формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. Познавательные: уметь применять ранее изученные элементы волейбола в игровых заданиях и учебной игре	Развитие мотивов учебной деятельности, умения осуществлять поиск информации по вопросам развития современных оздоровительных систем, обобщать, анализировать, творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой
29		Волейбол. Основные приемы игры. Развитие координационных способностей	Урок развивающего контроля	Формирование у учащихся умений к осуществлению контрольной функции; контроль и самоконтроль изученных понятий, алгоритма проведения самопроверки и взаимопроверки: выполнение контрольных заданий по алгоритму с последующей самопроверкой по памятке выполнения задания; коллективное проектирование способов выполнения дифференцированного домашнего задания; комментирование выставленных оценок; комплексное повторение специальных упражнений с мячом; совершенствование техники приема, передачи, нижней подачи мяча в парах; игровые задания с ограниченным числом игроков (2:2, 3:2, 3:3) и на укороченных площадках; коллективное проведение учебной игры	Знать, как играть в волейбол по упрощенным правилам, правильно выполнять технические действия	Коммуникативные: использовать и излагать ранее изученное содержание в устной форме, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: уметь сохранять заданную цель, контролировать свою деятельность по результату. Познавательные: уметь применять ранее изученные элементы волейбола в игровых заданиях и учебной игре	Формирование положительного отношения учащихся к занятиям физической культурой, накопление необходимых знаний, умений в использовании ценностей физической культуры для достижения лично значимых результатов в физическом совершенстве

30		Волейбол. Тактика игры. Развитие физических качеств	Урок общепедогогической направленности	Формирование у учащихся деятельностных способностей и способностей к структурированию и систематизации изучаемого предметного содержания: взаимопроверка выполнения домашнего задания; групповая работа по выполнению общеразвивающих упражнений в движении; закрепление техники приема и передачи мяча, нижней подачи мяча в парах; изучение тактики свободного нападения; броски набивного мяча через голову в парах; коллективное проведение учебной игры	Знать, как выполнять броски набивного мяча, использовать тактические действия в игре в волейбол	Коммуникативные: уметь слушать и слышать учителя, товарищей, уважительно относиться к другой точке зрения. Регулятивные: формировать умение видеть указанную ошибку и исправлять ее в соответствии с требованиями. Познавательные: уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, правильно выполнять тактические действия	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, умения не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций
31		Волейбол. Тактика игры. Развитие физических качеств	Урок развивающего контроля	Формирование у учащихся умений к осуществлению контрольной функции; контроль и самоконтроль изученных понятий, алгоритма проведения самопроверки и взаимопроверки: выполнение контрольных заданий по алгоритму с последующей самопроверкой по памятке выполнения задания; коллективное проектирование способов выполнения дифференцированного домашнего задания; комментирование выставленных оценок; комплексное повторение специальных упражнений с мячом; совершенствование техники изученных элементов волейбола (индивидуальное и парное выполнение прыжков с доставанием подвешенных предметов рукой); корректировка техники ранее изученных элементов в коллективной учебной игре в волейбол	Знать, как применять изученную технику и тактические действия в игре в волейбол	Коммуникативные: уметь логически грамотно излагать, аргументировать и обосновывать собственную точку зрения, доводить ее до собеседника. Регулятивные: уметь адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Познавательные: уметь понимать жесты и условные знаки судьи по волейболу	Развитие мотивов учебной деятельности, владение знаниями по основам организации и проведения занятий физической культурой оздоровительно-тренировочной направленности, по составлению простейшего комплекса индивидуального занятия в соответствии с собственными задачами, индивидуальными особенностями

							физического развития и физической подготовленности
32		Волейбол. Тактика игры. Развитие физических качеств	Урок общепедогогической направленности	Формирование у учащихся деятельностных способностей и способностей к структурированию и систематизации изучаемого предметного содержания: взаимопроверка выполнения домашнего задания; групповое выполнение общеразвивающих упражнений в движении; изучение тактических действий игроков на площадке; корректировка техники ранее изученных элементов волейбола в индивидуальной и парной работе	Знать, как применять изученную технику и тактические действия в игре в волейбол	Коммуникативные: уметь вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности. Регулятивные: формировать умение самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. Познавательные: уметь понимать жесты и условные знаки судьи по волейболу	Развитие мотивов учебной деятельности, развитие бережного отношения к собственному здоровью и здоровью окружающих, проявления доброжелательности и отзывчивости к людям, имеющим ограниченные возможности и нарушения в состоянии здоровья
33		Волейбол. Тактика игры. Развитие физических качеств	Урок общепедогогической направленности	Формирование у учащихся деятельностных способностей и способностей к структурированию и систематизации изучаемого предметного содержания: взаимопроверка выполнения домашнего задания; коллективное выполнение комплекса общеразвивающих упражнений с мячом; групповые игровые тактические задания по волейболу; коллективное проведение учебной игры	Знать, как применять изученную технику и тактические действия в игре в волейбол	Коммуникативные: использовать и излагать ранее изученное содержание в устной форме, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: формировать умение сохранять заданную цель, контролировать свою деятельность по результату. Познавательные: уметь играть в волейбол по упрощенным правилам, правильно выполнять тактические действия	Развитие мотивов учебной деятельности, умения осуществлять поиск информации по вопросам развития современных оздоровительных систем, обобщать, анализировать, творчески применять полученные знания в самостоятельных

							занятиях физической культурой
34		Развитие ловкости, силы и скорости. ОФП. Совершенствование физических качеств	Урок общепедагогической направленности	Формирование у учащихся деятельностных способностей и способностей к структурированию и систематизации изучаемого предметного содержания: взаимопроверка выполнения домашнего задания; групповая работа по выполнению комплекса общеразвивающих упражнений с гимнастической палкой, эстафет с элементами спортивных игр	Знать отличие высокой стойки волейболиста от низкой	Коммуникативные: уметь слушать и слышать учителя, товарищей, уважительно относиться к другой точке зрения. Регулятивные: формировать умение видеть указанную ошибку и исправлять ее в соответствии с требованиями. Познавательные: уметь выполнять эстафеты с элементами спортивных игр	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; формирование способности активно включаться в совместные физкультурно-оздоровительные и спортивные мероприятия
35		Развитие ловкости, силы и скорости. Эстафеты. Совершенствование физических качеств	Урок рефлексии	Формирование у учащихся способностей к рефлексии коррекционно-контрольного типа и реализации коррекционной нормы (фиксирования собственных затруднений в деятельности): индивидуальная и парная работа с дидактическим материалом; коллективная проверка выполнения домашнего задания по памятке работы над ошибками; комплексное повторение общеразвивающих упражнений с гимнастической палкой, эстафет с элементами спортивных игр; коллективное выполнение упражнений на развитие физических качеств	Знать, какие перемещения применяются в волейболе	Коммуникативные: использовать и излагать ранее изученное содержание в устной форме, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: уметь сохранять заданную цель, контролировать свою деятельность по результату. Познавательные: уметь самостоятельно выполнять упражнения на развитие физических качеств	Формирование положительного отношения учащихся к занятиям физической культурой, накопление необходимых знаний, умений в использовании ценностей физической культуры для достижения личностно значимых результатов в физическом совершенстве

36		Развитие ловкости, силы и скорости. ОФП. Совершенствование физических качеств	Урок развивающего контроля	Формирование у учащихся умений к осуществлению контрольной функции; контроль и самоконтроль изученных понятий, алгоритма проведения самопроверки и взаимопроверки: выполнение контрольных заданий по алгоритму с последующей самопроверкой по памятке выполнения задания; коллективное проектирование способов выполнения дифференцированного домашнего задания; комментирование выставленных оценок; коллективное выполнение комплекса общеразвивающих упражнений с резиновой лентой; проведение в подгруппах эстафет с элементами спортивных игр	Знать основные правила игры в волейбол	Коммуникативные: уметь логически грамотно излагать, аргументировать и обосновывать собственную точку зрения, доводить ее до собеседника. Регулятивные: уметь адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Познавательные: уметь объяснять основные правила игры в волейбол, уметь выполнять эстафеты с элементами спортивных игр	Развитие мотивов учебной деятельности, бережного отношения к собственному здоровью и здоровью окружающих, проявления доброжелательности и отзывчивости к людям, имеющим ограниченные возможности и нарушения в состоянии здоровья
				Плавание (21 час)			
37		Плавание. Правила ТБ на занятиях плаванием.	Вводный урок	Инструктаж по ТБ на занятиях плаванием. Проверка плавательной подготовки способом кроль на груди, кроль на спине, брасс.	Выполнять технику плавательных упражнений. Выполнять правила игр на воде.	Технически правильно выполнять двигательные действия, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. Находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления.	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных(нестандартных) ситуациях и условиях.

38		Плавание способом кроль на груди.	Урок совершенствования знаний и умений -	Техника работы ног, рук способом кроль на груди. Согласование работы ног, рук с дыханием способом кроль на груди. Игра.	Выполнять технику плавательных упражнений. Выполнять правила игр на воде.	Технически правильно выполнять двигательные действия, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. Находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления.	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях.
39		Плавание способом кроль на груди.	Урок «открытия» нового знания	Плавание при помощи ног и гребков одной рукой, другая рука прижата к телу. Игра.	Выполнять технику плавательных упражнений. Выполнять правила игр на воде.	Технически правильно выполнять двигательные действия, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. Находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления.	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных(нестандартных) ситуациях и условиях.
40		Плавание способом кроль на груди.	Урок совершенствования знаний и умений	Совершенствование техники плавания при помощи ног и гребков одной рукой, другая рука прижата к телу. Игра.	Выполнять технику плавательных упражнений. Выполнять правила игр на воде.	Технически правильно выполнять двигательные действия, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. Находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления.	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных(нестандартных) ситуациях и условиях.

41		Плавание способом кроль на груди.	Урок «открытия» нового знания	Плавание при помощи одних ног способом кроль на груди. Игра.	Выполнять технику плавательных упражнений. Выполнять правила игр на воде.	Технически правильно выполнять двигательные действия, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. Находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления.	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных(нестандартных) ситуациях и условиях.
42		Плавание способом кроль на груди.	Урок совершенствования знаний и умений	Совершенствование техники плавания при помощи одних ног способом кроль на груди. Игра.	Выполнять технику плавательных упражнений. Выполнять правила игр на воде.	Технически правильно выполнять двигательные действия, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. Находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления.	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных(нестандартных) ситуациях и условиях.
43		Плавание способом кроль на груди. Старт пловца.	Урок «открытия» нового знания	Техника прыжка. Спад головой вниз из положения сидя на бортике. Спад головой вниз из положения сидя на бортике. Игра.	Выполнять технику плавательных упражнений. Выполнять правила игр на воде.	Технически правильно выполнять двигательные действия, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. Находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления.	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных(нестандартных) ситуациях и условиях.

44		Плавание способом кроль на груди. Старт пловца.	Урок совершенствования знаний и умений	Совершенствование техники прыжка. Спад головой вниз из положения сидя на бортике. Спад головой вниз из положения наклонившись вперед. Игра.	Выполнять технику плавательных упражнений. Выполнять правила игр на воде.	Технически правильно выполнять двигательные действия, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. Находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления.	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных(нестандартных) ситуациях и условиях.
45		Плавание способом кроль на груди.	Урок «открытия» нового знания	Техника поворотов при плавании способом кроль на груди. Игра.	Выполнять технику плавательных упражнений. Выполнять правила игр на воде.	Технически правильно выполнять двигательные действия, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. Находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления.	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных(нестандартных) ситуациях и условиях.
46		Плавание способом кроль на груди.	Урок совершенствования знаний и умений	Совершенствование техники поворотов при плавании способом кроль на груди. Игра.	Выполнять технику плавательных упражнений. Выполнять правила игр на воде.	Технически правильно выполнять двигательные действия, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. Находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления.	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных(нестандартных) ситуациях и условиях.

47		Плавание способом кроль на спине.	Урок совершенствования знаний и умений	Техника работы ног, рук способом кроль на спине. Согласование работы ног, рук с дыханием способом кроль на спине. Игра.	Выполнять технику плавательных упражнений. Выполнять правила игр на воде.	Технически правильно выполнять двигательные действия, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. Находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления.	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных(нестандартных) ситуациях и условиях.
48		Плавание способом кроль на спине.	Урок «открытия» нового знания	Техника скольжения на спине с поднятыми руками вверх. Игра.	Выполнять технику плавательных упражнений. Выполнять правила игр на воде.	Технически правильно выполнять двигательные действия, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. Находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления.	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных(нестандартных) ситуациях и условиях.
49		Плавание способом кроль на спине.	Урок совершенствования знаний и умений	Совершенствование техники скольжения на спине с поднятыми руками вверх. Игра.	Выполнять технику плавательных упражнений. Выполнять правила игр на воде.	Технически правильно выполнять двигательные действия, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. Находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления.	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных(нестандартных) ситуациях и условиях.

50		Плавание способом кроль на спине.	Урок «открытия» нового знания	Техника поворотов при плавании способом кроль на спине. Игра.	Выполнять технику плавательных упражнений. Выполнять правила игр на воде.	Технически правильно выполнять двигательные действия, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. Находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления.	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных(нестандартных) ситуациях и условиях.
51		Плавание способом кроль на спине.	Урок совершенствования знаний и умений	Совершенствование техники поворотов при плавании способом кроль на спине. Игра.	Выполнять технику плавательных упражнений. Выполнять правила игр на воде.	Технически правильно выполнять двигательные действия, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. Находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления.	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных(нестандартных) ситуациях и условиях.
52		Плавание способом кроль на спине.	Урок совершенствования знаний и умений	Плавание кроль на спине способом в целом. Игра.	Выполнять технику плавательных упражнений. Выполнять правила игр на воде.	Технически правильно выполнять двигательные действия, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. Находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления.	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных(нестандартных) ситуациях и условиях.

53		Плавание способом брасс.	Урок совершенствования знаний и умений	Согласование работы ног, рук с дыханием способом брасс. Игра.	Выполнять технику плавательных упражнений. Выполнять правила игр на воде.	Технически правильно выполнять двигательные действия, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. Находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления.	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных(нестандартных) ситуациях и условиях.
54		Плавание способом брасс.	Урок «открытия» нового знания	Техника поворотов при плавании способом брасс. Игра.	Выполнять технику плавательных упражнений. Выполнять правила игр на воде.	Технически правильно выполнять двигательные действия, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. Находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления.	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных(нестандартных) ситуациях и условиях.
55		Плавание способом брасс.	Урок совершенствования знаний и умений	Совершенствование техники поворотов при плавании способом брасс. Игра.	Выполнять технику плавательных упражнений. Выполнять правила игр на воде.	Технически правильно выполнять двигательные действия, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. Находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления.	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных(нестандартных) ситуациях и условиях.

56		Плавание способом брасс.	Урок совершенствования знаний и умений	Плавание брассом способом в целом. Игра.	Выполнять технику плавательных упражнений. Выполнять правила игр на воде.	Технически правильно выполнять двигательные действия, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. Находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления.	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных(нестандартных) ситуациях и условиях.
57		Эстафетное плавание разными способами.	Урок общеметодической направленности	Техника, согласование работы и совместных действий в командных состязаниях.	Выполнять технику плавательных упражнений. Выполнять правила игр на воде.	Технически правильно выполнять двигательные действия, использовать их в игровой и соревновательной деятельности. Находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления.	Проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных(нестандартных) ситуациях и условиях.
				Гимнастика с основами акробатики (9 часов)			
58		Техника безопасности на уроках гимнастики. Развитие координационных способностей	Урок «открытия» нового знания	Формирование у учащихся умений построения и реализации новых знаний (понятий, способов действий): индивидуальная и парная работа с инструкциями по технике безопасности на уроках гимнастики; коллективное выполнение строевых упражнений и комплекса общеразвивающих упражнений в движении;	Знать технику безопасности на уроках гимнастики; знать, как выполнять строевые упражнения	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью информационных технологий, вопросов; формировать навыки работы в группе с узкой специализацией, точно выражать свои мысли в соответствии с поставленными задачами.	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли

59		Акробатические упражнения. Развитие гибкости, координационных способностей. Кувырок вперед	Урок общепедогогической направленности	Формирование у учащихся деятельностных способностей и способностей к структурированию и систематизации изучаемого предметного содержания: самостоятельное изучение содержания параграфа учебника; коллективное выполнение упражнений строевой подготовки, комплекса общеразвивающих упражнений в движении; закрепление техники выполнения кувырка вперед и кувырка назад, гимнастического мостика, стойки на лопатках в парах «сильный — слабый»	Знать технику безопасности на уроках гимнастики; знать, как выполнять строевые упражнения	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью информационных технологий, вопросов; формировать навыки работы в группе с узкой специализацией, точно выражать свои мысли в соответствии с поставленными задачами.	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки
60		Акробатические упражнения. Развитие гибкости	Урок общепедогогической направленности	Формирование у учащихся деятельностных способностей и способностей к структурированию и систематизации изучаемого предметного содержания: комплексное повторение по теме «Кувырок вперед и кувырок назад; гимнастический мостик; стойка на лопатках»; самостоятельная работа в подгруппах по выполнению акробатической комбинации из изученных элементов при консультативной помощи учителя; коллективная беседа с учащимися о пользе гимнастических упражнений для сохранения правильной осанки	Знать, как выполнять кувырки вперед и назад, гимнастический мост, стойку на лопатках	Регулятивные: уметь сохранять заданную цель, контролировать свою деятельность по результату. Познавательные: уметь объяснить технику безопасности на занятиях по гимнастике	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование эстетических потребностей, ценностей

61		Строевые упражнения. Развитие координации, силовых качеств. Висы	Урок «открытия» нового знания	Формирование у учащихся умений построения и реализации новых знаний (понятий, способов действий): групповая работа по выполнению строевых упражнений; коллективное выполнение комплекса общеразвивающих упражнений на месте; изучение техники выполнения упражнений на гимнастической скамейке; обучение технике простого виса, упражнения в простом висе; коллективная беседа о значении гимнастических упражнений для сохранения правильной осанки	Знать, как выполнять кувырки вперед и назад, гимнастический мост, стойку на лопатках	Коммуникативные: слушать и слышать учителя, товарищей, уважительно относиться к другой точке зрения. Регулятивные: формировать умение видеть указанную ошибку и исправлять ее с соответствии с требованиями. Познавательные: уметь выполнять гимнастический мост, стойку на лопатках, кувырки вперед и назад	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки, формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни
62		Строевые упражнения. Развитие координации, силовых качеств. Висы	Урок общеметодической направленности	Формирование у учащихся деятельностных способностей и способностей к структурированию и систематизации изучаемого предметного содержания: групповая работа по выполнению строевых упражнений; коллективное выполнение комплекса общеразвивающих упражнений с гимнастической палкой; закрепление техники выполнения простого виса в парах; корректировка техники выполнения изучаемых упражнений при консультативной помощи учителя (гимнастическая полоса препятствий, упражнения на растяжку)	Знать, как выполнять упражнения на скамейке; знать технику выполнения простого виса	Коммуникативные: обладать умением вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности. Регулятивные: формировать опыт саморегуляции эмоциональных и функциональных состояний. Познавательные: уметь выполнять упражнения на скамейке и простой вис	Формирование положительных отношения учащихся к занятиям физической культурой, накопление необходимых знаний, умений в использовании ценностей физической культуры для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей

63		Висы. Строевые упражнения. Развитие координации, силовых качеств.	Урок рефлексии	Формирование у учащихся способностей к рефлексии коррекционно-контрольного типа и реализации коррекционной нормы (фиксирования собственных затруднений в деятельности): индивидуальная и парная работа по алгоритму выполнения общеразвивающих упражнений, строевых упражнений, упражнений на гимнастической скамейке; групповая работа по выполнению акробатической комбинации, простого вися; самостоятельное выполнение упражнения на подтягивание в вися; корректировка техники выполнения изученных упражнений при консультативной помощи учителя	Знать, как выполнять упражнения на растяжку, упражнения в простом вися, проходить гимнастическую полосу препятствий	Коммуникативные: сохранять доброжелательное отношение друг к другу, устанавливать рабочие отношения, оказывать посильную помощь товарищу при выполнении физических упражнений. Регулятивные: уметь самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. Познавательные: уметь выполнять упражнения в простом вися, проходить гимнастическую полосу препятствий	Развитие мотивов учебной деятельности, бережного отношения к собственному здоровью и здоровью окружающих, проявления доброжелательности и отзывчивости к людям, имеющим ограниченные возможности и нарушения в состоянии здоровья
64		Опорный прыжок. Строевые упражнения. Развитие координации, силовых качеств	Урок «открытия» нового знания	Формирование у учащихся умений построения и реализации новых знаний (понятий, способов действий): работа в подгруппах по выполнению комплекса общеразвивающих упражнений с предметами, строевых упражнений с предметами, строевых упражнений; индивидуальное выполнение упражнений для освоения техники приземления; изучение техники выполнения наскока в упор присев; работа в подгруппах по выполнению упражнений в равновесии	Знать, как выполнять акробатические упражнения, упражнения на скамейке, простой вис, подтягивание в вися	Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, оказывать посильную помощь товарищу при выполнении физических упражнений. Регулятивные: уметь адекватно понимать оценку взрослого и сверстников, осуществлять итоговый контроль. Познавательные: уметь демонстрировать технику выполнения акробатических упражнений в целом	Развитие мотивов учебной деятельности, умения обобщать, анализировать, творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой

65		Опорный прыжок. Строевые упражнения. Развитие координации, силовых качеств	Урок общедоходической направленности	Формирование у учащихся деятельностных способностей и способностей к структурированию и систематизации изучаемого предметного содержания: коллективная работа по выполнению строевых упражнений и комплекса общеразвивающих упражнений в парах; закрепление техники выполнения опорного прыжка; коллективное выполнение упражнений в равновесии и на растяжку.	Знать технику выполнения опорного прыжка; знать, как выполнять строевые упражнения	Коммуникативные: уметь вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности. Регулятивные: формировать опыт саморегуляции эмоциональных и функциональных состояний. Познавательные: уметь выполнять технику опорного прыжка, упражнения в равновесии	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли, развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни
66		Опорный прыжок. Строевые упражнения. Развитие координации, силовых качеств	Урок развивающего контроля	Формирование у учащихся умений к осуществлению контрольной функции; контроль и самоконтроль изученных понятий, алгоритма проведения самопроверки и взаимопроверки: выполнение контрольных заданий по алгоритму с последующей самопроверкой по памятке выполнения задания; коллективное проектирование способов выполнения дифференцированного домашнего задания; комментирование выставленных оценок	Знать технику выполнения опорного прыжка, строевых упражнений, упражнений в равновесии	Коммуникативные: уметь вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности. Регулятивные: формировать умение сохранять заданную цель, адекватно оценивать свои физические силы и действия, а также действия товарищей. Познавательные: уметь выполнять технику опорного прыжка, упражнения в равновесии, строевые упражнения	Развитие мотивов учебной деятельности, бережного отношения к собственному здоровью и здоровью окружающих, проявления доброжелательности и отзывчивости к людям, имеющим ограниченные возможности и нарушения в состоянии здоровья
				Спортивные игры (26 часов)			

67		Баскетбол. Техника безопасности на занятиях по баскетболу. Стойки и передвижения игрока	Урок «открытия» нового знания	Формирование у учащихся умений построения и реализации новых знаний (понятий, способов действий): изучение инструкций по технике безопасности на занятиях по спортивным и подвижным играм; комплексное повторение общеразвив. упражнений с мячом, специальных беговых упражнений; повторение техники бега с изменением направления и скорости в подгруппах; изучение техники передвижений в защитной стойке (парное передвижение в защитной стойке в различных направлениях — вперед, назад, влево, вправо); коллективное знакомство с терминологией игры в баскетбол	Знать технику выполнения опорного прыжка, строевых упражнений, акробатической комбинации	Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, оказывать посильную помощь товарищу при выполнении физических упражнений. Регулятивные: уметь адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Познавательные: уметь объяснять и выполнять акробатические упражнения, опорный прыжок, простой вис	Развитие мотивов учебной деятельности, умения обобщать, анализировать, творчески применять полученные знания в занятиях физической культурой
68		Баскетбол. Стойки и передвижения игрока, повороты и остановки. Основные правила	Урок «открытия» нового знания	Формирование у учащихся умений построения и реализации новых знаний (понятий, способов действий): изучение	Знать, как выполнять комбинации из освоенных элементов техники передвижения (перемещение в стойке, остановка, повороты); знать терминологию игры в баскетбол	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и излагать его в устной и письменной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов и информационных технологий. Регулятивные: уметь самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. Познавательные: знать технику безопасности на занятиях по спортивным и подвижным играм, уметь выполнять комплекс упражнений с мячом	Развитие мотивов учебной деятельности, формирование личностного смысла учения, развитие этических чувств, навыков сотрудничества, умения находить компромиссы при принятии общих решений

69	Баскетбол. Стойки и передвижения игрока, повороты и остановки. Основные правила игры. Развитие координационных способностей	Урок «открытия» нового знания	Формирование у учащихся умений построения и реализации новых знаний (понятий, способов действий): изучение комплекса общеразвивающих упражнений с мячом в парах; повторение в подгруппах бега с изменением направления и скорости, передвижений в защитной стойке в различных направлениях — вперед, назад, влево, вправо; остановки «двумя шагами» после ловли мяча в движении	Знать, как выполнять комбинации из освоенных элементов техники передвижения (перемещение в стойке, остановка, повороты); знать терминологию игры в баскетбол	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и излагать его в устной и письменной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов и информационных технологий. Регулятивные: уметь самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. Познавательные: знать технику безопасности на занятиях по спортивным и подвижным играм, уметь выполнять комплекс упражнений с мячом	Развитие мотивов учебной деятельности, формирование личностного смысла учения, развитие этических чувств, навыков сотрудничества, умения находить компромиссы при принятии общих решений
70	Баскетбол. Ловля и передача мяча. Развитие координационных способностей	Урок «открытия» нового знания	Формирование у учащихся умений построения и реализации новых знаний (понятий, способов действий): изучение комплекса упражнений в движении; изучение техники ловли и передачи мяча различными способами; ловля и передача мяча на месте и с шагом вперед (двумя руками от груди, с отскоком от пола, одной рукой от плеча) в парах	Знать, как выполнять различные варианты ловли и передачи мяча; знать основные правила и приемы игры	Коммуникативные: уметь слушать и слышать друг друга и учителя, владеть культурой речи, проявлять к собеседнику внимание, интерес и уважение, точно выражать свои мысли в соответствии с поставленными задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: формировать ситуацию саморегуляции эмоциональных и функциональных состояний. Познавательные: знать и уметь выполнять технику ловли и передачи баскетбольного мяча на месте и в движении	Формирование положительного отношения учащихся к занятиям физической культурой, накопление необходимых знаний, умений в использовании ценностей физической культуры для достижения личностно значимых результатов в физическом совершенстве

72		Баскетбол. Ловля и передача мяча. Терминология баскетбола. Развитие координационных способностей	Урок обще- мето- дологи ческой направ- ленно- сти	Формирование у учащихся деятельностных способностей и способностей к структурированию и систематизации изучаемого предметного содержания: коллективная проверка домашнего задания по терминологии баскетбола; комплексное повторение общеразвивающих упражнений в движении; выполнение в парах, тройках, в движении элементов баскетбола (стойка и передвижения игрока, остановка прыжком, ловля и передача мяча различными способами)	Знать, как выполнять различные варианты ловли и передачи мяча; знать основные правила и приемы игры	Коммуникативные: формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы, уметь слушать и слышать друг друга. Регулятивные: уметь контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель. Познавательные: уметь выполнять комплекс упражнений в движении, корректировать технику выполнения изученных элементов баскетбола	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в различных ситуациях; формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, уважительного отношения
73		Баскетбол. Ведение мяча. Основные правила и приемы игры. Развитие координационных способностей	Урок «открытия » нового знания	Формирование у учащихся умений построения и реализации новых знаний (понятий, способов действий): изучение комплекса упражнений для рук и плечевого пояса; групповое выполнение вариантов ловли и передачи мяча; самостоятельная работа в парах по ведению мяча в низкой, средней, высокой стойке: а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с обводкой стоек; групповое проведение игры в минибаскетбол	Знать, как выполнять различные варианты ловли и передачи мяча; знать основные правила и приемы игры	Коммуникативные: формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы, уметь слушать и слышать друг друга. Регулятивные: уметь контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель. Познавательные: уметь выполнять комплекс упражнений в движении, корректировать технику выполнения изученных элементов баскетбола	Развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в различных ситуациях; формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, уважительного

74		Баскетбол. Ведение мяча. Основные приемы игры. Развитие координационных способностей	Урок рефлексии	Формирование у учащихся способностей к рефлексии коррекционно-контрольного типа и реализации коррекционной нормы (фиксирования собственных затруднений в деятельности): групповое выполнение комплекса общеразвивающих упражнений на осанку; совершенствование и корректировка техники выполнения вариантов ловли и передачи мяча (ведение мяча в низкой, средней, высокой стойке: а) с изменением направления движения и скорости; б) ведение ведущей и неведущей рукой без сопротивления защитника) при консультативной помощи учителя; проведение учебной игры в подгруппах	Знать, как можно корректировать технику выполнения ловли и передачи мяча; владеть терминологией баскетбола	Коммуникативные: использовать и излагать ранее изученное содержание в устной форме, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель, определять новый уровень отношения к своим действиям. Познавательные: уметь самостоятельно проводить и корректировать технику выполнения изученных упражнений по баскетболу, знать терминологию баскетбола	Развитие мотивов учебной деятельности, умения обобщать, анализировать, творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; развитие самостоятельности и личной ответственности
75		Баскетбол. Ведение мяча. Основные приемы игры. Развитие координационных способностей	Урок развивающего контроля	Формирование у учащихся умений к осуществлению контрольной функции; контроль и самоконтроль изученных понятий, алгоритма проведения самопроверки и взаимопроверки: выполнение контрольных заданий по алгоритму с последующей самопроверкой по памятке выполнения общеразвивающих упражнений с мячом, специальных упражнений; коллективное проектирование способов выполнения дифференцированного домашнего задания; комментирование выставленных оценок; проведение в подгруппах различных вариантов ловли и передачи мяча, вариантов ведения мяча без сопротивления и с сопротивлением защитника; коллективное решение задач игровой и соревновательной деятельности с помощью двигательных действий; проведение в подгруппах эстафет с элементами баскетбола	Знать, как выполнять ведение мяча различными способами; знать основные правила игры	Коммуникативные: слушать и слышать друг друга и учителя; уметь брать на себя инициативу в организации совместной деятельности, сохранять уважительное и толерантное отношение друг к другу. Регулятивные: уметь сохранять заданную цель, адекватно оценивать свои действия, формировать способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: знать и уметь выполнять комплекс упражнений для рук и плечевого пояса, объяснять основные правила и приемы игры в баскетбол	Развитие мотивов учебной деятельности, формирование личностного смысла учения; развитие этических чувств, навыков сотрудничества, умения находить компромиссы при принятии общих решений; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки

76	Баскетбол. Бросок мяча. Развитие координационных качеств	Урок «открытия» нового знания	Формирование у учащихся умений построения и реализации новых знаний (понятий, способов действий): повторение комплекса общеразвивающих упражнений с мячом; обучение техники выполнения броска мяча одной и двумя руками, броска одной и двумя руками с места, броска мяча одной рукой от плеча с близкого расстояния после ведения; броска двумя руками от головы; игра в мини-баскетбол в подгруппах	Знать, как играть в баскетбол по упрощенным правилам, правильно выполнять технические действия	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью информационных технологий, вопросов, формировать навыки работы в группе с узкой специализацией, точно выражать свои мысли в соответствии с поставленными задачами. Регулятивные: уметь сохранять заданную цель; контролировать свою деятельность по результату. Познавательные: уметь выполнять комплекс упражнений на осанку, демонстрировать технику игры в мини-баскетбол	Развитие мотивов учебной деятельности, умения обобщать, анализировать, творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой
77	Баскетбол. Бросок мяча. Развитие координационных способностей	Урок общепедагогической направленности	Формирование у учащихся деятельностных способностей и способностей к структурированию и систематизации изучаемого предметного содержания: комплексная проверка домашнего задания по памятке выполнения работы над ошибками; в групповой работе повторение изученных ранее общеразвивающих упражнений с мячом, специальных упражнений; совершенствование техники выполнения броска мяча одной и двумя руками, броска мяча одной рукой от плеча в движении после ловли от партнера, броска двумя руками снизу в движении в парах «сильный -слабый»; учебная игра в подгруппах	Знать, как выполнять бросок мяча в кольцо разными способами, как выполнять различные варианты ловли и передачи мяча	Коммуникативные: уметь слушать и слышать друг друга и учителя, владеть культурой речи, проявлять к собеседнику внимание, интерес и уважение. Регулятивные: формировать ситуацию саморегуляции эмоциональных и функциональных состояний. Познавательные: уметь выполнять технику броска мяча в кольцо одной и двумя руками с места	Формирование положительного отношения учащихся к занятиям физической культурой, накопление необходимых знаний, умений в использовании ценностей физической культуры

78		Баскетбол. Тактика свободного нападения. Развитие физических качеств	Урок «открытия» нового знания	Формирование у учащихся умений построения и реализации новых знаний (понятий, способов действий): изучение комплекса общеразвивающих упражнений с мячом; самостоятельная работа в парах по ведению мяча, ловли и передачи мяча; сочетание приемов (ловля мяча на месте, обводка четырех стоек, передача-ловля в движении, бросок одной рукой от головы после двух шагов); коллективное изучение тактических действий игроков, тактики свободного нападения; проведение учебной игры в подгруппах	Знать, как играть в баскетбол по упрощенным правилам, правильно выполнять технические действия	Коммуникативные: формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы, уметь слушать и слышать друг друга. Регулятивные: формировать умение контролировать свою деятельность по результату, уметь сохранять заданную цель. Познавательные: уметь выполнять комплекс упражнений с мячом, демонстрировать технику игры в баскетбол	Развитие мотивов учебной деятельности, умения осуществлять поиск информации по вопросам развития современных оздоровительных систем, обобщать, анализировать, творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой
79		Баскетбол. Тактика свободного нападения. Развитие физических качеств	Урок общепедогогической направленности	Формирование у учащихся деятельностных способностей и способностей к структурированию и систематизации изучаемого предметного содержания: комплексная проверка домашнего задания по памятке выполнения работы над ошибками; в групповой работе повторение изученных ранее общеразвивающих упражнений с мячом в парах, специальных беговых упражнений; в самостоятельной работе в парах вырывание и выбивание мяча, бросок двумя руками от головы в движении, взаимодействие двух игроков; коллективное изучение техники вырывания и выбивания мяча, взаимодействия двух игроков, нападения быстрым прорывом; игра в минибаскетбол в подгруппах в баскетболе	Знать и уметь объяснять тактические действия игроков, используя терминологию баскетбола	Коммуникативные: использовать и излагать ранее изученное содержание в устной форме, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: уметь сохранять заданную цель, адекватно понимать оценку взрослого и сверстников, видеть указанную ошибку и исправлять ее по наставлению учителя. Познавательные: уметь выполнять специальные беговые упражнения, ведение и ловлю мяча; знать тактические действия игроков	Развитие мотивов учебной деятельности, умения обобщать, анализировать, творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой; развитие самостоятельности в принятии собственных решений

80		Баскетбол. Игровые задания. Развитие физических качеств	Урок обще-методической направленности	Формирование у учащихся деятельностных способностей и способностей к структурированию и систематизации изучаемого предметного содержания: комплексная проверка домашнего задания по памятке над ошибками; в групповой работе повторение изученного ранее, проведение комплекса упражнений для рук и плечевого пояса; индивидуальный челночный бег с ведением и без ведения мяча; в парах передача набивного мяча; игровые задания: 2:1, 3:1, 3:2, 3:3	Знать, как играть в баскетбол по упрощенным правилам, правильно выполнять технические действия	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью информационных технологий, вопросов, формировать навыки работы в группе с узкой специализацией, точно выражать свои мысли в соответствии с поставленными задачами. Регулятивные: уметь сохранять заданную цель, контролировать свою деятельность по результату; адекватно оценивать свои действия и действия товарищей. Познавательные: уметь выполнять комплекс упражнений с мячом, знать тактику взаимодействия двух игроков, основные правила и приемы игры в баскетбол	Формирование положительного отношения учащихся к занятиям физической культурой, накопление необходимых знаний, умений в использовании ценностей физической культуры для достижения лично значимых результатов в физическом совершенстве
81		Баскетбол. Игровые задания	Урок развивающего контроля	Формирование у учащихся умений к осуществлению контрольной функции; контроль и самоконтроль изученных понятий (комплекс общеразвивающих упражнений на осанку), алгоритма проведения самопроверки и взаимопроверки: выполнение тестовых заданий по баскетболу (челночный бег с ведением и без ведения мяча, передача набивного мяча, игровые задания: 2:1, 3:1; 3:2; 3:3), по алгоритму, с последующей самопроверкой по памятке выполнения задания; комментирование выставленных оценок	Знать, как играть в баскетбол по упрощенным правилам, правильно выполнять технические действия	Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью информационных технологий, вопросов, формировать навыки работы в группе с узкой специализацией, точно выражать свои мысли в соответствии с поставленными задачами. Регулятивные: уметь сохранять заданную цель, контролировать свою деятельность по результату; адекватно оценивать свои действия и действия товарищей. Познавательные: уметь выполнять комплекс упражнений с мячом, знать тактику взаимодействия двух игроков, основные правила и приемы игры в баскетбол	Формирование положительного отношения учащихся к занятиям физической культурой, накопление необходимых знаний, умений в использовании ценностей физической культуры для достижения лично значимых результатов в физическом совершенстве

82		<p>Футбол.</p> <p>Основные приемы и правила игры.</p> <p>Овладение техникой передвижения</p>	<p>Урок</p> <p>«открытия» нового знания</p>	<p>Формирование у учащихся умений построения и реализации новых знаний (понятий, способов действий): проведение инструктажа по технике безопасности на занятиях по спортивным играм; коллективное выполнение комплекса общеразвивающих упражнений в движении; изучение комбинаций из освоенных элементов техники передвижений (перемещение, остановка, поворот, ускорение); изучение основных правил и приемов игры в футбол</p>	<p>Знать, как играть в баскетбол по упрощенным правилам, правильно выполнять технические действия</p>	<p>Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью информационных технологий, вопросов, формировать навыки работы в группе с узкой специализацией, точно выражать свои мысли в соответствии с поставленными задачами. Регулятивные: уметь сохранять заданную цель, контролировать свою деятельность по результату; адекватно оценивать свои действия и действия товарищей. Познавательные: уметь выполнять комплекс упражнений с мячом, знать тактику взаимодействия двух игроков, основные правила и приемы игры в баскетбол</p>	<p>Формирование положительного отношения учащихся к занятиям физической культурой, накопление необходимых знаний, умений в использовании ценностей физической культуры для достижения лично значимых результатов в физическом совершенстве</p>
83		<p>Футбол.</p> <p>Овладение техникой передвижения. Повороты. Развитие Физических качеств (скоростных и координационных способностей)</p>	<p>Урок</p> <p>«открытия» нового знания</p>	<p>Формирование у учащихся умений построения и реализации новых знаний (понятий, способов действий): коллективное повторение комплекса общеразвивающих упражнений в движении и специальных беговых упражнений; работа в парах по выполнению комбинаций из освоенных элементов техники передвижений (перемещение, остановка, поворот, ускорение); коллективное повторение основных правил игры</p>	<p>Знать, как играть в баскетбол по упрощенным правилам, правильно выполнять технические действия</p>	<p>Коммуникативные: добывать недостающую информацию с помощью информационных технологий, вопросов, формировать навыки работы в группе с узкой специализацией, точно выражать свои мысли в соответствии с поставленными задачами. Регулятивные: уметь сохранять заданную цель, контролировать свою деятельность по результату; адекватно оценивать свои действия и действия товарищей. Познавательные: уметь выполнять комплекс упражнений с мячом, знать тактику взаимодействия двух игроков, основные правила и приемы игры в баскетбол</p>	<p>Формирование положительного отношения учащихся к занятиям физической культурой, накопление необходимых знаний, умений в использовании ценностей физической культуры для достижения лично значимых результатов в физическом совершенстве</p>

84		Футбол. Овладение техникой передвижения, остановки, ускорения игрока. Развитие координационных способностей	Урок обще- мето- дологи ческой направ- ленно- сти	Формирование у учащихся деятельностных способностей и способностей к структурированию и систематизации изучаемого предметного содержания: комплексная проверка домашнего задания по памятке выполнения работы над ошибками; коллективное выполнение общеразвивающих упражнений в движении, специальных беговых упражнений; выполнение в подгруппах комбинаций из освоенных элементов техники передвижений (перемещение, остановка, поворот, ускорение)	Знать, как выполнять комплекс упражнений в движении, знать основные правила игры в футбол	Коммуникативные: формировать навыки учебного сотрудничества в ходе индивидуальной и групповой работы, уметь слушать и слышать друг друга. Регулятивные: добывать недостающую информацию с помощью вопросов, рассуждений. Познавательные: знать технику безопасности при проведении занятий по футболу, правила оказания первой медицинской помощи при травмах	Развитие мотивов учебной деятельности, умения осуществлять поиск информации по вопросам развития современных оздоровительных систем, обобщать, анализировать, творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой
85		Футбол. Овладение элементами техники футбола. Развитие координационных способностей	Урок рефлексии	Формирование у учащихся способностей к рефлексии коррекционно-контрольного типа и реализации коррекционной нормы (фиксирования собственных затруднений в деятельности): коллективное выполнение общеразвивающих упражнений в движении по алгоритму; корректировка техники выполнения изученных элементов футбола (перемещение, остановка, поворот, ускорение) при консультативной помощи учителя; самостоятельная работа в парах по выполнению комбинаций из освоенных элементов техники передвижений (перемещение, остановка, поворот, ускорение)	Знать, как выполнять комбинации из элементов техники передвижений в футболе	Коммуникативные: уметь логически грамотно излагать, аргументировать и обосновывать собственную точку зрения, доводить ее до собеседника. Регулятивные: уметь адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Познавательные: уметь проводить комплекс общеразвивающих упражнений в движении, знать и уметь выполнять основные виды передвижений и поворотов в футболе	Развитие мотивов учебной деятельности, умения обобщать, анализировать, творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой

86		Футбол. Освоение техники удара по мячу. Развитие быстроты и ловкости	Урок «открытия» нового знания	Формирование у учащихся умений построения и реализации новых знаний (понятий, способов действий): изучение комплекса общеразвивающих упражнений в движении; обучение технике удара по мячу; групповое проведение эстафет с элементами футбола; закрепление техники выполнения изученных элементов футбола в коллективной учебной игре (подгруппа 1, подгруппа 2)	Знать, как выполнять комбинации из элементов техники передвижений в футболе	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, уметь обосновывать свою точку зрения и доказывать собственное мнение. Регулятивные: уметь самостоятельно выделять и формировать познавательную цель, искать и выделять необходимую информацию, осуществлять пошаговый и итоговый контроль. Познавательные: уметь выполнять эстафеты с элементами футбола, проводить специальные беговые упражнения	Развитие мотивов учебной деятельности, формирование личностного смысла учения, развитие этических чувств, навыков сотрудничества, умения находить компромиссы при принятии общих решений; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах
87		Футбол. Освоение техники удара по мячу. Эстафеты с мячом. Развитие быстроты и ловкости	Урок общепедогогической направленности	Формирование у учащихся деятельностных способностей и способностей к структурированию и систематизации изучаемого предметного содержания: коллективное выполнение общеразвивающих упражнений в движении; закрепление техники удара по мячу; комплексное повторение эстафет с элементами футбола; учебная игра футбол в подгруппах	Знать, как проводятся общеразвивающие упражнения в движении, специальные беговые упражнения	Коммуникативные: уметь слушать и слышать друг друга и учителя, брать на себя инициативу в организации совместной деятельности, сохранять уважительное и толерантное отношение друг к другу. Регулятивные: уметь сохранять заданную цель, адекватно оценивать свои действия, формировать способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: знать и уметь выполнять комплекс упражнений в движении, уметь демонстрировать технику перемещений, остановок, поворотов, ускорений в футболе	Развитие мотивов учебной деятельности, умения обобщать, анализировать, творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой

88		Футбол. Освоение техники удара по мячу. Развитие координационных способностей	Урок рефлексии	Формирование у учащихся способностей к рефлексии коррекционно-контрольного типа и реализации коррекционной нормы (фиксирования собственных затруднений в деятельности): индивидуальная и парная работа с дидактическим материалом по футболу; самостоятельная работа с последующей самопроверкой по алгоритму выполнения самопроверки специальных беговых упражнений, комбинаций из освоенных элементов техники передвижений	Знать, как выполняется удар по мячу ногой; знать правила проведения эстафет с элементами футбола	Коммуникативные: использовать и излагать ранее изученное содержание в устной форме, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: уметь сохранять заданную цель, контролировать свою деятельность по результату. Познавательные: знать и уметь выполнять технику удара по мячу, проводить эстафеты с элементами футбола	Формирование положительного отношения учащихся к занятиям физической культурой, накопление необходимых знаний, умений в использовании ценностей физической культуры для достижения личностно значимых результатов в физическом совершенстве
89		Футбол. Освоение техники ведения мяча. Развитие физических качеств (скоростных и координационных способностей)	Урок «открытия» нового знания	Формирование у учащихся умений построения и реализации новых знаний (понятий, способов действий): изучение комплекса общеразвивающих упражнений в движении и специальных беговых упражнений; обучение технике ведения мяча по прямой, с обводкой предметов, по кругу; коллективная беседа о правилах игры в футбол, об истории развития футбола	Знать правила игры в мини-футбол, правила оказания первой медицинской помощи при травмах	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и излагать его в устной и письменной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов и информационных технологий. Регулятивные: уметь самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. Познавательные: уметь выполнять комплекс упражнений в движении, демонстрировать технику игры в футбол	Развитие мотивов учебной деятельности, умения обобщать, анализировать, творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой

90		<p>Футбол.</p> <p>Освоение техники ведения мяча.</p> <p>Развитие физических качеств. Правила игры в футбол.</p> <p>Эстафеты ведения мяча.</p>	<p>Урок</p> <p>обще-мето-дологи-ческой направ-ленно-сти</p>	<p>Формирование у учащихся деятельностных способностей и способностей к структурированию и систематизации изучаемого предметного содержания: комплексное</p> <p>повторение общеразвивающих упражнений в движении; работа в парах «сильный - слабый» по алгоритму выполнения специальных беговых упражнений; комплексная работа над ошибками при проведении эстафет с элементами футбола; совершенствование техники ведения мяча по прямой, по кругу, с обводкой предметов в парах</p>	<p>Знать правила игры в мини-футбол, правила оказания первой медицинской помощи при травмах</p>	<p>Коммуникативные: представлять конкретное содержание и излагать его в устной и письменной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов и информационных технологий.</p> <p>Регулятивные: уметь самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. Познавательные: уметь выполнять комплекс упражнений в движении, демонстрировать технику игры в футбол</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности, умения обобщать, анализировать, творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой</p>
91		<p>Футбол.</p> <p>Освоение техники остановки катящегося мяча подошвой.</p> <p>Развитие физических качеств</p>	<p>Урок «открытия» нового знания</p>	<p>Формирование у учащихся умений построения и реализации новых знаний (понятий, способов действий): изучение комплекса общеразвивающих упражнений в движении и специальных упражнений с мячом в парах; изучение техники остановки катящегося мяча подошвой; проведение учебной игры; изучение техники остановки катящегося мяча подошвой; проведение учебной игры в футбол в подгруппах</p>	<p>Знать ведение мяча в футболе, правила игры в мини-футбол</p>	<p>Коммуникативные: уметь логически грамотно излагать, аргументировать и обосновывать собственную точку зрения, доводить ее до собеседника. Регулятивные: уметь адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Познавательные: уметь выполнять передвижения игрока в футболе, вести мяч различными способами</p>	<p>Развитие мотивов учебной деятельности, умения осуществлять поиск информации по вопросам развития современных оздоровительных систем, обобщать, анализировать, творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой</p>

92		Футбол. Освоение техники остановки катящегося мяча внутренней стороной стопы. Развитие физических качеств	Урок общепедогогической направленности	Формирование у учащихся деятельностных способностей и способностей к структурированию и систематизации изучаемого предметного содержания: комплексное повторение; самостоятельная работа по выполнению общеразвивающих упражнений в движении, специальных упражнений с мячом в парах; изучение техники остановки катящегося мяча внутренней стороной стопы; совершенствование техники выполнения изученных элементов футбола в учебной игре в подгруппах	Знать, как проводятся специальные беговые упражнения, эстафеты с элементами футбола	Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, оказывать посильную помощь товарищу при выполнении физических упражнений. Регулятивные: уметь адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Познавательные: уметь выполнять специальные беговые упражнения, эстафеты с элементами футбола	Формирование положительного отношения учащихся к занятиям физической культурой, накопление необходимых знаний, умений в использовании ценностей физической культуры для достижения лично значимых результатов в физическом совершенстве
				Легкая атлетика (10 часов)			
93		Кроссовая подготовка. Бег на средние дистанции. Развитие выносливости	Урок общепедогогической направленности	Формирование у учащихся деятельностных способностей и способностей к структурированию и систематизации изучаемого предметного содержания: повторение инструктажа по ТБ на занятиях легкой атлетике в подгруппах; коллективное проведение специальных легкоатлетических беговых упражнений, многококов; изучение техники темпового бега на средние дистанции	Знать, как выполнять остановку катящегося мяча подошвой	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и излагать его в устной и письменной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов и информационных технологий. Регулятивные: уметь самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. Познавательные: уметь выполнять комплекс упражнений в движении, демонстрировать технику остановки мяча разными способами	Формирование положительного отношения учащихся к занятиям физической культурой, накопление необходимых знаний, умений в использовании ценностей физической культуры для достижения лично значимых результатов в физическом совершенстве

94		Кроссовая подготовка. Эстафетный бег. Развитие выносливости	Урок рефлексии	Формирование у учащихся способностей к рефлексии коррекционно-контрольного типа и реализации коррекционной нормы (фиксирования собственных затруднений в деятельности): индивидуальный высокий старт до 15 м, бег с ускорением до 40-50 м; групповое выполнение встречной эстафеты; повторение техники выполнения специальных беговых упражнений; старты из различных положений; проектная работа в парах «сильный- слабый»	Знать технику безопасности на занятиях по легкой атлетике. Понимать значение легкоатлетических упражнений на организм человека	Коммуникативные: уметь логически грамотно излагать, аргументировать и обосновывать собственную точку зрения, доводить ее до собеседника. Регулятивные: уметь адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Познавательные: уметь пробегать средние дистанции, контролировать состояние своего организма, уметь определять ЧСС	Развитие мотивов учебной деятельности, умения обобщать, анализировать, творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях; развития самостоятельности и личной ответственности
95		Кроссовая подготовка. Преодоление полосы препятствий. Развитие выносливости	Урок общедологической направленности	Формирование у учащихся деятельностных способностей и способностей к структурированию и систематизации изучаемого предметного содержания: самостоятельная работа по выполнению специальных беговых упражнений, упражнений в движении; коллективное преодоление полосы препятствий с использованием бега, ходьбы, прыжков, лазанья	Знать технику безопасности на занятиях по легкой атлетике. Понимать значение легкоатлетических упражнений на организм человека	Коммуникативные: уметь логически грамотно излагать, аргументировать и обосновывать собственную точку зрения, доводить ее до собеседника. Регулятивные: уметь адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Познавательные: уметь пробегать средние дистанции, контролировать состояние своего организма, уметь определять ЧСС	Развитие мотивов учебной деятельности, умения обобщать, анализировать, творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой

96	Развитие силовой выносливости. Бег на 1000 м	Урок общедоходической направленности	Формирование у учащихся деятельностных способностей и способностей к структурированию и систематизации изучаемого предметного содержания: самостоятельная работа по выполнению комплекса общеразвивающих упражнений в движении, специальных беговых упражнений; коллективный бег на 1000 м на результат	Знать технику выполнения высокого и низкого старта, встречных легкоатлетических эстафет, бега с ускорением	Коммуникативные: устанавливать рабочие отношения, оказывать посильную помощь товарищу при выполнении физических упражнений. Регулятивные: уметь адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Познавательные: уметь выполнять встречные эстафеты, демонстрировать технику бега с ускорением, выполнять старты из различных положений	Формирование положительного отношения учащихся к занятиям физической культурой, накопление необходимых знаний, умений в использовании ценностей физической культуры для достижения лично значимых результатов в физическом совершенстве
97	Развитие скоростных способностей. Метание малого мяча	Урок развивающего контроля	Формирование у учащихся умений к осуществлению контрольной функции; контроль и самоконтроль изученных понятий, алгоритма проведения самопроверки и взаимопроверки: выполнение контрольных заданий по алгоритму с последующей самопроверкой по памятке выполнения задания; коллективное выполнение общеразвивающих упражнений в движении; проектирование способов выполнения дифференцированного домашнего задания; комментирование выставленных оценок; корректировка техники выполнения специальных беговых упражнений; бег на 60 м на результат в парах «сильный — слабый»; корректировка техники выполнения метания мяча на дальность	Знать, как проводятся общеразвивающие упражнения в движении, как правильно преодолевать полосу препятствий	Коммуникативные: уметь слушать и слышать друг друга и учителя, брать на себя инициативу в организации совместной деятельности, сохранять уважительное и толерантное отношение друг к другу. Регулятивные: уметь сохранять заданную цель, адекватно оценивать свои действия, формировать способность к преодолению препятствий и самокоррекции. Познавательные: уметь выполнять комплекс упражнений в движении, демонстрировать технику бега на короткие дистанции, правильно преодолевать полосу препятствий	Развитие мотивов учебной деятельности, умения осуществлять поиск информации по вопросам развития современных оздоровительных систем, обобщать, анализировать, творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой

98		Развитие скоростных способностей. Бег на короткие дистанции. Бег на 30 м. Влияние легкоатлетических упражнений на различные системы организма	Урок общедоходической направленности	Формирование у учащихся деятельностных способностей и способностей к структурированию и систематизации изучаемого предметного содержания: комплексная проверка домашнего задания по алгоритму выполнения задания; поиск материалов по истории легкой атлетики с использованием справочной литературы и ресурсов Интернета; корректировка техники выполнения специальных беговых упражнений; бег на 30 м на результат в парах; коллективная беседа о влиянии легкоатлетических упражнений на различные системы организма	Знать, как выполнять замах руки при метании малого мяча	Коммуникативные: использовать и излагать ранее изученное содержание в устной форме, выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. Регулятивные: уметь сохранять заданную цель, контролировать свою деятельность по результату. Познавательные: уметь демонстрировать технику отведения руки для замаха при метании мяча, пробегать с максимальной скоростью 30 м	Развитие умения максимально проявлять свои физические способности (качества) при выполнении
99		Развитие скоростно-силовых качеств. Эстафетный бег. Прыжок в высоту с разбега. Метание малого мяча	Урок «открытия» нового знания	Формирование у учащихся умений построения и реализации новых знаний (понятий, способов действий): изучение комплекса общеразвивающих упражнений в движении, специальных беговых упражнений; обучение технике выполнения прыжка в высоту с разбега способом «перешагивание»; корректировка техники выполнения метания малого мяча на дальность в коридоре 5-6 м в парах	Знать технику бега на короткие дистанции, уметь объяснять значение легкоатлетических упражнений	Коммуникативные: представлять конкретное содержание и излагать его в устной и письменной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов и информационных технологий. Регулятивные: уметь самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. Познавательные: уметь выполнять специальные беговые упражнения, демонстрировать технику бега на короткие дистанции	Развитие мотивов учебной деятельности, умения обобщать, анализировать, творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой; развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях

100		Развитие скоростносиловых качеств. Эстафетный бег. Метание малого мяча. Прыжок в высоту с разбега	Урок общедоходогиической направленности	Формирование у учащихся деятельностных способностей к структурированию и систематизации изучаемого предметного содержания: комплексное повторение общеразвивающих упражнений с теннисным мячом, специальных беговых упражнений; тест с последующей взаимопроверкой по алгоритму выполнения задания «Разнообразные прыжки и многоскоки»; корректировка техники выполнения метания малого мяча на заданное расстояние при консультативной помощи учителя; закрепление и совершенствование техники выполнения прыжка в высоту с разбега способом «перешагивание» в подгруппах	Знать технику выполнения прыжка в высоту с разбега, технику метания малого мяча на дальность	Коммуникативные: уметь логически грамотно излагать, аргументировать и обосновывать собственную точку зрения, доводить ее до собеседника. Регулятивные: уметь адекватно понимать оценку взрослого и сверстников. Познавательные: уметь демонстрировать технику прыжка в высоту с разбега, технику метания малого мяча на дальность	Развитие мотивов учебной деятельности, умения осуществлять поиск информации по вопросам развития современных оздоровительных систем, обобщать, анализировать, творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой
101		Развитие скоростно-силовых качеств	Урок рефлексии	Формирование у учащихся способностей к рефлексии коррекционно-контрольного типа и реализации коррекционной нормы (фиксирования собственных затруднений в деятельности): индивидуальная и парная работа по выполнению общеразвивающих упражнений в движении; коллективная проверка выполнения домашнего задания; коллективное выполнение специальных беговых и прыжковых упражнений; коллективное проведение игры с элементами легкой атлетики	Знать технику выполнения прыжка в высоту с разбега, технику метания малого мяча на заданное расстояние	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, уметь обосновывать свою точку зрения и доказывать собственное мнение. Регулятивные: уметь самостоятельно выделять и формировать познавательную цель, искать и выделять необходимую информацию, осуществлять пошаговый и итоговый контроль. Познавательные: уметь демонстрировать технику прыжка в высоту с разбега, технику метания малого мяча на дальность	Развитие мотивов учебной деятельности, умения обобщать, анализировать, творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой

102		Сдача зачетов по физической подготовке	Урок развивающего контроля	Формирование у учащихся умений к осуществлению контрольной функции; контроль и самоконтроль изученных понятий, алгоритма проведения самопроверки и взаимопроверки: выполнение контрольных заданий по алгоритму с последующей самопроверкой по памятке выполнения задания; комментирование выставленных оценок; индивидуальная сдача контрольных упражнений по легкой атлетике; самостоятельное проведение подвижных игр на выбор учащихся	Знать, как проводятся контрольные упражнения по легкой атлетике, подвижные игры на выбор	Коммуникативные: эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, уметь обосновывать свою точку зрения и доказывать собственное мнение. Регулятивные: уметь самостоятельно выделять и формировать познавательную цель, искать и выделять необходимую информацию; осуществлять итоговый контроль. Познавательные: уметь демонстрировать контрольные упражнения по легкой атлетике; проводить разнообразные подвижные игры	Развитие умения максимально проявлять свои физические способности (качества) при выполнении тестовых упражнений по физической культуре
-----	--	--	----------------------------	---	--	---	--

8. Описание учебно-методического и материально-технического обеспечения образовательного процесса

Учебно-методическое обеспечение

1. Учебники, тетрадь

№	Автор	Название	Издательство, год издания	Класс	Наличие электронного приложения
1	под редакцией М.Я. Виленского	Физическая культура. 5-7 классы	М.:Просвещение, 2014	5	

2 Учебно-методические пособия

№	Автор	Название	Издательство, год издания	Класс
1	Патрикеев А.Ю.	Поурочные разработки по физической культуре. 5 класс.	М.: ВАКО, 2015.	5
2	Ковальков И.И.	Поурочные разработки по физической культуре: 5-9 классы.	М.: ВАКО, 2013.	5
3	Колодницки й Г.А., Кузнецов В.С., Маслов М.В.	Внеурочная деятельность учащихся. Волейбол: пособие для учителей и методистов.	М.: Просвещение, 2011.	5
4	Колодницки й Г.А., Кузнецов В.С., Маслов М.В.	Внеурочная деятельность учащихся. Легкая атлетика: пособие для учителей и методистов.	М.: Просвещение, 2011.	5
5	Гуревич И.А.	Физическая культура и здоровье. 300 соревновательноигровых заданий. Учебно-методическое пособие.	М.: Высшая школа, 2011.	5
6	Погадаев Г.И.	Народные игры на уроках физической культуры и во внеурочное время. 1-11 классы.	М.: Дрофа, 2010.	5
7	Фатеева Л.П.	300 подвижных игр для младших школьников. Пособие.	Ярославль: Академия развития, 2000.	5
8	Лях В.И.	Физическая культура. Тестовый контроль. 5-9 класс.	М.: Просвещение, 2014	5

3 Электронные образовательные ресурсы, применяемые при изучении предмета (курса)

№	Название ресурса (автор, ссылка на Интернет-ресурс)
1	http://www.fizkulturavshkole.ru/
2	http : //www. shkola-press.ru
3	http://www.km.ru:
4	Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов. http://school-collection.edu.ru
5	http://www.1september.ru

2 Материально-техническое обеспечение

1 Учебное оборудование

№	Название учебного оборудования
1	Комплект оборудования для гимнастики.
2	Комплект оборудования для ОФП.
3	Комплект оборудования для легкой атлетики.
4	Комплект оборудования для волейбола.
5	Комплект оборудования для баскетбола.
6	Комплект оборудования для футбола.
7	Комплект оборудования для подвижных игр.

2 Компьютерная техника и интерактивное оборудование

№	Название учебного оборудования
1	Компьютер
2	Проектор
3	Экран