**Практическая работа № 8**

**Итоговая работа ( допуск к зачету)**

Разработайте календарно - тематическое планирование в соответствии с ранее разработанной Вами программой (для 1 или 5 класса), прикрепите в личном дистанционном кабинете и вышлите на проверку.

**Календарно-тематическое планирование**

**уроков физической культуры 5 класс**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Сроки прове**  **де**  **ния** | | №  **Уро**  **ка** | | **Тема (раздел), кол-во часов** | **Цели, задачи  урока** | **Виды деятельности** | **Планируемые результаты** | | |
| **Предметные** | **Метапредметные** | **Личностные** |
|  | |  | |  |  | **1 четверть – 18часов** |  |  |  |
|  | | **1.** | | **Легкая атлетика**  **14 часов**  (Спринтерский бег, технические виды, бег на длинные дистанции) | Инструктаж по Т.Б. Высокий старт. Специальные беговые упражнения. | Инструктаж по Т.Б. Высокий старт (15- 20 м.), стартовый разгон, бег по дистанции. Специальные беговые упражнения. Встречные эстафеты. Развитие выносливости. | Знать требования инструкций. Устный опрос | *Познавательные УУД*: осваивать универсальные основные понятия и термины навыков л/атлетики.  *Коммуникативные УУД*: уметь работать в парах.  *Регулятивные УУД:* осваивать технику упражнений.  Осваивать универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной деятельности.  *Познавательные УУД*:знания о влияние легкоатлетических упражнений на здоровье. | соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время занятий. Составлять индивидуальный режим дня. |
|  | | **2.** | |  | Развитие выносливости  Спринтерский бег. Прыжки с места. | Низкий старт до 30м. стартовый разгон. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростных качеств | Уметь пробегать 30м. с низкого старта |
|  | | **3.** | |  | Совершенствование техники низкого старта. Развитие скоростных качеств | Низкий старт до 60м специальные беговые упражнения. Бег на результат 30м. Развитие скоростных качеств и прыгучести | Уметь пробегать 30м. с низкого старта. |
|  | | **4.** | |  | Спринтерский бег. Прыжки в длину с места | Совершенствование бега на короткие дистанции. Низкий старт. Бег на 60м. Специальные беговые упражнения. Эстафетный бег. | Уметь выполнять прыжок с места Пробегать 60м. с низкого старта | *Регулятивные УУД:* осваивать технику передачи эстафетной палочки.  *Регулятивные УУД:* Осваивать универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной деятельности.  *Регулятивные УУД:* осваивать технику передачи эстафетной палочки.  *Коммуникативные УУД:*взаимодействие со сверстниками в эстафетном беге.  *Регулятивные УУД:* Осваивать универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной деятельности.  *Регулятивные УУД:* осваивать технику прыжка в длину способом «согнув ноги», прыжок с 7-9 шагов.  *Познавательные УУД*: осваивать терминологию прыжков в длину.  *Регулятивные УУД*: определять и устранять типичные ошибки. | Описывать технику выполнения беговых упражнений, осваивать ее самостоятельно, выявлять и устранять характерные ошибки в процессе освоения |
|  | | **5.** | |  | Совершенствование техника низкого старта. Стартовый разгон. Бег на 60 м. | Бег на результат 60м. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростных качеств. | Уметь пробегать 60м. на результат |
|  | | **6.** | |  | Эстафетный бег. Развитие скоростных качеств. | Беговые упражнения. Развитие скоростных качеств. Встречные эстафеты. Передача эстафетной палочки. Игра «Разведчики и часовые» | Уметь передавать эстафетную палочку. |
|  | | **7.** | |  | Эстафетный бег. Метание малого мяча. Развитие скоростных и силовых качеств. | Беговые упражнения. Метание малого мяча 150 гр. в цель. Развитие скоростных качеств. Встречные эстафеты. Передача эстафетной палочки. Игра «Разведчики и часовые» | Уметь передавать эстафетную палочку. Уметь выполнять метание мяча в цель. |
|  | | **8.** | |  | Развитие скоростно-силовых качеств.  Прыжки в длину.  Метание мяча. | Метание мяча на дальность с разбега. Прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги». | Уметь выполнять метание мяча на дальность, прыгать в длину с 13-15 шагов с разбега. |
|  | | **9.** | |  | Метание мяча. Прыжки с разбега. Развитие скоростно- силовых качеств | Метание мяча на дальность из трех попыток на лучший результат. Прыжок в длину способом «согнув ноги». Развитие скоростно-силовых качеств | Уметь выполнять метание мяча на дальность с разбега, прыгать в длину с 13-15 беговых шагов. | *Регулятивные УУД:* осваивать технику прыжка в длину способом «согнув ноги», прыжок с 7-9 шагов.  *Регулятивные УУД*: определять и устранять типичные ошибки.  *Регулятивные УУД*: определять и устранять типичные ошибки | Описывать технику выполнения беговых упражнений и технику прыжка в длину с разбега.  соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время бега.  соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время игры.  соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время эстафеты |
|  | | **10.** | |  | Бег с преодолением препятствий. Прыжки в длину. | Прыжки в длину с разбега способом «согнув ноги». Челночный бег 3х10м.  Развитие координации, прыгучести. | Уметь прыгать в длину с разбега, правильно приземляться.  Уметь выполнять бег 3Х10 м на результат. |
|  | | **11.** | |  | Прыжки в длину. Развитие скоростно- силовых способностей. | Прыжки в длину с разбега способом «согнув ноги». Специальные беговые упражнения. Развитие скоростно-силовых способностей. Челночный бег 3х10м. | Уметь выполнять прыжок с разбега на максимальный результат. |
|  | | **12.** | |  | Бег на длинные  дистанции | Специальные беговые упражнения. Развитие выносливости. Бег с разной интенсивностью (рваный бег). Подвижные игры | Уметь пробегать дистанцию до 1000м. |
|  | | **13.** | |  | Развитие скоростной выносливости, силы | Бег 1000м на результат Подвижные игры. Бросок набивного мяча (1-2кг). Специальные беговые упражнения | Уметь выполнять бег 1000м с максимальной скоростью. |
|  | | **14.** | |  | Развитие скоростной выносливости, силы | Бег длительностью 6 мин. Бросок набивного мяча (1-2кг). Специальные беговые упражнения | Уметь выполнять 6 мин бег с максимальной скоростью. |
|  | | **15.** | | **Спортивные игры**  .**баскетбол-2** | Развитие координационных способностей | Т.Б. на уроках баскетбола. Правила игры. Техника ведения мяча. | Знать правила игры в, баскетболе терминалогию.Уметь взаимодействовать друг с другом. | *Познавательные* *УУД*:знание терминологии в волейболе,баскетболе  *Регулятивные УУД*: осваивать технику перемещений, передач.  *Коммуникативные УУД*: уметь работать в паре, группе.  *Регулятивные УУД*: осваивать технику перемещений, передач.  *Коммуникативные УУД*: уметь работать в паре, группе.  *Регулятивные УУД*: осваивать технику перемещений, передач.  *Коммуникативные УУД*: уметь работать в паре.  *Регулятивные УУД*: осваивать технику перемещений приставными шагами боком, лицом, спиной.  *Познавательные УУД*: уметь описывать технику игровых приёмов и действий, осваивать их самостоятельно.  *Коммуникативные УУД:*взаимодействие со сверстниками в процессе обучения  *Регулятивные УУД*: самостоятельно изучение приёмов, выявляя и устраняя типичные ошибки.  *УУД*: определять и устранять типичные ошибки. *Коммуникативные УУД*: умение взаимодействовать со сверстниками в учебном процессе |
|  | | **16.** | |  | Развитие координационных способностей | Правила игры. Техника ведения мяча, остановка мяча. Работа в группах. | Уметь выполнять ведение мяча , остановки мяча. Знать амплуа игроков |
|  | | **17.** | | Волейбол-2 | Развитие координационных способностей | Техника передач мяча. Взаимодействие игроков | Уметь выполнять  остановки и передачи мяча. |
|  | | **18.** | |  | Развитие координационных и коммуникативных способностей | Встречные эстафеты с мячом | Уметь правильно выполнять технические действия |
|  | |  | |  |  | **2 четверть – 16 час** |  |  |  |
|  | | **19.** | | Самбо.11ч  гимнастика с основами акробатики | Безопасность учащихся на уроках гимнастики. Приемы самостраховки.  Строевые упражнения. Развитие гибкости, ловкости, равновесия | Инструктаж по ТБ на уроках гимнастики. Перестроение в строю. Страховка на уроках. Понятие о гибкости, ловкости и силы. Развитие гибкости ОРУ со скакалкой | Уметь выполнять упражнения на гибкость и подвижность | *Регулятивные УУД*: постановка цели, планирование, прогнозирование результатов.  *Коммуникатив-ные*  *УУД*: уметь находить общий язык со сверстниками.  *Коммуникатив-ные*: уметь находить общий язык.  *Регулятивные*: уметь выявлять и корректировать простейшие ошибки  *Коммуникатив-ные*: уметь вести себя в коллективе.  . |  |
|  | | **20.** | |  | Удержание.. Акробатические упражнения. | . Выполнение удержаний требует умений от занимающихся сохранять равновесие на подвижной опоре. Изучению удержаний способствуют упражнения с партнером в положении лежа (перекаты, кувырки, передвижения, перетаскивания и поднимание лежащего и др.). При изучении удержаний особое внимание следует обратить на способность ученика концентрировать свой вес на противнике, сковывать этим 16 его движения (на создание опоры рукой или ногой в направлении ухода противника и на захват его рук).. | Уметь выполнять строевые упражнения, упражнения в акробатике. |
|  | | **21.** | |  | Перевороты.Строевые упражнения. Развитие основных физических качеств. Упражнения в акробатике. | Перевороты в самбо применяются для подготовки к выполнению удержаний и болевых приемов (на следующих этапах). Материал предполагает последовательное увеличение сложности, изучение активных и пассивных защит, контратакующих действий. В основе своей перевороты являются хорошим базовым материалом для изучения бросков на последующих, равновесие, «мост», Развитие гибкости, силы, координационных способностей. | Уметь выполнять упражнения на бревне на результат. Знать последовательность элементов акробат. комб. Выполнять технику лазания по канату в два приема | формирование упорства в достижении цели |
|  | | **22.** | |  | Болевые упражнения. Акробатика. Лазание по канату. | При изучении приемов особое внимание необходимо обращать на безопасность их проведения. Страховка заключается в плавном проведении приема и прекращение его по первому сигналу партнера. При самостраховке ученик должен напрягать мышцы рук и ног и своевременно подавать сигнал для прекращения приема. Лазание по канату с помощью и без помощи ног. Развитие гибкости, ловкости, силы. | Уметь выполнять акробатическую комбинацию, лазать по канату. |
|  | | **23**  24 | |  | Выведение в равновесии.. Лазание по канату | В процессе изучения и совершенствования бросков «выведение из равновесия» рекомендуется использовать различные игры, в основе которых заложены принципы сохранения равновесия: «петушиный бой», «фехтование» и др.  Лазание по канату, с помощью ног(девочки), без помощи ног (мальчики).. | Уметь выполнять акробатическую комбинацию, лазать по канату. | *Регулятивные*: уметь выявлять и корректировать простейшие ошибки  *Коммуникатив-ные*: уметь страховать и помогать партнеру.  *Познавательные*: самостоятельно  осваивать изучаемый элемент.  *Коммуникативные*: уметь работать в паре.  *Познавательные*: Уметь формировать цель в обучении подтягиваниям | Самообразование – мотивация учебной деятельности, самооценка на основе критериев успешной учебной деятельности |
|  | | **25** | |  | Броски захватом ног.Самбо как вид спорта. Развитие гибкости, ловкости, силы, быстроты. | При бросках захватом ног, помимо перемещения в горизонтальном направлении, самбист должен уметь маневрировать по вертикали, т.е. быстро приседать. Техника безопасности и профилактика травматизма на занятиях Самбо. История возникновения Самбо, ОРУ. | Знать теоретические основы самбо и ТБ в этом виде спорта Выполнять прыжки через скакалку, ОРУ |
|  | | **26** | |  | Самбо .Подножки. Развитие гибкости, ловкости, силы, быстроты. | Для изучения подножек необходимо предварительно разучить упражнения с выпадами в различных направлениях, с движениями рук и туловища. Основное внимание следует обратить на координацию движений рук и ног. Перед разучиванием подножек на пятке рекомендуется выполнять упражнения в падении на ковер с партнерами.. | Уметь выполнять ОРУ разминки, элементы безопасности при падении |  |  |
|  |
|  | | **27** | |  | Подсечки. Развитие гибкости, ловкости, силы, быстроты. | . Подсечки изучаются в следующем порядке: 1) варианты, не требующие сложных и значительных перемещений атакующего (боковая подсечка, передняя подсечка без падения); 2) варианты при простых (прямолинейных) перемещениях атакующего – отшагивание, подшагивание, падение и т.п.; 3) варианты со сложными движениями и перемещениями противника и атакующего (заведения, в темп шагов и т.п.). | Уметь выполнять страховку заднюю, переднюю | *Регулятивные*: планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.  *Познавательные* – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.  *Регулятивные*: уметь выявлять и корректировать простейшие ошибки, дозированно выполнять упражнения. |  |
|  | | **28** | |  | Зацепы.Развитие общей выносливости | Зацепы изучают в следующей последовательности: броски зацепом голенью, затем стопой. В каждой группе приемы распределяются по сложности перемещения.Метод круговой тренировки6 работа по станциям на укрепление силы мышц рук, ног,. | Уметь выполнять упражнения методом круговой тренировки  Знать основные понятия о выносливости и набор упражнений не её развитие |
|  | | **29** | |  | Бросок через голову.Развитие общей выносливости | Изучение приемов этой группы требует проведения предварительной работы по развитию подвижности позвоночника, укреплению силы мышц ног и туловища. Особое внимание нужно обратить на развитие силы косых мышц живота и других мышц, участвующих при выполнении поворотов туловища. | Уметь выполнять подъем туловища из |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  |
| положения лежа на спине на результат |
|  | | **30** | | Лёгкая атл.-5 | Развитие силы, ловкости, гибкости. | ОРУ в беге и на месте, упражнения на растяжку. Бросок выведение из равновесия рывком, толчком. | Уметь выполнять упражнения на растяжку, бросок выведения из равновесия рывком, толчком | *Регулятивные*: формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками  в парах и группах при разучивании  упражнений. |  |
|  | | **31** | |  | Развитие силы, ловкости, координации | ОРУ в беге. Подвижные игры с мячом. Бросок выведение из равновесия рывком, толчком. | Уметь выполнять бросок выведения из равновесия |
|  | | **32** | |  | Развитие силы, прыгучести. | Прыжки через скакалку, ОРУ. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на результат (техника ГТО) | Уметь владеть техникой при сгибании и разгибании рук в упоре лежа на результат | *Коммуникатив-ные*: способы организации рабочего места  *Коммуникатив-ные:*формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности  инструктивно  действовать даже в ситуациях неуспеха. |  |
|  | | **33**  34 | |  | Развитие гибкости, ловкости, силы, быстроты. | Беговые и прыжковые ОРУ. Страховка задняя, передняя. Бросок с захватом одной ноги | Уметь выполнять упражнения с захватом |
|  | |  | |  |  | **3 четверть – 19часов** |  |
|  | | **35.** | | Баскетбол-3ч | Ведение мяча с изменением скорости. Ловля и передача мяча двумя руками от груди. | Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча с изменением скорости. Ловля и передача мяча двумя руками от груди на месте в круге. Бросок двумя руками от головы с места. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных качеств. | Уметьиграть в баскетбол по упрощённым правилам. Выполнять правильно технические действия в игре | уметь проявлять инициативу. |
|  | | **36** | |  | Развитие координационных способностей.  Бросок одной рукой от плеча.  Позиционное нападение и личная защита. | Сочетание приемов передвижений и остановок, приемов передач, ведения и бросков. Бросок одной рукой от плеча. Позиционное нападение и личная защита в игровых взаимодействиях 2х1.. Учебная игра. Правила баскетбола. | Уметь  играть в баскетбол по упрощённым правилам. Сочетать приемы в игре  Выполнять бросок одной рукой от плеча |
|  | | **37** | |  | Развитие координационных способностей.  Ведение мяча с изменением скорости и высоты отскока. | Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча с изменением скорости и высоты отскока. Сочетание приёмов: (ведение-остановка-бросок). | Уметьиграть в баскетбол по упрощённым правилам,  сочетать приёмы ведения, остановки, броска с изменением скорости и высоты отскока мяча | Уметь проявлять инициативу.  Проявление терпения и инициативы |
|  | | **38** | | **Лёгкая атлетика**  **4часа** | Инструктаж по Т.Б. Прыжки с места. | Т.Б на уроках л/атлетики. Прыжки в длину с места. Специальные беговые упражнения. Прыжки со скакалкой. Эстафеты | Знать Т.Б. при выполнении прыжка в длину с места | *Познавательные УУД*: умения анализировать и корректировать технику прыжка.  *Регулятивные УУД*: самостоятельно выявлять и устранять типичные ошибки.  *Познавательные УУД:* умения анализировать и корректировать технику метания мяча  *Коммуникатив-ные УУД:*взаимодействие со сверстниками в эстафетном беге. | соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время выполнения прыжков  соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время выполнения метания мяча |
|  | | **39** | |  | Развитие скоростно-силовых качеств  Прыжки в длину с места. | Прыжки в длину с места. Специальные беговые упражнения. Прыжки со скакалками. Эстафеты | Уметь выполнять прыжок в длину |
|  | | **40** | |  | Развитие скоростно-силовых качеств.  Метание мяча. | Пробегание отрезков 50-80м. Эстафетный бег. Метание мяча на дальность в коридоре 10м. с разбега. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростно-силовых качеств. | Уметь выполнять метание |
|  | | **41** | |  | Развитие скоростно-силовых качеств Бег на 60м. Метание мяча. | Бег на 60м. Метание мяча на дальность в коридоре 10м. с разбега. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростно-силовых качеств. | Уметь выполнять метание. Владеть техникой бега на 60м |  |
|  |  |
|  |  |
|  |
|  |
| *Регулятивные УУД*: самостоятельно выявлять и устранять типичные ошибки |  |
|  | | **42** | | Самбо-9 | Бросок через бедро. Развитие скоростно-силовых качеств  Бег на 60м. Метание мяча. | . Изучение приемов этой группы требует проведения предварительной работы по развитию подвижности позвоночника, укреплению силы мышц ног и туловища. Особое внимание нужно обратить на развитие силы косых мышц живота и других мышц, участвующих при выполнении поворотов туловища. | Уметь выполнять метание. Владеть техникой бега на 60м |  |
|  | | **43** | |  | Бросок через спину. Развитие скоростно-силовых качеств.  Метание мяча на дальность. | . Изучение приемов этой группы требует проведения предварительной работы по развитию подвижности позвоночника, укреплению силы мышц ног и туловища. Особое внимание нужно обратить на развитие силы косых мышц живота и других мышц, участвующих при выполнении поворотов туловища. | Уметь выполнять метание мяча на дальность. | *Регулятивные УУД:*Осваивать универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной деятельности.  *Регулятивные УУД*: определять и устранять типичные ошибки.  *Познавательные УУД*: осваивать терминологию прыжков в длину.  *Регулятивные УУД:*осваивать технику подбора разбега.  *Регулятивные УУД*: определять и устранять типичные ошибки.  *Регулятивные УУД:*Осваивать универсальные умения управлять эмоциями в процессе учебной деятельности. |  |
|  | | **44** | |  | Самозащита от захватов рук. Спринтерский бег. Прыжки с разбега | Техника самозащиты строится на основе использования следующих основных требований: 1. Выведения противника из равновесия (физического и психологического). 2. Увеличение эффективности выполнения приемов за счет увеличения быстроты движений; Бег на 300м. Прыжки в длину с разбега | Владеть техникой прыжка с разбега. |
|  | | **45** | |  | Самозащита от захватов рук. Спринтерский бег. | Знание уязвимых точек для воздействия на противника. При этом, внимание обращается на возможные опасные для здоровья последствия этих действий. Правомерность применения приемов самозащиты. Знание требований «необходимой самообороны». | Уметь пробегать 300м |
|  | | **46** | |  | Самозащита от захватов двумя руками. Прыжки в длину с разбега «способом согнув ноги» | .Знание уязвимых точек для воздействия на противника. При этом, внимание обращается на возможные опасные для здоровья последствия этих действий. 4. Правомерность применения приемов самозащиты. Знание требований «необходимой самообороны».Прыжки в длину с разбега | Владеть техникой прыжка. |
|  | | **47** | |  | Броски ногами | . требуют от самбиста точности движений (особенно ногами), своевременной потери и восстановления равновесия в нужном направлении, умения безопасно падать через различные препятствия. | Владеть техникой гладкого бега |
|  | | **48** | |  | . Броски ногами  Полоса препятствий. | требования от самбиста точности движений (особенно ногами), своевременной потери и восстановления равновесия в нужном направлении, умения безопасно падать через различные препятствия.Легкоатлетическая полоса препятствий. | Уметь преодолевать полосу препятствий |
|  | | **49** | |  | Броски туловищем. Развитие выносливости | Изучение приемов этой группы требует проведения предварительной работы по развитию подвижности позвоночника, укреплению силы мышц ног и туловища. Особое внимание нужно обратить на развитие силы косых мышц живота и других мышц, участвующих при выполнении поворотов туловищаБег на 2000м. на результат. Специальные беговые упражнения. | Уметь бежать в равномерном темпе. | *Регулятивные УУД:*осваивать технику бега в равномерном темпе  *Регулятивные УУД:*осваивать технику передачи эстафетной палочки. |
|  | | **50** | |  | Броски туловищем. Развитие быстроты  Эстафетный бег. | Изучение приемов этой группы требует проведения предварительной работы по развитию подвижности позвоночника, укреплению силы мышц ног и туловища. Особое внимание нужно обратить на развитие силы косых мышц живота и других мышц, участвующих при выполнении поворотов туловищаЭстафетный бег 4х50м. специальные беговые упражнения. | Уметь передавать эстафетную палочку | Описывать технику выполнения упражнений, осваивать ее самостоятельно, выявлять и устранять характерные ошибки в процессе освоения |
|  | | **51** | | **Волейбол**  **3 часа** | Развитие быстроты и координации | Челночный бег 3Х10 м, Встречные эстафеты в беге и прыжках. | Уметь правильно выполнять челночный бег | *Регулятивные УУД:*осваивать технику бега в быстром темпе |  |
|  | | 52 | |  | Развитие координационных способностей | ТБ в волейболе. Терминология. Стойка игрока. Перемещения в стойке (боком, лицом и спиной вперёд). Передача мяча двумя руками сверху над собой и после перемещения вперёд. Встречные эстафеты. | Уметь правильно выполнять технические действия | *ПознавательныеУУД*:знание терминологии в волейболе.  *Регулятивные УУД*: осваивать технику перемещений, передач.  *Коммуникативные УУД*: уметь работать в паре, группе. |  |
|  | | **53** | |  | Развитие координационных способностей | Совершенствование техники перемещений и передач мяча двумя руками сверху | Уметь выполнять передачи и перемещения | *Регулятивные УУД*: самостоятельно изучение приёмов, выявляя и устраняя типичные ошибки. |  |
|  |  |  | |  | **4 четверть – 15 часов** |  |  |  |
|  | **54** | **Баскетбол**  **5 часов** | | Передвижения и остановки, передачи, ведение и бросок.  Развитие координационных способностей | Сочетание приемов передвижений и остановок, приемов передач, ведения и бросков. Бросок одной, двумя руками в прыжке. Правила баскетбола. | Знать  Правила игры в баскетбол |
|  | **55** |  | | Развитие координационных способностей  Бросок одной рукой | Сочетание приемов передвижений и остановок, приемов передач, ведения и бросков. Бросок одной рукой от плеча . Позиционное нападение и личная защита в  игровых взаимодействиях 2х1. Учебная игра. Правила баскетбола. | Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам, применять в игре технические приемы. | *Регулятивные УУД*: определять и устранять ошибки.  *Регулятивные УУД:*осваивать технику броска.  *Коммуникатив-ные*УУД: уметь моделировать и организовывать групповые действия с мячом.  *Регулятивные УУД:*определять и давать оценку своему двигательному действию. Уметь устранять типичные ошибки.  *Коммуникатив-ные*УУД: уметь моделировать и организовывать групповые действия с мячом.  *Регулятивные УУД*: определять и устранять типичные ошибки.  *Регулятивные УУД:*осваивать технику ведения мяча с изменением скорости и высоты отскока.  *Коммуникати-вные*УУД: умение взаимодействовать со сверстниками в игре. |
|  | **56** |  | | Развитие координационных способностей.  Бросок одной рукой от плеча. | Ведение мяча на месте правой (левой) рукой. Остановка прыжком. Ловля и передача мяча двумя руками от груди на месте в парах с шагом. | Выполнять бросок одной, двумя руками от плеча из-за головы |
|  | **57** |  | | Ведение мяча с изменением скорости. Ловля и передача мяча двумя руками от груди. | Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча с изменением скорости. Ловля и передача мяча двумя руками от груди на месте в круге. Бросок двумя руками от головы с места. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных качеств. | Уметьиграть в баскетбол по упрощённым правилам. Выполнять правильно технические действия в игре | уметь проявлять инициативу. |
|  | **58** |  | | Развитие координационных способностей.  Бросок одной рукой от плеча.  Позиционное нападение и личная защита. | Сочетание приемов передвижений и остановок, приемов передач, ведения и бросков. Бросок одной рукой от плеча. Позиционное нападение и личная защита в игровых взаимодействиях 2х1.. Учебная игра. Правила баскетбола. | Уметь  играть в баскетбол по упрощённым правилам. Сочетать приемы в игре  Выполнять бросок одной рукой от плеча |
|  | **59** | Волейбол-2 | | Развитие координационных способностей.  Ведение мяча с изменением скорости и высоты отскока. | Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча с изменением скорости и высоты отскока. Сочетание приёмов: (ведение-остановка-бросок). | Уметьиграть в баскетбол по упрощённым правилам,  сочетать приёмы ведения, остановки, броска с изменением скорости и высоты отскока мяча | Уметь проявлять инициативу.  Проявление терпения и инициативы |
|  | **60** |  | | Развитие координационных качеств.  Передача мяча в тройках со сменой мест. Штрафной бросок. | Передача мяча в тройках со сменой мест. Штрафной бросок. Учебная игра. Игровые задания 2x1, 3x2. Учебная игра. Развитие координационных способностей | Уметь играть в баскетбол по упрощённым правилам. Выполнять правильно технические действия в игре |
|  | **61** | **Лёгкая атлетика**  **5 часов** | | Инструктаж по Т.Б. Прыжки с места. | Т.Б на уроках л/атлетики. Прыжки в длину с места. Специальные беговые упражнения. Прыжки со скакалкой. Эстафеты | Знать Т.Б. при выполнении прыжка в длину с места | *Познавательные УУД*: умения анализировать и корректировать технику прыжка.  *Регулятивные УУД*: самостоятельно выявлять и устранять типичные ошибки.  *Познавательные УУД:* умения анализировать и корректировать технику метания мяча  *Коммуникатив-ные УУД:*взаимодействие со сверстниками в эстафетном беге. | соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время выполнения прыжков  соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время выполнения метания мяча |
|  | **62** |  | | Развитие скоростно-силовых качеств  Прыжки в длину с места. | Прыжки в длину с места. Специальные беговые упражнения. Прыжки со скакалками. Эстафеты | Уметь выполнять прыжок в длину |
|  | **63** |  | | Развитие скоростно-силовых качеств.  Метание мяча. | Пробегание отрезков 50-80м. Эстафетный бег. Метание мяча на дальность в коридоре 10м. с разбега. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростно-силовых качеств. | Уметь выполнять метание |
|  | **64** |  | | Развитие скоростно-силовых качеств Бег на 60м. Метание мяча. | Бег на 60м. Метание мяча на дальность в коридоре 10м. с разбега. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростно-силовых качеств. | Уметь выполнять метание. Владеть техникой бега на 60м | *Регулятивные УУД*: самостоятельно выявлять и устранять типичные ошибки |
|  | **65** |  | | Развитие скоростно-силовых качеств  Бег на 60м. Метание мяча. | Бег на 60м. на результат. Метание мяча на дальность. Специальные беговые упражнения. | Уметь выполнять метание. Владеть техникой бега на 60м |  |
|  | **66** | **Волейбол**  **3 часа** | | Развитие координационных способностей | ТБ в волейболе. Терминология. Стойка игрока. Перемещения в стойке (боком, лицом и спиной вперёд). Передача мяча двумя руками сверху над собой и после перемещения вперёд. Встречные эстафеты. | Уметь правильно выполнять технические действия | *ПознавательныеУУД*:знание терминологии в волейболе.  *Регулятивные УУД*: осваивать технику перемещений, передач.  *Коммуникативные УУД*: уметь работать в паре, группе. |  |
|  | **67** |  | | Развитие координационных способностей | Совершенствование техники перемещений и передач мяча двумя руками сверху | Уметь выполнять передачи и перемещения | *Регулятивные УУД*: самостоятельно изучение приёмов, выявляя и устраняя типичные ошибки. |  |
|  | **68** |  | | Развитие координационных способностей | Приём мяча двумя руками снизу. Нижняя прямая подача. | Уметь правильно выбирать место и стойку для передачи двумя руками снизу | *Коммуникативные УУД*: уметь моделировать и организовывать групповые действия с мячом. | соблюдать дисциплину и правила техники безопасности во время игры. |