

## Поурочное планирование - 6 класс

№ п/п	Тема урока	Тип урока	Количество часов	Решаемые проблемы	Планируемые результаты		Вид контроля	Дата
					универсальные учебные действия	предметные знания		
1	2	3	4	5	6	7	8	9
1	Подготовка к занятиям легкой атлетикой и правила поведения на занятиях легкой атлетикой. ОРУ для развития подвижности плечевых, локтевых, тазобедренных, коленных суставов, стопы, позвоночника. Строевые упражнения: повторение пройденного в 5 классе. Беговые упражнения: бег со сменой скорости и направления, семенящий бег на месте и в движении. Эстафеты встречные.	Вводный	1	Как готовиться к занятиям легкой атлетикой и вести себя на занятиях легкой атлетики? Цели: провести первичный инструктаж на рабочем месте; развивать скоростно-силовые качества.	<i>Познавательные:</i> получают первоначальное представление о подготовке к занятиям легкой атлетикой и организационно-методических требованиях, предъявляемых на занятиях легкой атлетикой на уроках в школе. <i>Регулятивные:</i> определяют новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности, находят необходимую информацию. <i>Коммуникативные:</i> слушают и слышат друг друга, умеют работать в группе. <i>Личностные:</i> развивают мотивы учебной деятельности и осознают личностный смысл учения и отношения к занятиям легкой атлетикой.	Научатся: соблюдать правила безопасного поведения на уроке; выполнять повороты на месте, построение в шеренгу перестроение в шеренгу по два; выполнять различные беговые упражнения.	Текущий	
2	Правила безопасного поведения во дворах, на игровых, школьных спортивных площадках во внеучебное время. ОРУ беговой направленности в движении. Строевые упражнения: повторение пройденного в 5 классе. Беговые упражнения: бег со сменой скорости и направлении, бег со старта с опорой на одну руку, бег с низкого старта, стартовый разбег. Тестирование бега на 30 м. Эстафета с прыжками в длину.	Комбинированный	1	Каковы правила обращения со спортивным инвентарем, подготовкой мест занятий и уборкой мест занятий после их окончания? Цели: учить навыку выполнения низкого старта, старта из различных положений; разучить комплекс общеразвивающих упражнений в движении; развивать внимание, ловкость при выполнении эстафеты.	<i>Познавательные:</i> имеют представление о технике бега на короткие дистанции, обращении со спортивным инвентарем и правилами подготовки и уборки мест занятий легкой атлетикой, правилами поведения во внеурочное время. <i>Регулятивные:</i> адекватно понимают оценку взрослого и сверстника, сохраняют заданную цель принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участия в эстафетах. <i>Коммуникативные:</i> обеспечивают бесконфликтную совместную работу, слушают и слышат друг друга. <i>Личностные:</i> имеют желание учиться, проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в получении новых знаний, умений и навыков.	Научатся: соблюдать правила безопасного поведения на улице во внеурочное время; бегать 30 м с низкого старта; технически правильно принимать положение низкого старта; выполнять комплекс общеразвивающих упражнений в движении.	Контроль двигательных качеств (бег 30 м)	

3	ОРУ в движении для развития подвижности плечевых, локтевых, тазобедренных, коленных суставов, стопы, позвоночника. Беговые упражнения: бег на технику с ускорением на 20-30 м, бег по инерции после ускорения. Бег с низкого старта до 15 м, стартовый разбег. Прыжок в длину с места. Тестирование челночного бега 3x10 м. Круговая эстафета.	Проверка и коррекция знаний и умений	1	Какие требования предъявляются к спортивной одежде и обуви при занятиях легкоатлетическими упражнениями? Цели: закрепить навык выполнения бега на 30 м с низкого старта; развивать навык выполнения прыжка в длину с места.	<i>Познавательные:</i> имеют представление о беге с ускорением, беге по инерции, о технике выполнения прыжка в длину с места. <i>Регулятивные:</i> принимают инструкцию педагога и четко следуют ей; осуществляют итоговый и пошаговый контроль, вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. <i>Коммуникативные:</i> используют речь для регуляции своего действия. <i>Личностные:</i> понимают значение физического развития для человека и принимают его.	Научатся: технически правильно выполнять челночный бег 3x10 м; соблюдать правила взаимодействия с игроками во время проведения эстафеты.	Контроль двигательных качеств (челночный бег 3x10 м)	
4	ОРУ легкоатлетической направленности. Бег на скорость: бег со старта с опорой одной рукой, бег с низкого старта, стартовый разбег, бег по прямой. Прыжки с места: пятерной прыжок с места, прыжки вверх толчком двух ног, подтягивая колени, без продвижения вперед. Старт с опорой на одну руку. Подвижная игра «Лапта».	Проверка и коррекция знаний и умений	1	Что такое правильная осанка? Какое значение правильная осанка имеет для здоровья и хорошей учебы? Цели: учить технике старта с опорой на одну руку; развивать внимание, ловкость, скоростно-силовые качества в подвижной игре «Лапта».	<i>Познавательные:</i> владеют навыком систематического наблюдения за своим физическим состоянием за счет отслеживания измерений показателей развития основных физических качеств - быстроты и скоростной выносливости <i>Регулятивные:</i> контролируют свою деятельность по результату, осуществляют свою деятельность по образцу и заданному правилу. <i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражают свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Личностные:</i> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;	Научатся: - выполнять упражнения легкоатлетической направленности; технически правильно выполнять старт с опорой на одну руку.		
5	ОРУ легкоатлетической направленности с акцентом на прыжки. Прыжки с места: пятерной прыжок с места, прыжки вверх толчком двух ног, подтягивая колени, без продвижения вперед. с продвижением вперед; прыжки на месте на одной ноге, подтягивая колено без продвижения вперед, с продвижением вперед (не более 3—5 прыжков). Прыжок в длину с места. Подвижная игра «Лапта».	Комбинированный	1	Режим дня и его значение для учащегося. Цели: развивать навык выполнения прыжков в длину с места, соблюдая правила техники безопасности во время приземления; развивать внимание, ловкость, скоростно-силовые качества в подвижной игре «Охотники и утки».	<i>Познавательные:</i> самостоятельно формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия в прыжках в длину с места. <i>Регулятивные:</i> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.. <i>Коммуникативные:</i> формулируют ответы на вопросы; используют речь для регуляции своего действия. <i>Личностные:</i> ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности	Научатся: выполнять легкоатлетические упражнения; технически правильно выполнять движения руками и ногами во время прыжка в длину с места;	Текущий	

6	ОРУ легкоатлетической направленности с акцентом на прыжки. Строевые упражнения: перестроения в движении из колонны по одному в колонну по два. Бег на 1000 м. Прыжки с места: пятерной прыжок с места, прыжки вверх толчком двух ног, с продвижением вперед, тройной прыжок. Прыжок в длину с места. Подвижная игра «Лапта».	Комбинированный	1	Как влияют занятия физическими упражнениями в режиме дня на здоровье, хорошее настроение, учебу, отдых? Цели: учить навыку правильного дыхания при равномерном беге на дистанции 1000 м; развивать навык правильного приземления в прыжках в длину с места.	<i>Познавательные:</i> самостоятельно формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия при беге на 1000 м. <i>Регулятивные:</i> оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. <i>Коммуникативные:</i> формулируют ответы на вопросы; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. <i>Личностные:</i> ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в учении.	Научатся: характеризовать роль и значение влияния физических упражнений в режиме дня на здоровье; правильно дышать при беге на 1000 м; выполнять упражнения по образцу учителя и показу лучших учеников.	Текущий	
7	ОРУ в парах для развития силы рук, ног, туловища. Строевые упражнения (урок 6) Беговые упражнения: повторный бег на технику с ускорением на 20-30 м, переменный бег с максимальной скоростью, бег по инерции после ускорения на 10-15 м. Бег на 1000 м. Тестирование прыжка в длину с места. Подвижная игра «Охотники и утки».	Проверка и коррекция знаний и умений	1	Какими тестами определяют физическую подготовленность? Цели: развивать навык техники бега при выполнении различных беговых упражнений; провести контроль выполнения прыжка в длину с места на результат; развивать внимание, ловкость при выполнении подвижной игры.	<i>Познавательные:</i> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; овладевают навыком систематического наблюдения и определения физической подготовленности. <i>Регулятивные:</i> вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. <i>Коммуникативные:</i> задают вопросы; контролируют действия партнера. <i>Личностные:</i> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в учении.	Научатся: - самостоятельно с помощью тестов определять физическую подготовленность; - организовывать и проводить подвижную игру «Охотники и утки».	Контроль двигательных качеств (прыжок в длину с места)	
8	ОРУ со скакалкой для развития подвижности плечевых, локтевых, тазобедренных, коленных суставов, стопы, позвоночника. Беговые упражнения: повторный бег, переменный бег с максимальной скоростью. Тестирование бега на 1000 метров. Эстафеты с кубиками.	Проверка и коррекция знаний и умений	1	Как правильно организовать тестирование двигательной подготовленности? Цели: развивать внимание, координацию, ловкость, скоростные качества в эстафетах с кубиками; провести контроль выполнения бега на дистанции 1000 м на результат.	<i>Познавательные:</i> соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни. <i>Коммуникативные:</i> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <i>Регулятивные:</i> проектировать новый уровень отношения к самому себе как субъекту деятельности. <i>Личностные:</i> развивают мотивы учебной деятельности и осознают личностный смысл учения.	Научатся: - выполнять технически правильно беговые упражнения, добываясь конечного результата; ■ организовывать и проводить эстафеты с кубиками	Контроль двигательных качеств (бег 1000 метров)	

9	ОРУ с набивным мячом (1 кг) для развития силы рук, ног, туловища и развития подвижности плечевых, локтевых, тазобедренных, коленных суставов, стопы, позвоночника. Беговые упражнения: повторный бег, переменный бег с максимальной скоростью. Метания теннисного мяча с места: на дальность отскока, на заданное расстояние. Подвижная игра «Кто дальше бросит».	Комбинированный	1	Какие упражнения включаются в разминку перед метанием мяча? Цели: учить ОРУ с набивным мячом; учить технике отведения и замаха руки при метании теннисного мяча; развивать внимание, ловкость при выполнении игровых упражнений.	<i>Познавательные:</i> имеют первоначальное представление об упражнениях, включаемых в разминку перед метанием, технике метания на дальность отскока. <i>Регулятивные:</i> вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. <i>Коммуникативные:</i> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. <i>Личностные:</i> ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками.	Научатся: технически правильно выполнять легкоатлетические упражнения (метания); технически правильно держать корпус, ноги и руки при выполнении метаний теннисного мяча.	Текущий	
10	ОРУ с набивным мячом (1 кг) для развития силы рук, ног, туловища и развития подвижности плечевых, локтевых, тазобедренных, коленных суставов, стопы, позвоночника. Беговые упражнения: повторный бег, переменный бег с максимальной скоростью и бег по инерции 10-15 м. Метания теннисного мяча в горизонтальную цель с места. Подвижная игра «Салки».	Комбинированный	1	Какие правила выполнения комплекса утренней гигиенической гимнастики существуют? Цели: развивать навык метания теннисного мяча в горизонтальную цель с соблюдением очередности и правил техники безопасности.	<i>Познавательные:</i> имеют первоначальное представление о коррективке техники метания мяча в цель. <i>Регулятивные:</i> адекватно воспринимают оценку учителя и учащихся. <i>Коммуникативные:</i> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. <i>Личностные:</i> ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие в достижении поставленных целей.	Научатся: технически правильно выполнять метание теннисного мяча в горизонтальную цель; соблюдать правила взаимодействия с игроками в подвижной игре.	Текущий	
11	Комплекс утренней гигиенической гимнастики. Беговые упражнения: повторный бег, переменный бег с максимальной скоростью, бег с изменением частоты шагов, бег со «средней» скоростью на заданное время: 1,2 минуты. Бег на 60 м с низкого старта. Метание мяча с места в вертикальную цель. Эстафеты с использованием мешочков с песком.	Комбинированный	1	Какими физическими упражнениями формируют правильную осанку? Цели: учить выполнять бег под заданный ритм и темп; учить технике метания теннисного мяча с места в вертикальную цель; учить выполнять эстафеты различного характера с использованием мешочков с песком.	<i>Познавательные:</i> имеют представление о технике бега на короткие дистанции, соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни. <i>Регулятивные:</i> вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. <i>Коммуникативные:</i> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности с партнером. <i>Личностные:</i> ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками.	Научатся: бегать с изменением частоты шагов и ритма; организовывать и проводить эстафеты мешочков с песком; технически правильно выполнять мах рукой при метании мяча в цель.	Текущий	

12	<p>Комплекс утренней гигиенической гимнастики.</p> <p>Беговые упражнения: повторный бег, переменный бег с максимальной скоростью, бег с изменением частоты шагов, бег со «средней» скоростью на заданное время: 1,2,3 минуты.</p> <p>Бег на 60 м с низкого старта.</p> <p>Метание мяча с места на дальность.</p> <p>Эстафета круговая (до 100 м).</p>	Комбинированный	1	<p>Как правильно дышать при выполнении физических упражнений для развития силы, силовой выносливости и подвижности позвоночника?</p> <p>Цель: развивать навык бега под заданный ритм и темп; закрепить технику бега на 60 м с низкого старта; развивать навык метания мяча с места на дальность.</p>	<p><i>Познавательные:</i> определяют и кратко характеризуют основные понятия физической культуры; имеют представление о технике низкого старта, используют общие приемы решения поставленных задач;</p> <p><i>Регулятивные:</i> оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя, сверстников.</p> <p><i>Коммуникативные:</i> формулируют вопросы; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.</p> <p><i>Личностные:</i> ориентируются на развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.</p>	<p>Научатся: технике низкого старта; технически правильно выполнять бег на 60 м с низкого старта; технически правильно выполнять метание мяча на дальность; организовывать и проводить круговую эстафету.</p>	Текущий
13	<p>ОРУ со скакалкой.</p> <p>Беговые упражнения: повторный бег, переменный бег с максимальной скоростью, бег с изменением частоты шагов, бег со «средней» скоростью на заданное время: 1,2,3,4 минуты.</p> <p>Низкий старт, стартовое ускорение, финиширование.</p> <p>Бег на 60 м с низкого старта.</p> <p>Метание мяча на дальность с трех шагов разбега. Игра «Паптан».</p>	Комбинированный	1	<p>Как подбирается ритм и темп бега на различных дистанциях?</p> <p>Цели: закрепить навык выполнения низкого старта и бега на 60 м; учить подбирать ритм и темп своего бега; учить технике метания мяча с трех шагов разбега.</p>	<p><i>Познавательные:</i> имеют представления о технике метания мяча на дальность с трех шагов разбега, технике стартового ускорения и финиширования.</p> <p><i>Регулятивные:</i> принимают и сохраняют учебную задачу при выполнении упражнений и участия в игре; принимают инструкцию педагога и четко следуют ей.</p> <p><i>Коммуникативные:</i> ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.</p> <p><i>Личностные:</i> ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности.</p>	<p>Научатся: самостоятельно подбирать ритм и темп своего бега; правильно распределять силы при беге; технике бега на 60 метров с низкого старта.</p>	Текущий
14	<p>ОРУ в движении для развития подвижности плечевых, локтевых, тазобедренных, коленных суставов, стопы, позвоночника.</p> <p>Тестирование бега 60 м с низкого старта.</p> <p>Метание мяча на дальность с трех шагов разбега.</p> <p>Эстафеты встречная и круговая.</p>	Проверка и коррекция знаний и умений	1	<p>Какие современные средства физического воспитания существуют?</p> <p>Цели: провести тестирование бега на 60 м; закрепить технику метания мяча на дальность с трех шагов разбега; развивать внимание, ловкость при выполнении игровых упражнений.</p>	<p><i>Познавательные:</i> самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу.</p> <p><i>Регулятивные:</i> формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия.</p> <p><i>Коммуникативные:</i> задают вопросы; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.</p> <p><i>Личностные:</i> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей</p>	<p>Научатся: метать мяч с трех шагов разбега; организовывать и проводить эстафеты; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время выполнения</p>	Контроль двигательных качеств (бег 60 м)

15	ОРУ легкоатлетической направленности с акцентом на прыжки. Прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги». Метание мяча на дальность с трех шагов разбега. Эстафеты с кубиками «Посадка картофеля», «Расставь и собери».	Изучение нового материала	1	Как правильно подбирать и выполнять разбег в прыжках в длину? Цели: учить подбору и технике разбега в прыжках в длину способом «согнув ноги»; закрепить навык выполнения метания мяча на дальность с трех шагов разбега.	<i>Познавательные:</i> ориентируются в разнообразии способов решения задач; соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни. <i>Регулятивные:</i> адекватно воспринимают предложения и оценку учителя. <i>Коммуникативные:</i> формулируют собственное мнение; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. <i>Личностные:</i> ориентируются на развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.	Научатся: организовывать и проводить эстафеты; выполнять прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги»; соблюдать правила взаимодействия с партнерами.	Текущий	
16	ОРУ легкоатлетической направленности с акцентом на прыжки для развития силы рук, ног, туловища и развития подвижности плечевых, локтевых, тазобедренных, коленных суставов, стопы, позвоночника. Тестирование метания теннисного мяча на дальность с трех шагов разбега. Прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги». Подвижная игра «Лапта».	Проверка и коррекция знаний и умений	1	Самоконтроль в процессе физического воспитания и самовоспитания. Цели: учить технике отталкивания и приземления; провести контроль метания теннисного мяча на дальность с трех шагов разбега; развивать выносливость в игровых упражнениях разной функциональной направленности.	<i>Познавательные:</i> используют общие приемы решения поставленных задач; имеют представление о технике отталкивания и приземления в прыжках в длину с разбега способом «согнув ноги». <i>Регулятивные:</i> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <i>Коммуникативные:</i> формулируют вопросы; используют речь для регуляции своего действия. <i>Личностные:</i> ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками.	Научатся: правильно выполнять отталкивание и приземление при прыжках в длину с разбега способом «согнув ноги»; выполнять сложные координационные действия в игровых упражнениях; метать мяч на дальность с трех шагов разбега.	Контроль двигательных качеств (метания мяча на дальность)	
17	ОРУ с гимнастической палкой для развития силы рук, ног, туловища и развития подвижности плечевых, локтевых, тазобедренных, коленных суставов, позвоночника. Строевые упражнения в движении. Тестирование прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги». Равномерный бег до 5 минут. Игра в футбол.	Проверка и коррекция знаний и умений	1	Дневник самонаблюдения за состоянием физического развития. Цели: провести контроль прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги»; развивать выносливость в беге на время; развивать выносливость силу и ловкость в игровых упражнениях.	<i>Познавательные:</i> самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; имеют представление о технике равномерного бега для развития выносливости. <i>Регулятивные:</i> определять новый уровень отношения к самому себе как к субъекту деятельности. <i>Коммуникативные:</i> слушать и слышать друг друга, представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, устанавливать рабочие отношения. <i>Личностные:</i> ориентируются на принятие социальной роли обучающегося, развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.	Научатся: развивать координацию и внимание при прыжках в длину с разбега способом «согнув ноги»; соблюдать правила взаимодействия с партнерами во время игры в футбол.	Контроль двигательных качеств (прыжок в длину с разбега)	

18	<p>Комплекс утренней гигиенической гимнастики.</p> <p>Беговые упражнения: повторный бег на технику с ускорением на 20-30 м.</p> <p>Бег со «средней» скоростью с заданием на заданное время: 1, 2 минуты.</p> <p>Равномерный бег по пересеченной местности на 2000 м.</p> <p>Игры-эстафеты с набивными мячами. «Бег с грузом», «Не урони мяч», «Бег парами».</p>	Комбинированный	1	<p>Какое оздоровительное и развивающее воздействие оказывает физическая культура на функциональные возможности, умственные способности и психику?</p> <p>Цели: развивать навык равномерного бега по пересеченной местности; развивать выносливость силу и ловкость в игровых упражнениях и беге со «средней» скоростью с заданием на заданное время: 1, 2 мин.</p>	<p><i>Познавательные:</i> имеют представление о технике равномерного бега по пересеченной местности; используют общие приемы решения поставленных задач.</p> <p><i>Регулятивные:</i> оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя.</p> <p><i>Коммуникативные:</i> формулируют вопросы; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии.</p> <p><i>Личностные:</i> ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками, проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.</p>	<p>Научатся: технически правильно выполнять равномерный бег по пересеченной местности и преодолевать естественные препятствия; взаимодействовать с игроками при проведении игровых упражнений.</p>	Текущий	
19	<p>ОРУ в парах для развития силы рук, ног, туловища и развития подвижности плечевых, локтевых, тазобедренных, коленных суставов, позвоночника.</p> <p>Беговые упражнения: повторный бег на технику с ускорением на 20 — 30 м, бег по инерции после ускорения; переменный бег на технику с максимальной скоростью и бег по инерции на 10 —15 м.</p> <p>Скачки и прыжки через препятствия (а также на препятствие и с доставанием рукой высоко подвешенных мягких предметов).</p> <p>Легкоатлетическая полоса</p>	Комбинированный	1	<p>Значение физической культуры для здорового образа жизни.</p> <p>Цели: учить технике отталкивания и переходу через препятствие; развивать внимание, ловкость и координацию при выполнении прыжков через легкоатлетические препятствия; развивать внимание, ловкость при выполнении игровых упражнений.</p>	<p><i>Познавательные:</i> ориентируются в разнообразии способов решения задач.</p> <p><i>Регулятивные:</i> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации, адекватно воспринимают оценку учителя.</p> <p><i>Коммуникативные:</i> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов.</p> <p><i>Личностные:</i> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.</p>	<p>Научатся: технически правильно выполнять отталкивание и переход через препятствия, соблюдая технику безопасности при приземлении; организовывать и проводить игру «Лапта».</p>	Текущий	

20	ОРУ в движении. Строевые и порядковые упражнения: перестроение из одной шеренги в две, ходьба в колонне по одному, в колонне по два, перестроение в движении из колонны по одному в колонну по два дроблением, <i>смыкание приставными шагами по*</i> команде: «К середине (влево, вправо) приставными шагами сомкнись!» Легкоатлетическая полоса препятствий. Игра в футбол.	Комбинированный	1	Режим дня учащегося в различные времена года. Цели: развивать внимание, ловкость и координацию при выполнении прыжков при прохождении легкоатлетической полосы препятствий; закрепить технику правильного приземления при выполнении прыжков через препятствия.	<i>Познавательные:</i> самостоятельно формулируют и ориентируются в разнообразии способов решения задач; имеют представление о технике приземления после перехода через легкоатлетические препятствия. <i>Регулятивные:</i> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <i>Коммуникативные:</i> формулируют собственное мнение и позицию; <i>Личностные:</i> развитие навыков сотрудничества со сверстниками, умение не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций	Научатся: технически правильно приземляться после выполнения прыжка через препятствия; соблюдать правила взаимодействия с партнерами во время игры в футбол.	Текущий	
21	ОРУ в движении Правила поведения в спортивном зале и занятиях баскетболом. Стойки баскетболиста. Ведение мяча на месте и в движении с чередованием рук, скорости и направления. Подвижная игра «Защита стойки».	Изучение нового материала	1	Основные правила и приемы игры в баскетбол. Терминология элементов баскетбола. Цели: развивать навык ведения мяча в различных стойках на месте и в движении; развивать внимание, глазомер, ловкость при выполнении ведения мяча.	<i>Познавательные:</i> имеют представление об основных правилах и приемах игры в баскетбол, стойках баскетболиста, технике ведения мяча. <i>Регулятивные:</i> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <i>Коммуникативные:</i> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. <i>Личностные:</i> развитие мотивов учебной деятельности, формирование личностного смысла учения.	Научатся: технически правильно выполнять ведение мяча в различных стойках; соблюдать правила взаимодействия с партнерами при выполнении игровых заданий.	Текущий	
22	ОРУ в парах. Строевые и порядковые упражнения: перестроение из одной шеренги в две, ходьба в колонне по одному, в колонне по два, перестроение в движении из колонны по одному в колонну по два дроблением Остановка двумя ногами и прыжком. Тестирование ведения мяча на месте и в движении. Подвижная игра «Защита укрепления».	Изучение нового материала	1	Профилактика травматизма на уроках баскетбола. Цели: учить технике выполнения остановки двумя ногами и прыжком; провести контроль техники ведения мяча в различных стойках на месте и в движении; развивать внимание, ловкость во время подвижной игры.	<i>Познавательные:</i> самостоятельно ставят, формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. <i>Регулятивные:</i> оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. <i>Коммуникативные:</i> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. <i>Личностные:</i> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Научатся: выполнять остановку двумя ногами и прыжком; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма в подвижной игре «Защита укрепления».	Контроль техники (ведение мяча)	

23	ОРУ с набивным мячом (1 кг) для развития силы рук и плечевого пояса. Ловля и передача мяча в парах двумя руками от груди. Ловля и передача мяча в парах одной рукой от плеча. Ведение мяча с изменением направления и скорости. Подвижная игра «Передача мячей в колоннах».	Комбинированный	1	Правила закаливания водными процедурами в разное время года. Цели: развивать навык выполнения ловли и передачи мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча; развивать внимание, глазомер, ловкость при выполнении игровых упражнений.	Познавательные: имеют представление о технике ловли и передаче мяча одной и двумя руками. Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: ориентируются на активное взаимодействие со сверстниками..	Научатся: организовывать и проводить ОРУ с набивным мячом; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время выполнения упражнений.	Текущий	
24	ОРУ в парах. Ловля и передача мяча в парах двумя руками от груди. Ловля и передача мяча в парах одной рукой от плеча. Ведение мяча с изменением направления и скорости, с обводкой препятствий. Подвижная игра «Борьба за мяч».	Комбинированный	1	Правила закаливания с помощью воздушных ванн в различное время года. Цели: развивать навык выполнения ловли и передачи мяча в парах одной и двумя руками; закрепить технику ведения мяча с изменением направления и скорости, с обводкой препятствий.	<i>Познавательные:</i> самостоятельно формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. <i>Регулятивные:</i> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия. <i>Коммуникативные:</i> формулируют ответы на вопросы; используют речь для регуляции своего действия. <i>Личностные:</i> ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.	Научатся: выполнять общеразвивающие упражнения в парах; технически правильно выполнять ловлю и передачу мяча одной рукой от плеча и двумя руками от груди.	Текущий	
25	ОРУ в парах с мячами. Строевые упражнения в движении. Тестирование техники выполнения ловли и передачи мяча в парах одной и двумя руками. Бросок мяча в корзину одной рукой от плеча с места. Эстафеты с ведением и передачей мяча. Подвижная игра «Борьба за мяч».	Проверка и коррекция знаний и умений	1	Правила гигиены одежды школьника в разные времена года. Цели: учить броску мяча в корзину одной рукой от плеча, соблюдая правила безопасности; провести тестирование ловли и передачи мяча одной рукой от плеча и двумя руками от груди.	Познавательные: имеют представление о технике броска мяча в корзину одной рукой от плеча; контролируют процесс и результат действия. Регулятивные: планируют свои действия и оценивают правильность их выполнения. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия. Личностные: ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, проявляют трудолюбие и настойчивость в обучении.	Научатся: выполнять бросок мяча в корзину одной рукой от плеча; выполнять общеразвивающие упражнения с мячами в парах.	Контроль техники (ловля и передача мяча)	

26	ОРУ с баскетбольными мячами в движении. Бросок мяча в корзину одной рукой от плеча с места. Бросок мяча в корзину двумя руками с места. Ведение мяча с изменением направления и скорости, с обводкой препятствий. Подвижная игра «Увернуться от мяча».	Комбинированный	1	Правила гигиены тела школьника в разные времена года. Цели: развивать навык броска мяча в корзину одной рукой; учить броску мяча в корзину двумя руками; развивать внимание, быстроту, ловкость и выносливость в подвижной игре.	<i>Познавательные:</i> имеют представление о технике броска мяча в корзину двумя руками; самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. <i>Регулятивные:</i> вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. <i>Коммуникативные:</i> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. <i>Личностные:</i> ориентируются на активное взаимодействие со сверстниками.	Научатся: - выполнять технически правильно бросок мяча в корзину двумя руками; - соблюдать правила взаимодействия с игроками в подвижной игре.	Текущий	
27	ОРУ с набивным мячом (1 кг) для развития силы рук и плечевого пояса. Тестирование техники выполнения броска мяча по кольцу одной рукой от плеча с места. Бросок мяча двумя руками по кольцу с места. Игра в баскетбол по упрощенным правилам.	Проверка и коррекция знаний и умений	1	Какое значение для здоровья человека имеет закаливание? Цели: развивать навык выполнения броска мяча двумя руками по кольцу; провести тестирование техники выполнения броска по кольцу одной рукой с места.	<i>Познавательные:</i> контролируют процесс и результат действия. <i>Регулятивные:</i> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; <i>Коммуникативные:</i> формулируют собственное мнение и позицию. <i>Личностные:</i> раскрывают внутреннюю позицию школьника; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками.	Научатся: выполнять технически правильно бросок мяча одной и двумя руками; контролировать силу и высоту броска мяча..	Контроль техники мяча (бросок одной рукой)	
28	ОРУ с баскетбольными мячами в движении для развития подвижности плечевых, локтевых, тазобедренных, коленных суставов, стопы, позвоночника. Ведение мяча с изменением направления и скорости, с обводкой препятствий. Тестирование техники выполнения броска мяча двумя руками по кольцу с места. Игра в баскетбол по упрощенным правилам.	Проверка и коррекция знаний и умений	1	История развития баскетбола. Цели: провести тестирование техники выполнения броска мяча по кольцу двумя руками с места; развивать внимание и ловкость при выполнении игровых упражнений.	<i>Познавательные:</i> ориентируются в разнообразии способов решения задач. <i>Регулятивные:</i> адекватно воспринимают оценку учителя. <i>Коммуникативные:</i> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов. <i>Личностные:</i> раскрывают внутреннюю позицию школьника; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в учебе; развивают этические чувства, доброжелательность и эмоционально - нравственную отзывчивость..	Научатся: выполнять ОРУ с баскетбольными мячами в движении; соблюдать правила техники безопасности при выполнении ловли и передачи мяча в игре.	Контроль техники мяча (бросок двумя руками)	

29	ОРУ с набивным мячом (1 кг) для развития силы рук и плечевого пояса. Техника безопасности при занятиях баскетболом. Ведение мяча с изменением направления и скорости, с обводкой препятствий. <b>Бросок мяча одной рукой в движении.</b> Повороты без мяча и с мячом. Игра-эстафета «Передача мяча в колоннах».	Комбинированный	1	Как ведется счет в баскетболе? <b>Цели:</b> учить броску мяча одной рукой в движении; учить поворотам без мяча и с мячом; развивать внимание, ловкость, быстроту и выносливость при выполнении игровых упражнений.	<b>Познавательные:</b> самостоятельно формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. <b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях, дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	<b>Научатся:</b> выполнять бросок мяча одной рукой в движении; выполнять повороты без мяча и с мячом; соблюдать правила взаимодействия с игроками в игре.	Текущий
30	ОРУ с набивным мячом (1 кг) для развития силы рук, плечевого пояса, позвоночника. <b>Бросок мяча двумя руками в движении.</b> Ведение мяча с изменением направления и скорости, с обводкой препятствий. Повороты без мяча и с мячом. Игра в баскетбол по упрощенным правилам.	Изучение нового материала	1	Какие характерные ошибки возникают при ловле, бросках и передачах баскетбольного мяча? <b>Цель:</b> развивать навык броска двумя руками в движении; закрепить технику выполнения поворотов без мяча и с мячом;	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач; осуществляют поиск необходимой информации. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия. <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия. <b>Личностные:</b> ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности.	<b>Научатся:</b> технически правильно выполнять бросок мяча двумя руками в движении; технически правильно выполнять повороты без мяча и с мячом; соблюдать правила взаимодействия с игроками в игре.	Текущий
31	ОРУ в парах в движении. Броски мяча одной рукой от плеча с высокой и низкой траекторией на месте. Ведение мяча с изменением направления и скорости, с обводкой препятствий. <b>Броски мяча в корзину после ведения мяча и двух шагов.</b> Эстафеты: «Передача мяча в колоннах», «Гонка мячей».	Изучение нового материала	1	С какой целью применяется в баскетболе технический прием «два шага после ведения мяча»? <b>Цели:</b> учить технике выполнения двух шагов после ведения мяча; развивать внимание, ловкость и быстроту при выполнении эстафет.	<b>Познавательные:</b> имеют представление о технике выполнения двух шагов после ведения мяча. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия. <b>Личностные:</b> ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности.	<b>Научатся:</b> выполнять два шага после ведения мяча; соблюдать правила взаимодействия с игроками при проведении эстафет.	Текущий

32	ОРУ в парах в движении. Ведение мяча с изменением направления и скорости, с обводкой препятствий. Два шага после ведения мяча. ч Броски мяча одной рукой от плеча с высокой и низкой траекторией в движении. Вырывание и выбивание мяча у противника. Подвижная игра «Мяч в туннеле».	Изучение нового материала	1	Характерные ошибки, возникающие при выполнении двух шагов после ведения мяча. Цели: учить вырыванию и выбиванию мяча; развивать навык выполнения двух шагов; развивать внимание, ловкость и быстроту при выполнении игровых упражнений.	<i>Познавательные:</i> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. <i>Регулятивные:</i> вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. <i>Коммуникативные:</i> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. <i>Личностные:</i> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Научатся: вырывать и выбивать мяч у противника; правильно выполнять два шага после ведения мяча; организовывать и проводить подвижную игру.	Текущий
33	ОРУ с мячами в движении. Броски мяча двумя руками от головы с высокой и низкой траекторией на месте. Два шага после ведения мяча. Вырывание и выбивание мяча у противника. Игра в баскетбол по упрощенным правилам.	Комбинированный	1	Как ведется счет в баскетболе? Цели: развивать навык выполнения двух шагов; закрепить технику вырывания и выбивания мяча у противника; развивать внимание, быстроту и ловкость в игре.	<i>Познавательные:</i> самостоятельно осуществляют поиск необходимой информации; контролируют процесс и результат действия. <i>Регулятивные:</i> вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. <i>Коммуникативные:</i> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. <i>Личностные:</i> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Научатся: технически правильно выполнять вырывание и выбивание мяча у противника; технически правильно выполнять броски мяча двумя руками от головы с высокой и низкой траекторией.	Текущий
34	ОРУ с набивным мячом (1 кг). Броски мяча двумя руками от головы с высокой и низкой траекторией в движении. Комбинация из освоенных элементов техники передвижения (перемещение в баскетбольных стойках, остановка, поворот, ускорение). Два шага после ведения мяча. Игра в баскетбол по упрощенным правилам.	Изучение нового материала	1	Фолы и их классификация. Цели: учить комбинации из освоенных элементов передвижения; развивать навык выполнения двух шагов; развивать внимание, быстроту и ловкость в игре.	<i>Познавательные:</i> организуют здоровьесберегающую деятельность с помощью комплекса упражнений с набивным мячом и игре в баскетбол; ориентируются в разнообразии способов решения задач. <i>Регулятивные:</i> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей. <i>Коммуникативные:</i> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. <i>Личностные:</i> умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми.	Научатся: выполнять комбинацию из освоенных элементов передвижения в баскетболе; соблюдать правила взаимодействия с игроками в игре.	Текущий

35	ОРУ с набивным мячом (1 кг). Тестирование техники выполнения комбинации из освоенных элементов техники передвижения (перемещение в баскетбольных стойках, остановка, поворот, ускорение). Два шага после ведения мяча. Игра в баскетбол по упрощенным правилам.	1 Проверка и коррекция знаний и умений	1	Организация и проведение соревнований по баскетболу. Цели: провести тестирование техники выполнения комбинации из изученных элементов перемещения; развивать навык выполнения двух шагов после ведения мяча.	<i>Познавательные:</i> имеют представление о способах перемещения в баскетболе. <i>Регулятивные:</i> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <i>Коммуникативные:</i> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. <i>Личностные:</i> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Научатся: правильно выполнять два шага после ведения мяча; соблюдать правила взаимодействия с игроками при выполнении баскетбольных упражнений.	Контроль техники (комбинация из освоенных элементов перемещения)
36	ОРУ со скакалкой для развития подвижности плечевых, локтевых, тазобедренных, коленных суставов, стопы, позвоночника. Тестирование техники выполнения двух шагов после ведения мяча. Эстафеты с ведением и броском мяча по кольцу. Игра в баскетбол по упрощенным правилам.	Проверка и коррекция знаний и умений	1	Вредные привычки и их негативное влияние на организм. Цели: разучить комплекс обще-развивающих упражнений со скакалкой; провести тестирование выполнения двух шагов после ведения мяча; развивать ловкость при выполнении игровых упражнений.	<i>Познавательные:</i> организуют здоровьесберегающую деятельность с помощью комплекса упражнений со скакалкой и игре в баскетбол. <i>Регулятивные:</i> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <i>Коммуникативные:</i> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. <i>Личностные:</i> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей, умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми.	Научатся: общеразвивающим упражнениям со скакалкой; технически правильно выполнять два шага после ведения мяча; соблюдать правила взаимодействия с игроками при игре в эстафетах.	Контроль техники (два шага после ведения мяча)
37	ОРУ в парах. Техника безопасности на занятиях волейболом. Стойки волейболиста. Перемещения в стойках (приставными шагами боком, лицом и спиной вперед). Броски мяча через волейбольную сетку и ловля высоко летящего мяча. Подвижная игра «Пионербол».	Комбинированный	1	Какие бывают игры с мячом на площадке с сеткой? Цели: познакомить со стойками волейболиста; учить перемещениям в стойках приставными шагами; учить технике бросков и ловле мяча через волейбольную сетку;	<i>Познавательные:</i> организуют здоровьесберегающую деятельность с помощью комплекса упражнений в парах. <i>Регулятивные:</i> вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. <i>Коммуникативные:</i> осуществляют взаимный контроль в совместной деятельности. <i>Личностные:</i> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Научатся: выполнять стойки волейболиста; «перемещению в стойках»; выполнять броски мяча через сетку и ловить высоко летящий мяч; соблюдать правила взаимодействия с игроками в игре.	Текущий «

38	ОРУ в парах для развития силы рук, плечевого пояса, позвоночника. Броски мяча через сетку и ловля высоко летящего мяча. Стойки волейболиста. Перемещения в стойках (приставными шагами боком, лицом и спиной вперед, повороты и остановки). Подвижная игра «Пионербол».	Комбинированный	1	Как правильно выполнять перемещения в стойках? Цели: развивать навык выполнения стоек волейболиста; развивать навык перемещения в стойках; развивать внимание, ловкость и быстроту при выполнении игровых упражнений.	<i>Познавательные:</i> имеют углубленные представления о технике перемещений в стойке волейболиста. <i>Регулятивные:</i> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. <i>Коммуникативные:</i> используют речь для регуляции своего действия. <i>Личностные:</i> ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками.	Научатся: выполнять броски мяча через сетку и ловить высоко летящий мяч; перемещению в стойках; соблюдать правила взаимодействия с игроками в игре.	Текущий	
39	ОРУ с гимнастической палкой. Перемещения в стойках волейболиста. Прием и передача мяча сверху двумя руками у стены. Прием и передача мяча сверху двумя руками над собой. Прием и передача мяча двумя руками сверху в парах. Подвижная игра «Пионербол».	Комбинированный	1	Какие существуют способы перебрасывания мяча через сетку? Цели: учить технике выполнения приема передачи мяча сверху двумя руками; закрепить навык бросков и ловли мяча через сетку; развивать координационные способности в подвижной игре.	<i>Познавательные:</i> самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. <i>Регулятивные:</i> вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. <i>Коммуникативные:</i> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. <i>Личностные:</i> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.	Научатся: - приему и передаче мяча двумя руками сверху; - соблюдать правила техники безопасности во время занятий физической культурой и подвижной игры.	Текущий	
40	ОРУ со скакалкой. Прием и передача мяча снизу у стены. Прием и передача мяча двумя руками сверху в парах. Прием и передача мяча двумя руками снизу в парах. Подвижная игра «Пионербол».	Комбинированный	1	История развития волейбола. Цели: учить приему и передаче мяча двумя руками снизу; закрепить технику приема передачи мяча сверху двумя руками;	<i>Познавательные:</i> организуют здоровьесберегающую деятельность с помощью комплекса упражнений со скакалкой, приема и передачи мяча над собой двумя руками. <i>Регулятивные:</i> вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. <i>Коммуникативные:</i> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. <i>Личностные:</i> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	Научатся: общеразвивающим упражнениям со скакалкой; приему и передаче мяча двумя руками снизу; правилам поведения и предупреждения травматизма во время подвижной игры.	Текущий	

41	ОРУ в движении. Прием и передача мяча двумя руками сверху в парах. Прием и передача мяча двумя руками снизу в парах. <b>Прием и передача мяча сверху двумя руками после перемещения вперед в парах</b> Прием и передача мяча сверху над собой. Подвижная игра «Летающий мяч».	Комбинированный	1	Какое влияние оказывает волейбол на формирование координационных способностей? <b>Цели:</b> учить приему и передаче мяча сверху двумя руками после перемещения вперед в парах; развивать навык приема и передачи мяча двумя руками сверху и снизу в парах.	<b>Познавательные:</b> имеют представление о технике приема и передачи мяча сверху двумя руками после перемещения вперед в парах; самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. <b>Регулятивные:</b> вносят необходимые коррективы в действие на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. <b>Коммуникативные:</b> договариваются и приходят к общему решению. <b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	<b>Научатся:</b> - технически правильно выполнять прием и передачу волейбольного мяча сверху двумя руками после перемещения вперед в парах; - организации и проведению подвижной игры.	Текущий
42	ОРУ в движении для развития подвижности плечевых, локтевых, тазобедренных, коленных суставов, стопы, позвоночника. <b>Тестирование техники выполнения приема и передачи мяча сверху двумя руками в парах.</b> Прием и передача мяча двумя руками снизу в парах. Подвижная игра «Удочка».	Проверка знаний, и умений	1	Основные правила игры в волейбол, судейские жесты. <b>Цели:</b> провести тестирование техники выполнения приема и передачи мяча сверху двумя руками; развивать внимание, ловкость при выполнении игровых упражнений.	<b>Познавательные:</b> самостоятельно используют общие приемы решения поставленных задач. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия. <b>Личностные:</b> умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми.	<b>Научатся:</b> организации и проведению подвижной игры. соблюдать правила техники безопасности при выполнении физических упражнений.	Контроль техники (прием и передача мяча сверху двумя руками)
43	ОРУ набивным мячом (1 кг) для развития силы рук, плечевого пояса, позвоночника. <b>Прием и передача мяча двумя руками снизу в парах.</b> Прием и передача мяча сверху двумя руками у сетки. Нижняя прямая и боковая подачи мяча. Игра в волейбол по упрощенным правилам.	Комбинированный	1	Как правильно выполнять прием и передачу волейбольного мяча снизу? <b>Цели:</b> учить положению рук и ног при приеме и передаче мяча снизу; развивать координационные способности, глазомер и точность при выполнении упражнений мячом в игре.	<b>Познавательные:</b> организуют здоровьесберегающую деятельность с помощью комплекса упражнений с набивным мячом; имеют представление о технике приема и передачи мяча двумя руками снизу. <b>Регулятивные:</b> оценивают правильность выполнения своих действий. <b>Коммуникативные:</b> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов. <b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	<b>Научатся:</b> выполнять прием и передачу мяча двумя руками снизу; соблюдать правила безопасного поведения при выполнении общеразвивающих упражнений с набивным мячом и игре.	Текущий «

44	ОРУ на гимнастической скамейке для развития силы рук, плечевого пояса, позвоночника, ног. <b>Тестирование техники выполнения приема и передачи мяча снизу двумя руками в парах..</b> Нижняя прямая и боковая подачи мяча. Игра в волейбол по упрощенным правилам.	Проверка и коррекция знаний и умений	1	Какое влияние оказывает волейбол на формирование силовых и скоростных способностей учащихся? <b>Цели:</b> закреплять навыки выполнения основных видов движений; выполнять командные действия в игре для закрепления учебного материала, соблюдая правила безопасности.	<b>Познавательные:</b> ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> адекватно воспринимают оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. <b>Личностные:</b> раскрывают внутреннюю позицию школьника; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	<b>Научатся:</b> соблюдать правила взаимодействия с игроками; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время физкультурных занятий.	Контроль техники (прием и передача мяча снизу двумя руками)
45	ОРУ с набивным мячом (1 кг) для развития силы рук, плечевого пояса, позвоночника, ног. <b>Нижняя прямая и боковая подачи мяча.</b> Тактические действия (передача мяча в разные зоны площадки соперника, неожиданные передачи мяча через сетку на площадку соперника, усложненные подачи мяча). Игра в волейбол по упрощенным правилам.	Комбинированный	1	Здоровье и здоровый образ жизни. <b>Цели:</b> разучить комплекс общеразвивающих упражнений с набивным мячом; развивать навык выполнения нижней прямой и боковой подач мяча.	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач; соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни. <b>Регулятивные:</b> оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителей, сверстников. <b>Коммуникативные:</b> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. <b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	<b>Научатся:</b> выполнять нижнюю прямую подачу мяча; выполнять боковую подачу мяча; соблюдать технику безопасности при выполнении упражнений с набивным мячом.	Текущий
46	ОРУ со скакалкой для развития подвижности плечевых, локтевых, тазобедренных, коленных суставов. <b>Верхняя прямая подача мяча.</b> Тактические действия (передача мяча в разные зоны площадки соперника, неожиданные передачи мяча через сетку на площадку соперника, усложненные подачи мяча). Игра в волейбол по упрощенным правилам.	Комбинированный	1	Олимпийское движение: ■ легенды и реальность Олимпии. <b>Цели:</b> разучить комплекс общеразвивающих упражнений со скакалкой; учить тактическим действиям, применяемым волейболистами в игре; учить технике выполнения верхней прямой подачи;	<b>Познавательные:</b> имеют первоначальное представление о тактических действиях волейболистов в игре, углубленное представление о технике изученных подач в волейболе. <b>Регулятивные:</b> сохраняют заданную цель, осуществляют действие по образцу и заданному правилу. <b>Коммуникативные:</b> проявляют навыки сотрудничества со сверстниками и взрослыми. <b>Личностные:</b> проявляют навыки сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.	<b>Научатся:</b> выполнять верхнюю прямую подачу мяча; технически правильно выполнять тактические действия и соблюдать технику безопасности в игре в волейбол.	

47	ОРУ с гимнастической палкой для развития быстроты и координационных способностей. Тактические действия. Верхняя прямая подача мяча <b>Тестирование техники выполнения нижней прямой и боковой подач мяча.</b> Эстафета парами. Игра в волейбол по упрощенным правилам.	Проверка и коррекция знаний и умений	1	История возрождения современных Олимпийских игр. <b>Цели:</b> развивать навык выполнения тактических приемов с мячом в игре; выполнять командные действия в игре для закрепления учебного материала; провести тестирование выполнения техники нижней прямой и боковой подач мяча.	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. <b>Регулятивные:</b> вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. <b>Коммуникативные:</b> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. <b>Личностные:</b> формулируют собственное мнение и позицию.	<b>Научатся:</b> технически правильно выполнять нижнюю прямую и боковую подачи мяча; тактическим действиям применяемым в игре волейболистами;- соблюдать правила взаимодействия с игроками в эстафетах и игре.	Контроль техники (нижняя подача мяча)	
48	ОРУ с гантелями для развития силы рук, плечевого пояса, позвоночника, ног. <b>Тестирование техники выполнения верхней подачи мяча.</b> Тактические действия. Эстафета парами. Игра в волейбол по упрощенным правилам.	Проверка и коррекция знаний и умений	1	XXII летние Олимпийские игры в Москве. <b>Цели:</b> разучить комплекс обще-развивающих упражнений с гантелями; провести тестирование выполнения техники верхней прямой подачи мяча; совершенствовать передачи мяча двумя руками сверху и снизу в парах в эстафете.	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели при решении разнообразия поставленных задач. <b>Регулятивные:</b> проектируют траекторию развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества. <b>Коммуникативные:</b> слушают и слышат друг друга и учителя, управлять поведением партнера (контроль, коррекция, умение убеждать). <b>Личностные:</b> проявляют навыки сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формируют установку на безопасный и здоровый образ жизни.	<b>Научатся:</b> - применять изученные элементы техники приема, передачи и подачи мяча в игре, соблюдая правила взаимодействия с игроками и технику безопасности.	Контроль техники (верхняя подача мяча)	
9	ОРУ с гантелями для развития силы рук, плечевого пояса, позвоночника, ног. <b>Тактика свободного нападения.</b> Эстафета парами. Игра в волейбол по упрощенным правилам.	Комбинированный	1	История развития зимних Олимпийских игр. <b>Цели:</b> закрепить координационные способности, ловкость и внимание в учебной игре с элементами волейбола.	<b>Познавательные:</b> имеют углубленное представление о технике изученных элементов волейбола. <b>Регулятивные:</b> сохраняют заданную цель, осуществляют действие по образцу и заданному правилу. <b>Коммуникативные:</b> проявляют навыки сотрудничества со сверстниками и взрослыми. <b>Личностные:</b> проявляют навыки сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях.	<b>Научатся:</b> , - играть в волейбол, применяя изученные элементы: прием и передачи мяча сверху и снизу, нижнюю прямую, боковую и верхнюю прямую подачи.	*	

50	ОРУ в движении для развития подвижности плечевых, локтевых, тазобедренных, коленных суставов, стопы, позвоночника. Тактика свободного нападения. Эстафета парами. <b>Игре в волейбол по упрощенным правилам.</b>	Комбинированный	1	Чем определяются понятия «здоровье» и «здоровый образ жизни»? <b>Цели:</b> закрепить навыки подачи, приема и передачи мяча в игре; формировать установку на безопасный и здоровый образ жизни, способствовать продуктивной кооперации.	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления; ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия. <b>Личностные:</b> ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося.	<b>Научатся:</b> выполнять общеразвивающие упражнения в движении; взаимодействовать со сверстниками по правилам игры.	Текущий	
51	ОРУ с флажками для развития подвижности плечевых, локтевых, тазобедренных, коленных суставов, стопы, позвоночника. Техника безопасности на уроках гимнастики. Перекаты назад в стойку на лопатках. «Мост» из положения лежа на спине. <b>Кувьрки вперед и назад.</b> Подвижная игра «Ни больше, ни меньше»	Комбинированный	1	Современные средства физического воспитания и их роль в укреплении здоровья. <b>Цели:</b> закрепить технику выполнения перекатов в стойку на лопатках, «моста», кувьрков вперед и назад; развивать координацию, глазомер и точность при выполнении игровых заданий.	<b>Познавательные:</b> ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Коммуникативные:</b> слушать и слышать друг друга и учителя, уважать иное мнение. <b>Регулятивные:</b> самостоятельно формулировать познавательные цели, находить и выделять необходимую информацию. <b>Личностные:</b> развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослым в разных ситуациях.	<b>Научатся:</b> выполнять общеразвивающие упражнения с флажками; технически правильно выполнять акробатические упражнения; взаимодействовать со сверстниками при проведении подвижной игры.	Текущий	
52	ОРУ с мячом. Строевые упражнения. <b>Тестирование техники выполнения кувьрков вперед и назад.</b> Перекаты назад в стойку на лопатках. «Мост» из положения лежа на спине. Комбинация из освоенных элементов акробатики. Подвижная игра «Ни больше, ни меньше»	Проверка и коррекция знаний и умений	1	Дыхательная система и ее значения для организма человека. <b>Цели:</b> провести учет техники выполнения кувьрков вперед и назад; разучить комбинацию из освоенных элементов акробатики.	<b>Познавательные:</b> имеют представление о технике выполнения перекатов и стойке на лопатках; самостоятельно используют разнообразие изученных элементов. <b>Регулятивные:</b> адекватно воспринимают оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. <b>Личностные:</b> развитие доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие навыков сотрудничества со сверстниками	<b>Научатся:</b> самостоятельно организовывать и проводить разминку с мячами, соблюдая технику безопасности при выполнении упражнений. составлять комбинацию из освоенных элементов акробатики.	Контроль техники (кувьрки вперед и назад)	

53	ОРУ на гимнастической скамейке. Кувырок назад в «полушпагат». Кувырок назад в упор стоя, ноги врозь. Толчком двумя из упора присев стойка на голове с согнутыми ногами. «Мост» из положения лежа на спине. <b>Комбинации из освоенных элементов акробатики.</b> Эстафета с переноской тяжестей.	Комбинированный	1	Правильная осанка и ее значение для здоровья и учебы. <b>Цели:</b> учить технике выполнения кувырков назад в «полушпагат» и в упор стоя, ноги врозь; закрепить комбинацию из освоенных элементов акробатики; развивать навык выполнения «моста».	<b>Познавательные:</b> имеют углубленное представление о технике изученных элементов акробатики. <b>Регулятивные:</b> вносят необходимые коррективы в действие после его завершения с учетом характера сделанных ошибок. <b>Коммуникативные:</b> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. <b>Личностные:</b> ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности.	<b>Научатся:</b> выполнять кувырки назад; выполнять комбинацию из освоенных элементов акробатики; организовывать и проводить эстафету; соблюдать правила взаимодействия с игроками.	Текущий
54	ОРУ на гимнастической скамейке. Кувырок назад в «полушпагат». Кувырок назад в упор стоя, ноги врозь. Комбинации из освоенных элементов акробатики. Толчком двумя из упора присев стойка на голове с согнутыми ногами. <b>Висы на перекладине</b> (размахивания в висе, повороты таза, поднимание ног, подтягивания). Подвижная игра «Запрещенное движение».	Комбинированный	1	Гимнастика и история её развития. <b>Цели:</b> совершенствовать комбинацию из освоенных элементов акробатики; развивать навык выполнения простейших элементов в висе на перекладине; развивать внимание, гибкость и координационные способности в подвижной игре.	<b>Познавательные:</b> ориентируются в способе тестирования наклона туловища вперед из положения стоя; контролируют процесс и результат действия. <b>Регулятивные:</b> оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> формулируют вопросы; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. <b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	<b>Научатся:</b> выполнять простые висы на перекладине; технически правильно выполнять кувырки назад; организовывать и проводить подвижные игры в помещении; соблюдать правила взаимодействия с игроками	Текущий
55	Круговая тренировка. Вис на перекладине различными способами (вис завесом одной, двумя). Комбинации из освоенных элементов акробатики. <b>Упражнения на малом гимнастическом бревне</b> (ходьба на носках, ходьба спиной вперед, повороты, приседания, равновесие на одной ноге). Подвижная игра «Перелет птиц».	Комбинированный	1	Принцип проведения круговой тренировки. <b>Цели:</b> развивать координационные способности в упражнениях на бревне; учить выполнять действия в круговой тренировке для закрепления учебного материала.	<b>Познавательные:</b> имеют первоначальное представление об упражнениях на бревне, круговой тренировке; ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> контролируют процесс и оценивают результат своей деятельности. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию. <b>Личностные:</b> проявляют умения не создавать конфликты и находить выходы из спорных ситуаций.	<b>Научатся:</b> выполнять упражнения на бревне; контролировать физическое состояние при выполнении упражнений круговой тренировки.	Текущий

56	<p>Круговая тренировка.</p> <p><b>Тестирование техники выполнения висов на перекладине различными способами.</b></p> <p>Упражнения на малом гимнастическом бревне (ходьба на носках, ходьба спиной вперед, поворота, приседания, равновесие на одной ноге, ходьба с закрытыми глазами).</p> <p>Комбинации из освоенных элементов акробатики.</p> <p>Подвижная игра «Буря».</p>	Проверка и коррекция знаний и умений	1	<p>Правила выполнения утренней гигиенической гимнастики.</p> <p><b>Цели:</b> провести контроль выполнения техники висов на перекладине; развивать координационные способности, силу и ловкость при выполнении гимнастических упражнений.</p>	<p><b>Познавательные:</b> имеют углубленное представление о простом висе, упражнениях на гимнастическом бревне.</p> <p><b>Регулятивные:</b> используют установленные правила в контроле способа решения.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.</p> <p><b>Личностные:</b> ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.</p>	<p><b>Научатся:</b> технически правильно выполнять упражнения на гимнастическом бревне; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями.</p>	Контроль техники (висы)
57	<p>ОРУ с обручем.</p> <p><b>Тестирование техники выполнения комбинации из освоенных элементов акробатики.</b></p> <p>Комбинация на малом гимнастическом бревне.</p> <p>Упражнения на брусьях и перекладине (махом одной и толчком другой ноги переворот в упор на руках, перемах ногой в упор верхом; перехват любой рукой в хват снизу, перемах ногой в соскок с поворотом влево, вправо).</p> <p>Подвижная игра «Флюгер».</p>	Проверка и коррекция знаний и умений	1	<p>Дыхательная гимнастика и ее значение для укрепления здоровья.</p> <p><b>Цели:</b> провести контроль выполнения комбинации по акробатике; учить технике выполнения переворота и соскока на брусьях и перекладине; совершенствовать технику выполнения комбинации из освоенных элементов на гимнастическом бревне.</p>	<p><b>Познавательные:</b> самостоятельно формулируют и решают учебную задачу; контролируют процесс и результат действия.</p> <p><b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.</p> <p><b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.</p>	<p><b>Научатся:</b> выполнять комбинацию на гимнастическом бревне выполнять перевороты в упор и соскок на брусьях (девочки), перекладине (мальчики).</p>	Контроль техники (комбинация из освоенных элементов акробатики)
58	<p>ОРУ в парах.</p> <p><b>Тестирование техники выполнения комбинации из освоенных элементов на гимнастическом бревне.</b></p> <p>Упражнения на брусьях (девочки) и перекладине (мальчики) - переворот в упор, и соскок с поворотом влево, вправо. Эстафета с преодолением препятствий.</p>	Проверка и коррекция знаний и умений	1	<p>• Какое воздействие на организм человека оказывают вредные привычки? <b>Цели:</b> провести контроль выполнения комбинации из освоенных элементов на гимнастическом бревне; развивать навык выполнения переворота и соскока на брусьях и перекладине.</p>	<p><b>Познавательные:</b> имеют углубленное представление о влиянии вредных привычек на организм человека.</p> <p><b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия.</p> <p><b>Личностные:</b> ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.</p>	<p><b>Научатся:</b> выполнять переворот и соскок на перекладине и брусьях; взаимодействовать со сверстниками при проведении эстафеты. преодолевать препятствия во время проведения эстафеты.</p>	Контроль техники (комбинация на бревне из освоенных элементов)

59	ОРУ с обручем. Упражнения на брусьях (девочки) и перекладине (мальчики) - переворот в упор, и соскок с поворотом влево, вправо. Передвижения в висе по горизонтальному канату (рукоходу). <b>Опорный прыжок через гимнастического козла ноги врозь.</b> Подвижная игра «Поезд».	Изучение нового материала	1	Воздушные ванны и способы закаливания в различные времена года. <b>Цели:</b> учить технике выполнения опорного прыжка через гимнастического козла; развивать навык выполнения переворота и соскока на брусьях и перекладине.	<b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение; используют речь для регуляции своего действия. <b>Личностные:</b> ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.	<b>Научатся:</b> выполнять пере- строение из одной шеренги в три; выполнять кувырок вперед с трех шагов разбега; выполнять опорный прыжок через гимнастического	Текущий	
60	ОРУ с гантелями. <b>Тестирование двигательного качества: подтягивание на высокой перекладине (мальчики), низкой (девочки).</b> Упражнения на брусьях (девочки) и перекладине (мальчики) - переворот в упор, и соскок с поворотом влево, вправо. Опорный прыжок через гимнастического козла (высота 110 см). Подвижная игра «Запрещенное движение».	Проверка и коррекция знаний и умений	1	Каковы правила выполнения тестирования по подтягиванию на перекладине? <b>Цели:</b> разучить комплекс ОРУ с гантелями; провести тестирование подтягивания на перекладине; развивать навык выполнения опорного прыжка через козла ноги врозь.	<b>Познавательные:</b> имеют представление об опорном прыжке через козла, ориентируются в разнообразии способов решения задач. <b>Регулятивные:</b> проектируют траекторию развития через включение в новые виды деятельности и формы сотрудничества. <b>Коммуникативные:</b> слушают и слышат друг друга и учителя, управляют поведением партнера (контроль, коррекция, умение убеждать). <b>Личностные:</b> проявляют навыки сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях, формируют установку на безопасный и здоровый образ жизни.	<b>Научатся:</b> выполнять упраж- нения для развития силы; выполнять опорный прыжок через гимнастического козла; • выполнять игровые упражнения по команде учителя.	Контроль двига- тельных качеств: (подтяги- вания на перекла- дине)	
61	ОРУ с гантелями. <b>Тестирование двигательного качества: сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу.</b> Опорный прыжок через гимнастического козла. Упражнения на брусьях (девочки) и перекладине (мальчики) - переворот в упор, и соскок с поворотом влево, вправо. Лазание по канату с помощью ног в два приема. Эстафета с переноской тяжестей.	Проверка и коррекция знаний и умений	1	Каковы правила выполнения тестирования сгибания и разгибания рук в упоре лежа? <b>Цели:</b> учить технике лазания по канату с помощью ног в два приема; провести тестирование сгибания и разгибания рук в упоре лежа на полу.	<b>Познавательные:</b> имеют углубленное представление о тестировании сгибания и разгибания рук в упоре на полу. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию. <b>Личностные:</b> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях.	<b>Научатся:</b> выполнять упражнения для развития силы; <sup>1</sup> технически пра- вильно выполнять опорный прыжок через гимнастиче- ского козла; организовывать и проводить игровые упражнения;	Контроль двига- тельных качеств: (сгибание и разги- бание рук в упоре лежа)	

62	ОРУ со скакалкой. <b>Тестирование двигательного качества: поднимание туловища за 30 сек из положения лежа.</b> Упражнения на брусьях (девочки) и перекладине (мальчики) - переворот в упор, и соскок с поворотом влево, вправо. Опорный прыжок через гимнастического козла ноги врозь. Лазание по канату с помощью ног в два приема. Эстафета со скакалкой.	Проверка и коррекция знаний и умений	1	Каковы правила выполнения тестирования поднимания туловища из положения лежа? <b>Цели:</b> разучить комплекс обще-развивающих упражнений со скакалкой; учить прыжку через гимнастического козла; провести тестирование поднимания туловища за 30 сек.	<b>Познавательные:</b> имеют углубленное представление о тестировании поднимания туловища. <b>Регулятивные:</b> оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. <b>Личностные:</b> ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.	<b>Научатся:</b> выполнять упражнения для оценки динамики индивидуального развития основных физических качеств; выполнять прыжок через козла ноги врозь. выполнять лазание по канату в два приема.	Контроль двигательных качеств: (поднимание туловища за 30 сек)
63	ОРУ со скакалкой. Опорный прыжок через гимнастического козла ноги врозь. <b>Лазание по канату с помощью ног в два приема.</b> Эстафета с преодолением препятствий.	Комбинированный	1	Первая помощь при переломах. <b>Цели:</b> закрепить навык выполнения опорного прыжка; закрепить навык выполнения лазания по канату; развивать координационные способности, силу и ловкость при выполнении эстафеты с преодолением препятствий.	<b>Познавательные:</b> имеют представление о лазании по канату в два приема, самостоятельно формулируют проблемы и задачу. <b>Регулятивные:</b> используют установленные правила в контроле способа решения. <b>Коммуникативные:</b> договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. <b>Личностные:</b> ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	<b>Научатся:</b> выполнять технически правильно лазание по канату в два приема; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями.	Текущий
64	ОРУ с набивным мячом. <b>Тестирование техники выполнения опорного прыжка через гимнастического козла ноги врозь</b> Лазание по канату (в два и три приема). Эстафета с мешочками.	Проверка и коррекция знаний и умений		Водные процедуры и правила закаливания организма с их помощью в разное время года. <b>Цели:</b> провести контроль выполнения опорного прыжка через гимнастического козла; учить лазанию по канату; развивать внимание, ловкость при выполнении игровых упражнений.	<b>Познавательные:</b> имеют углубленное представление об опорном прыжке через козла; начальное представление о лазании по канату. <b>Регулятивные:</b> адекватно понимают оценку взрослого и сверстника, осуществляют итоговый контроль. <b>Коммуникативные:</b> устанавливают рабочие отношения, представляют конкретное содержание и сообщают его в устной форме. <b>Личностные:</b> развивают этические чувства, доброжелательность и эмоционально-нравственную отзывчивость, сочувствие другим людям, развивают самостоятельность и личную ответственность за свои поступки.	<b>Научатся:</b> выполнять упражнения для развития силы с набивными мячом; выполнять лазание по канату в два и три приема; организовывать и проводить игровые упражнения.	Контроль техники (опорный прыжок через козла)

65	ОРУ с набивным мячом. Лазание по канату с помощью ног в два приема. <b>Полоса препятствий.</b> Упражнения на растяжку у гимнастической лестницы. Эстафеты с кубиками: «Юла», «Посадка картофеля», «Сороконожки», «Черепашки».	Комбинированный	1	Правила гигиены одежды учащихся в разное время года. <b>Цели:</b> развивать навык лазания по канату в два и три приема; учить преодолевать полосу препятствий; развивать координационные способности при выполнении игровых упражнений.	<b>Познавательные:</b> используют общие приемы решения поставленных задач; определяют и кратко характеризуют физическую культуру как занятия оздоровительной направленности. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение; используют речь для регуляции своего действия. <b>Личностные:</b> управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях.	<b>Научатся:</b> технически правильно выполнять лазание по канату; выполнять упражнения на растяжку; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями.	Текущий	
66	ОРУ на гимнастической скамейке. <b>Тестирование техники выполнения лазания по канату.</b> Полоса препятствий. Упражнения на растяжку у гимнастической лестницы. Подвижная игра «Запрещенное движение».	Проверка и коррекция знаний и умений	1	Какие характерные ошибки возникают при лазании по канату? <b>Цели:</b> провести контроль техники лазания по канату; развивать навык преодоления полосы препятствий; закрепить комплекс упражнений на растяжку у гимнастической лестницы.	<b>Познавательные:</b> ориентируются в способе контроля выполнения лазания по канату изученными способами. <b>Регулятивные:</b> самостоятельно формулировать познавательные цели, находить необходимую информацию. <b>Коммуникативные:</b> сотрудничать со сверстниками и взрослыми, добывать недостающую информацию с помощью вопросов <b>Личностные:</b> ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие.	<b>Научатся:</b> технически правильно выполнять упражнения на растяжку; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма при прохождении полосы препятствий.	Контроль техники (лазание по канату)	
67	ОРУ с мячом. Ведение баскетбольного мяча - два шага - передача партнеру. Ведение баскетбольного мяча с обводкой четырех стоек. <b>Тактика свободного нападения (выход на кольцо двойками).</b> Игра учебная в баскетбол 3х3 чел.	Комбинированный	1	Самоконтроль и его значение для занимающегося физической культурой.. <b>Цели:</b> развивать навык ведения и передачи мяча партнеру после двух шагов; развивать навык ведения мяча с передачами и обводкой стоек; учить тактике свободного нападения.	<b>Познавательные:</b> имеют углубленное представление о технике ведения мяча; определяют задачу и способы ее решения.. <b>Регулятивные:</b> формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. <b>Личностные:</b> ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности.	<b>Научатся:</b> выполнять ОРУ с мячом; выполнять ведение мяча с передачами и обводкой стоек; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время игры в баскетбол.	Текущий	•

68	ОРУ с набивным мячом. Ведение баскетбольного мяча с передачами в парах и тройках. Ведение мяча с обводкой четырех стоек. Прием мяча от партнера в движении - два шага - бросок по кольцу* <b>Тактика свободного нападения (выход на кольцо тройками).</b> Игра учебная в баскетбол 4x4 чел.	Комбинированный	1	Влияние занятий физической культурой на кровеносную систему человека. <b>Цели:</b> развивать координационные способности, ловкость и внимание при выполнении упражнений с мячом; учить тактике свободного нападения (выход на кольцо тройками).	<b>Познавательные:</b> имеют углубленное представление о тактике свободного нападения в баскетболе; используют общие приемы решения поставленных задач. <b>Регулятивные:</b> адекватно воспринимают замечания товарищей и оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. <b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в учении.	<b>Научатся:</b> выполнять тактические приемы: выход на кольцо двойками и тройками; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий;	Текущий	
69	ОРУ в парах. Ведение баскетбольного мяча - два шага — передача партнеру. Прием мяча от партнера в движении - два шага - бросок по кольцу. Зонная защита. <b>Игра учебная в баскетбол.</b>	Комбинированный	1	Рациональное питание и его значение для организма. <b>Цель:</b> закрепить навык выполнения тактических приемов свободного нападения; учить правилам взаимодействия с партнерами в игре;	<b>Познавательные:</b> самостоятельно формулируют проблемы и находят способы их решения; соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни. <b>Регулятивные:</b> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила и кош роле способа решения. <b>Коммуникативные:</b> формируют собственное мнение и позицию. <b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками.	<b>Научатся:</b> выполнять упражнения в парах; организовывать и проводить игру в баскетбол по упрощенным правилам; использовать тактические приемы в игре;	Текущий	
70	Круговая тренировка. Игровые задания: 2:1, 3:1, 3:2 (двое, трое обыгрывают защитников). <b>Игра учебная в баскетбол.</b>	Комбинированный	1	Какую роль играет спорт в укреплении мира и дружбы на Земле? <b>Цели:</b> закрепить навык выполнения тактических действий; развивать внимание, ловкость, силу, внимание в игре.	<b>Познавательные:</b> самостоятельно формулирую проблемы и находят способы их решения; соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни. <b>Регулятивные:</b> выполняют действие в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила и кош роле способа решения. <b>Коммуникативные:</b> формируют собственное мнение и позицию. <b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками.	<b>Научатся:</b> - технически правильно выполнять тактические игровые задания и использовать их в игре.	Текущий	

71	<p>ОРУ в движении. Правила техники безопасности на занятиях футболом. Передвижения (без мяча, ведение мяча правой и левой ногами) Повороты (без мяча на месте и в движении; с мячом на месте и в движении). <b>Прием и передача мяча ногами на месте и в движении.</b> Игра в мини-футбол</p>	Комбинированный	1	<p>История развития футбола. <b>Цели:</b> учить приему и передаче мяча ногами; учить ведению футбольного мяча правой и левой ногой; учить технике выполнения поворотов; развивать скоростные и координационные качества в игре.</p>	<p><b>Познавательные:</b> имеют представление об истории развития футбола, технике ведения мяча и поворотах на месте и в движении без мяча и с мячом. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; используют речь для регуляции своего действия. <b>Личностные:</b> ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности.</p>	<p><b>Научатся:</b> выполнять ведения мяча правой и левой ногами; выполнять повороты на месте и в движении; приему и передаче мяча ногами.</p>	Текущий	
72	<p>ОРУ со скакалкой. Передвижения (без мяча, ведение мяча правой и левой ногами) Повороты (без мяча на месте и в движении; с мячом на месте и в движении). Прием и передача мяча ногами на месте и в движении. <b>Удары ногой по неподвижному мячу.</b> Футбольная эстафета.</p>	Комбинированный	1	<p>Основные правила игры в футбол. <b>Цели:</b> закрепить навык выполнения передвижений и поворотов без мяча и с мячом; учить приему и передаче мяча ногами на месте и в движении; учить технике ударов ногой по неподвижному мячу.</p>	<p><b>Познавательные:</b> имеют представление об основных правилах игры в футбол, технике ударов ногой по неподвижному мячу. <b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. <b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.</p>	<p><b>Научатся:</b> выполнять комплекс общеразвивающих упражнений со скакалкой; соблюдать правила безопасности при приземлении, смягчая прыжок, в упражнениях со скакалкой; выполнять удары ногой по непо-</p>	Текущий	
73	<p>ОРУ со скакалкой. Передвижения (без мяча, ведение мяча правой и левой ногами) Повороты (без мяча на месте и в движении; с мячом на месте и в движении). Прием и передача мяча ногами. Удары ногой по неподвижному мячу. <b>Остановка и удар ногой по катящемуся мячу.</b>  Игра в мини-футбол.</p>	Комбинированный	1	<p>Как выбрать одежду и обувь для занятий физическими упражнениями на улице? <b>Цели:</b> учить технике остановки и ударов ногой по катящемуся мячу; развивать навык выполнения ударов ногой по неподвижному мячу;</p>	<p><b>Познавательные:</b> имеют первоначальное представление об остановке ногой катящегося мяча; самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. <b>Регулятивные:</b> оценивают и контролируют правильность выполнения задания. <b>Коммуникативные:</b> ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. <b>Личностные:</b> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.</p>	<p>Научатся: технически правильно выполнять удары ногой по неподвижному мячу; выполнять остановку ногой катящегося мяча; использовать изученные элементы в игре.</p>	Текущий	

74	<p>ОРУ с гантелями. Передвижения (без мяча, ведение мяча правой и левой ногами)</p> <p>Повороты (без мяча на месте и в движении; с мячом на месте и в движении).</p> <p>Приемки передача мяча ногами.</p> <p>Удары ногой по неподвижному мячу.</p> <p>Остановка и удар ногой по катящемуся мячу.</p> <p><b>Передача и остановка мяча ногой в парах.</b></p> <p>Игра в мини-футбол.</p>	Комбинированный	1	<p>Самостоятельные формы занятий и их роль в двигательной подготовленности человека.</p> <p><b>Цели:</b></p> <p>учить технике передачи и остановки мяча в парах, соблюдая правила безопасности;</p> <p>учить упражнениям, способствующим формированию правильной осанки.</p>	<p><b>Познавательные:</b> имеют первоначальное представление о передаче и остановке мяча ногой в парах; ориентируются в разнообразии способов решения задач.</p> <p><b>Регулятивные:</b> используют установленные правила в контроле способа решения. <b>Коммуникативные:</b> формулируют вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности.</p> <p><b>Личностные:</b> ориентируются на доброжелательное взаимодействие со сверстниками.</p>	<p><b>Научатся:</b></p> <p>выполнять упражнения на развитие силы с гантелями;</p> <p>выполнять передачу и остановку мяча ногой в парах;</p> <p>соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма в игре;</p>	Текущий	
75	<p>ОРУ с гантелями. Передвижения (без мяча, ведение мяча правой и левой ногами)</p> <p>Повороты (без мяча- на месте и в движении; с мячом на месте и в движении).</p> <p>Остановка и удар ногой по катящемуся мячу.</p> <p><b>Тестирование техники выполнения передачи и остановка мяча ногой в парах.</b> Игра в мини-футбол.</p>	Проверка и коррекция знаний и умений	1	<p>Гигиена тела и жилища.</p> <p><b>Цели:</b></p> <p>развивать навык выполнения передвижений, поворотов и ударов по мячу; провести тестирование техники выполнения передачи и остановки ногой мяча в парах; развивать двигательные качества: выносливость, быстроту во время в игре</p>	<p><b>Познавательные:</b> самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления.</p> <p><b>Регулятивные:</b> формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> формулируют собственное мнение и позицию; используют речь для регуляции своего действия.</p> <p><b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.</p>	<p><b>Научатся:</b></p> <p>самостоятельно контролировать качество выполнения упражнений с мячом; использовать передачу и прием мяча ногой при взаимодействии с партнерами и мини-футболе.</p>	Контроль техники (передачи и остановки мяча ногой в парах)	
76	<p>ОРУ в движении. Передвижения (без мяча, ведение мяча правой и левой ногами)</p> <p>Повороты (без мяча на месте и в движении; с мячом на месте и в движении).</p> <p>Удары ногой по неподвижному мячу.</p> <p>Остановка и удары ногой по катящемуся мячу.</p> <p><b>Игра в футбол по упрощенным правилам.</b></p>	Комбинированный	1'	<p>Значение физической культуры и спорта в формировании личности. <b>Цели:</b></p> <p>совершенствовать навык выполнения передвижений, поворотов и ударов по мячу; развивать внимание, интеллект, ловкость, силу, выносливость при игре в футбол.</p>	<p><b>Познавательные:</b> самостоятельно формулируют проблемы и находят способы их решения; соотносят изученные понятия с примерами из реальной жизни.</p> <p><b>Регулятивные:</b> выполняют действие в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила и кошу роль способа решения. <b>Коммуникативные:</b> формируют собственное мнение и позицию.</p> <p><b>Личностные:</b> ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками.</p>	<p><b>Научатся:</b></p> <p>самостоятельно контролировать качество выполнения упражнений; соблюдать правила взаимодействия с игроками при проведении игры.</p>	Текущий	

77	ОРУ в движении легкоатлетической направленности. Техника безопасности на уроках легкой атлетики. <b>Кроссовая подготовка - бег по пересеченной местности (10мин).</b> Чередования ходьбы и бега (бег 80 м, ходьба 80 м, бег 80 м, ходьба 80 м) - 2 раза. Подвижная игра «Лапта».	Комбинированный	1	Какие ошибочные действия на уроках легкой атлетики могут привести к травмам? <b>Цели:</b> учить выполнять упражнения в движении; учить равномерному бегу по пересеченной местности; развивать быстроту, ловкость, выносливость в подвижной игре.	<i>Познавательные:</i> имеют представление о технике безопасности на уроках легкой атлетики; организуют здоровьесберегающую деятельность с помощью ОРУ и специальных беговых упражнений. <i>Регулятивные:</i> формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия. <i>Коммуникативные:</i> формулируют собственное мнение и позицию. <i>Личностные:</i> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми.	<b>Научатся:</b> бегу по пересеченной местности; чередовать ходьбу и бег при выполнении учебного задания; взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения игровых упражнений.	Текущий	
78	ОРУ в движении легкоатлетической направленности. <b>Кроссовая подготовка - бег по пересеченной местности (12 мин).</b> Чередования ходьбы и бега (бег 80 м, ходьба 80 м, бег 80 м, ходьба 80 м) — 2 раза. Подвижная игра «Лапта»	Комбинированный	1	Как научиться правильно распределять силы на дистанции? <b>Цели:</b> повторить упражнения легкоатлетической направленности; развивать навык бега по пересеченной местности; развивать выносливость при беге по пересеченной местности.	<i>Познавательные:</i> самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления; осуществляют поиск необходимой информации. <i>Регулятивные:</i> оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. <i>Коммуникативные:</i> ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. <i>Личностные:</i> ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении целей.	<b>Научатся:</b> выполнять бег в колонне с соблюдением дистанции; самостоятельно контролировать качество выполнения упражнений	Текущий	
79	ОРУ в парах. <b>Кроссовая подготовка - бег по пересеченной местности (15 мин).</b> Многоскоки. Чередования ходьбы и бега (бег 80 м, ходьба 80 м, бег 80 м, ходьба 80 м) - 3 раза. Эстафета встречная до 30 м.	Комбинированный	1	Негативные факторы нездорового образа жизни. <b>Цели:</b> развивать навык чередования ходьбы и бега, соблюдая правила безопасности; учить правильному дыханию и работе рук во время бега по слабо пересеченной местности.	<i>Познавательные:</i> определяют и формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. <i>Регулятивные:</i> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способов решения. <i>Коммуникативные:</i> формулируют вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. <i>Личностные:</i> проявляют положительные качества личности и управляют ими.	<b>Научатся:</b> бегу по слабо пересеченной, местности до 2,5 км; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма при выполнении легкоатлетических упражнений.	Текущий	

80	ОРУ в парах. <b>Кроссовая подготовка - бег с преодолением препятствий (10 мин).</b> Многоскоки. Чередования ходьбы и бега (бег 80 м, ходьба 80 м, бег 80 м, ходьба 80 м) - 3 раза. Эстафета встречная до 30 м. Подвижная игра «Салки».	Комбинированный	1	Основные правила дыхания при беге на выносливость. <b>Цели:</b> учить технике правильной выполнения постановки стопы на грунт при беге; выполнять бег в колонне с соблюдением дистанции.	<i>Познавательные:</i> организуют здоровьесберегающую деятельность с помощью ОРУ в парах и специальных беговых упражнений. <i>Регулятивные:</i> оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. <i>Коммуникативные:</i> используют речь для регуляции своего действия. <i>Личностные:</i> ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности и формирование личностного смысла учения.	<b>Научатся:</b> бегу по слабо пересеченной местности до 2 км; правильно распределять силы по дистанции. взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения игровых упражнений.	Текущий	
81	ОРУ в движении. <b>Кроссовая подготовка - бег в гору и спуск. (10 мин).</b> Тройной прыжок в длину с места. Чередования ходьбы и бега (бег 100 м, ходьба 100 м, бег 100 м, ходьба 100 м) - 2 раза. Подвижная игра «Лапта».	Комбинированный	1	Требования к одежде на занятиях кроссовой подготовкой в различных условиях. <b>Цели:</b> учить технике бега в гору и спуску; развивать навык выполнения правильной постановки стопы на грунт при беге; закрепить навык бега в колонне с соблюдением дистанции.	<i>Познавательные:</i> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели; используют общие приемы решения поставленных задач. <i>Регулятивные:</i> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия. <i>Коммуникативные:</i> формулируют собственное мнение и позицию; <i>Личностные:</i> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	<b>Научатся:</b> чередованию ходьбы и бега при выполнении задания; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время бега.	Текущий	
82	ОРУ в движении. <b>Кроссовая подготовка - бег на средние дистанции по сыпучему грунту.</b> Тройной прыжок в длину с места. Чередования ходьбы и бега (бег 100 м, ходьба 100 м, бег 100 м, ходьба 100 м) - 2 раза. Подвижная игра «Лапта».	Комбинированный	1	Развитие выносливости при беге по сыпучему грунту. <b>Цели:</b> развивать навык выполнения тройного прыжка в длину с места; развивать навык выполнения постановки стопы на грунт при беге.	<i>Познавательные:</i> ориентируются в разнообразии способов решения задач. <i>Регулятивные:</i> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. <i>Коммуникативные:</i> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. <i>Личностные:</i> ориентируются на доброжелательное общение со сверстниками.	<b>Научатся:</b> соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время бега; организовывать и проводить подвижные игры.	Текущий	

83	ОРУ в парах. <b>Кроссовая подготовка - бег на выносливость до 20 минут.</b> Тройной прыжок в длину с места. Чередования ходьбы и бега (бег 100 м, ходьба 100 м, бег 100 м, ходьба 100 м) - 2 раза Эстафета круговая.	Комбинированный	1	Как использовать полученные навыки в процессе обучения? <b>Цели:</b> развивать координационные способности, силу и ловкость при выполнении круговой эстафеты; развивать навык выполнения тройного прыжка в длину с места.	<i>Познавательные:</i> самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. <i>Регулятивные:</i> оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают предложения и оценку учителя. <i>Коммуникативные:</i> ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. <i>Личностные:</i> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях	<b>Научатся:</b> технически правильно выполнять бег по пересеченной местности; самостоятельно контролировать качество выполнения упражнений.	Текущий	
84	ОРУ в парах. Полоса препятствий. <b>Кроссовая подготовка - бег на выносливость до 20 минут.</b> Чередования ходьбы и бега (бег 100 м, ходьба 100 м, бег 100 м, ходьба 100 м) - 3 раза Эстафета круговая с переноской тяжести.	Комбинированный	1	Влияние занятий физическими упражнениями на дыхательную и кровеносную системы организма человека? <b>Цели:</b> учить преодолевать полосу препятствий; провести тестирование тройного прыжка в длину с места.	<i>Познавательные:</i> организуют здоровьесберегающую деятельность с помощью ОРУ в парах и специальных беговых упражнений; самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. <i>Регулятивные:</i> оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. <i>Коммуникативные:</i> ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. <i>Личностные:</i> умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми.	<b>Научатся:</b> - выполнять упражнения для развития координационных способностей и внимания при выполнении игровых заданий.	Текущий	
85	ОРУ в парах. Кроссовая подготовка - полоса препятствий. <b>Тестирование двигательных качеств: тройной прыжок в длину с места</b> Эстафета комбинированная	Проверка и коррекция знаний и умений	1	Самоконтроль в процессе занятий физическими упражнениями и спортом. <b>Цели:</b> развивать координационные способности, ловкость и внимание при преодолении полосы препятствий; развивать навык бега по пересеченной местности.	<i>Познавательные:</i> самостоятельно формулируют проблемы; ориентируются в разнообразии способов решения задач. <i>Регулятивные:</i> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. <i>Коммуникативные:</i> формулируют вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. <i>Личностные:</i> ориентируются на доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками и взрослыми.	<b>Научатся:</b> организовывать и проводить комбинированную эстафету; , самостоятельно контролировать качество выполнения бега по пересеченной местности.	Контроль двигательных качеств: (тройной прыжок в длину с * места)	
86	ОРУ в движении. <b>Тестирование двигательных качеств: кроссовый бег на 1000 метров.</b> Метание мяча в горизонтальную цель. Подвижная игра «Охотники и утки».	Проверка и коррекция знаний и умений	1	Особенности индивидуального планирования, регулирования физических нагрузок. <b>Цели:</b> провести тестирование кроссового бега на 1000 метров; развивать координационные способности,	^ »*.-● ■ <i>Познавательные:</i> организуют здоровьесберегающую деятельность с помощью ОРУ в движении и кроссе на 1000 м. <i>Регулятивные:</i> выполняют действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; используют установленные правила в контроле способа решения. <i>Коммуникативные:</i> формулируют вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей	<b>Научатся:</b> - организовывать и проводить подвижную игру; - самостоятельно контролировать качество выполнения бега по пересеченной местности; - метать мяч в	Контроль двигательных качеств: (бег на 1000 м)	



89	ОРУ со скакалкой. Метание малого мяча на дальность (с места и короткого разбега) <b>Прыжок в высоту с прямого разбега.</b> Подвижная игра «Охотники и сторож».	Комбинированный	1	Какие упражнения для туловища можно использовать для проведения физкультминуток? <b>Цели:</b> повторить комплекс ОРУ со скакалкой; развивать навык метания мяча на дальность; повторить прыжок в высоту с прямого разбега.	<i>Познавательные:</i> имеют представление прыжка в высоту с прямого разбега; самостоятельно выделяют и формулируют цели и способы их осуществления. <i>Регулятивные:</i> оценивают и контролируют правильность выполнения задания. <i>Коммуникативные:</i> ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. <i>Личностные:</i> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей:	<b>Научатся:</b> организовывать и проводить подвижную игру; - выполнять прыжок в высоту с прямого разбега; выполнять общеразвивающие упражнения со скакалкой.	Текущий	
90	ОРУ на автомобильных шинах с акцентом на прыжки. Метание малого мяча на дальность (с места и короткого разбега) Бег со средней скоростью с заданием на заданное время: 1,2,3,4,5,6 мин. <b>Прыжок в высоту с разбега способом «перешагивание».</b> Эстафета круговая.	Комбинированный	1	Меры безопасности при нахождении на водах, в парках, улице. <b>Цели:</b> разучить комплекс ОРУ на автомобильных шинах; развивать навык метания мяча на дальность; развивать навык прыжка в высоту с разбега, развивать внимание, ловкость, выносливость в эстафете.	<i>Познавательные:</i> имеют представление о технике прыжка в высоту с разбега способом «перешагивание»; организуют здоровьесберегающую деятельность с помощью ОРУ на автомобильных шинах, метании мяча и круговой эстафеты. <i>Регулятивные:</i> формулируют учебные задачи вместе с учителем; вносят изменения в план действия. <i>Коммуникативные:</i> формулируют собственное мнение и позицию. <i>Личностные:</i> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	<b>Научатся:</b> - выполнять общеразвивающие упражнения на автомобильных шинах; - технически правильно выполнять отталкивание, переход через планку в прыжках в высоту с разбега.	Текущий	
91	ОРУ на автомобильных шинах с акцентом на прыжки. <b>Тестирование двигательных качеств: метание мяча на дальность.</b> Бег со средней скоростью с заданием на заданное время: 1,2,3,4,5,6 мин. Прыжок в высоту с разбега способом «перешагивание». Эстафета встречная.	Проверка и коррекция знаний и умений	1	Правила соревнований по прыжкам в высоту с разбега. <b>Цели:</b> повторить комплекс ОРУ на автомобильных шинах; провести тестирование метания мяча на дальность; развивать навык прыжка в высоту с разбега способом «перешагивание».	<i>Познавательные:</i> имеют углубленное представление о технике метания мяча на дальность; организуют здоровьесберегающую деятельность с помощью ОРУ и встречной эстафеты. <i>Регулятивные:</i> оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. <i>Коммуникативные:</i> используют речь для регуляции своего действия. <i>Личностные:</i> ориентируются на принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности .	<b>Научатся:</b> - организовывать и проводить встречную эстафету; - технически правильно выполнять приземление в прыжках в высоту с разбега способом «перешагивание».	Контроль двигательных качеств: (метание мяча*т на дальность)	

92	ОРУ в движении с акцентом на прыжки. <b>Бег со средней скоростью с заданием на заданное время: 1,2,3,4,5,6 мин.</b> Эстафетный бег. <b>Прыжок в высоту с разбега способом «перешагивание».</b> Подвижная игра «Лапта».	Комбинированный	1	Легкоатлетические эстафеты и правила их проведения. <b>Цели:</b> разучить комплекс ОРУ в движении с акцентом на прыжки; учить технике передачи эстафетной палочки в эстафетном беге; развивать координацию, ловкость и внимание при выполнении игровых заданий.	<i>Познавательные:</i> ориентируются в разнообразии способов решения задач. <i>Регулятивные:</i> выполняют и используют установленные правила в контроле способов решения. <i>Коммуникативные:</i> формулируют вопросы, обращаются за помощью; договариваются о распределении функций и ролей в совместной деятельности. <i>Личностные:</i> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных нестандартных ситуациях.	<b>Научатся:</b> выполнять эстафетный бег; передавать эстафетную палочку; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время физкультурных занятий.	Текущий	
93	ОРУ в движении с акцентом на прыжки. <b>Тестирование двигательного качества: прыжок в высоту с разбега способом «перешагивание».</b> Скоростно-силовая подготовка. Эстафетный бег. Подвижная игра «Зяц без логова».	Комбинированный	1	Какие упражнения можно использовать для улучшения прыгучести? <b>Цели:</b> повторить комплекс ОРУ в движении; провести тестирование прыжка в высоту с разбега способом «перешагивание»; развивать навык передачи эстафетной палочки в эстафетном беге.	<i>Познавательные:</i> имеют углубленное представление о технике прыжка в высоту с разбега; организуют здоровьесберегающую деятельность с помощью ОРУ и подвижной игры. <i>Регулятивные:</i> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <i>Коммуникативные:</i> используют речь для регуляции своего действия. <i>Личностные:</i> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	<b>Научатся:</b> выполнять упражнения для развития скоростных качеств и силы; - технически правильно передавать эстафетную палочку и выполнять эстафетный бег.	Контроль двигательных качеств: (прыжок в высоту с разбега)	
94	ОРУ в парах в движении. Прыжок в длину с места. Скоростно-силовая подготовка. Эстафетный бег. <b>Прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги».</b> Подвижная игра «Сумма прыжков».	Комбинированный	1	Какие существуют способы прыжков в длину с разбега? <b>Цели:</b> учить технике выполнения разбега и отталкивания в прыжках в длину способом «согнув ноги»; развивать навык прыжка в длину с места; развивать координацию, ловкость и внимание в подвижной игре.	<i>Познавательные:</i> ориентируются в разнообразии способов решения задач. <i>Регулятивные:</i> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; адекватно воспринимают оценку учителя. <i>Коммуникативные:</i> формулируют собственное мнение и позицию; договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. <i>Личностные:</i> раскрывают внутреннюю позицию школьника; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками.	<b>Научатся:</b> технически правильно выполнять разбег и отталкивание в прыжках в длину, соблюдая правила техники безопасности; организовывать и проводить подвижную игру.	Текущий	

95	ОРУ со скакалками. <b>Тестирование двигательного качества: прыжок в длину с места.</b> Скоростно-силовая подготовка. Прыжки через низкие барьеры. Прыжки в длину с разбега способом «согнув ноги». Круговая эстафета.	Комбинированный	1	Нормативные требования в прыжках в длину с места и разбега для третьей ступени ГТО. <b>Цели:</b> повторить ОРУ со скакалкой; провести тестирование прыжка в длину с места; развитие силы, ловкости и координации во время выполнения прыжков разными способами.	<i>Познавательные:</i> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели и способы их осуществления. <i>Регулятивные:</i> оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. <i>Коммуникативные:</i> формулируют вопросы; ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. <i>Личностные:</i> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	<b>Научатся:</b> выполнять прыжки через низкие барьеры во время бега; правильно подбирать разбег при выполнении прыжков в длину.	Контроль двигательных качеств (прыжок в длину с места)	
96	ОРУ с набивными мячами. Скоростно-силовая подготовка. <b>Тестирование двигательного качества: прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги».</b> Прыжки через низкие барьеры. Бег 300 м. Эстафета с переноской набивных мячей.	Проверка и коррекция знаний, и умений	1	Особенности развития скоростно-силовых качеств. <b>Цели:</b> развивать скоростносиловые качества в прыжках в длину с разбега; провести тестирование прыжка в длину с разбега; закрепить навык бега на 300 м.	<i>Познавательные:</i> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. <i>Регулятивные:</i> вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. <i>Коммуникативные:</i> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. <i>Личностные:</i> ориентируются на доброжелательное взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	<b>Научатся:</b> выполнять бег на 300 м; выполнять отталкивание в сочетании с работой рук; организовывать и проводить эстафету с переноской набивных мячей.	Контроль двигательных качеств (прыжок в длину с разбега)	
97	ОРУ в движении. Скоростно-силовая подготовка. <b>Тестирование двигательного качества: челночный бег 3х10 м.</b> Прыжки через низкие барьеры. Бег 300 м. Игра в мини-футбол.	Проверка и коррекция знаний, и умений	1	Какие физические качества развиваются в челночном беге? <b>Цели:</b> развивать скоростносиловые качества в беге; провести тестирование челночного бега 3х10 м. развивать координацию, ловкость и внимание во время игры в футбол.	<i>Познавательные:</i> имеют представление о технике челночного бега и беге на 300 м; организывают здоровьесберегающую деятельность с помощью ОРУ и игры в футбол. <i>Регулятивные:</i> оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. <i>Коммуникативные:</i> ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. <i>Личностные:</i> проявляют положительные качества личности и управляют своими эмоциями в различных ситуациях.	<b>Научатся:</b> равномерно рас- <sup>1</sup> пределять свои силы во время бега на 300 м; организовывать и проводить игру в футбол.	Контроль двигательных качеств (челночный бег 3х10 м)	

98	ОРУ в движении. Скоростно-силовая подготовка. <b>Тестирование двигательного качества: бег 300 метров.</b> Эстафета встречная. • • >	Проверка и коррекция знаний, и умений	1	Какими тестами определяется двигательная подготовленность? <b>Цели:</b> провести тестирование бега на 300 м; провести тестирование подтягивания на перекладине; развивать координацию, ловкость, быстроту, выносливость и внимание в эстафете.	<i>Познавательные:</i> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. <i>Регулятивные:</i> вносят необходимые коррективы в действие на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. <i>Коммуникативные:</i> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности, в том числе в ситуации столкновения интересов. <i>Личностные:</i> умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми.	<b>Научатся:</b> выполнять легкоатлетические упражнения; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время физкультурных занятий.	Контроль двигательных качеств (бег 300 м, подтягивания на перекладине)	
99	ОРУ на автомобильных шинах. Скоростно-силовая подготовка. <b>Тестирование двигательного качества: прыжки через скакалку за 1 мин.</b> Бег на 2000 м. Метание набивных мячей (1 кг) одной и двумя руками из разных положений. Подвижная игра «Лапта».	Проверка и коррекция знаний, и умений	1	Какие физические качества развиваются в подвижной игре «Лапта»? <b>Цели:</b> провести тестирование прыжков через скакалку за 1 мин; развивать координацию, ловкость, быстроту, выносливость и внимание в подвижной игре.	<i>Познавательные:</i> имеют представление о технике прыжков на скакалке; самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. <i>Регулятивные:</i> вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. <i>Коммуникативные:</i> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. <i>Личностные:</i> ориентируются на активное взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	<b>Научатся:</b> технически правильно выполнять прыжки на двух ногах через скакалку; бегать на 2000 м; организовывать и проводить подвижную игру с соблюдением правил поведения и предупреждения травматизма	Контроль двигательных качеств (прыжки на скакалке)	
100	Беговая разминка. Скоростно-силовая подготовка. <b>Тестирование двигательного качества: бег на 2000 метров.</b> Метание набивных мячей (1 кг) одной и двумя руками из разных положений. Игра в мини-футбол.	Проверка и коррекция знаний, и умений	1	Как развивать ловкость и быстроту? <b>Цели:</b> провести тестирование бега на 1500 метров; развивать ловкость и глазомер при выполнении игровых упражнений; развивать силовые качества в метаниях набивного мяча.	<i>Познавательные:</i> используют общие приемы решения поставленных задач. <i>Регулятивные:</i> оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. <i>Коммуникативные:</i> ориентируются на позицию партнера в общении и взаимодействии. <i>Личностные:</i> проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; умеют управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми	Научатся: равномерно распределять свои силы во время бега на 2000 м; выполнять метания мяча одной и двумя руками из разных положений.	Конт^ роль двигательных качеств (бег на 2000 м)	

101	ОРУ в движении. Скоростно-силовая подготовка. Метание набивных мячей (1 кг) одной и двумя руками из разных положений. <b>Тестирование двигательного качества: поднимание туловища за 30 сек.</b> Подвижная игра по выбору учащихся.	Проверка и коррекция знаний, и умений	1	Правила составления комплекса утренней гигиенической гимнастики. <b>Цели:</b> закрепить навык метания набивных мячей (1 кг) одной и двумя руками из разных положений; провести тестирование поднимания туловища за 30 сек.	<i>Познавательные:</i> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. <i>Регулятивные:</i> вносят необходимые коррективы в действия после его завершения на основе его оценки и учета характера допущенных ошибок. <i>Коммуникативные:</i> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. <i>Личностные:</i> ориентируются на доброжелательное взаимодействие со сверстниками.	Научатся: выполнять упражнения для развития силы, выносливости, быстроты и ловкости посредством различных физических упражнений; организовывать и проводить подвижную игру	Контроль двигательных качеств (поднимание туловища за 30 сек)	
102	ОРУ в движении. Скоростно-силовая подготовка. Метание набивных мячей (1 кг) одной и двумя руками из разных положений. <b>Тестирование двигательного качества: подтягивание на перекладине(мальчики — высокая, девочки - низкая).</b> Подвижная игра по выбору учащихся.	Проверка и коррекция знаний, и умений	1	Правила составления комплекса утренней гигиенической гимнастики. <b>Цели:</b> закрепить навык метания набивных мячей (1 кг) одной и двумя руками из разных положений; провести тестирование подтягивания на перекладине.	<b>Познавательные:</b> имеют представление о технике подтягивания на перекладине; организуют здоровьесберегающую деятельность с помощью ОРУ и игр. <b>Регулятивные:</b> оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя. <b>Коммуникативные:</b> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. <b>Личностные:</b> ориентируются на доброжелательное взаимодействие со сверстниками.	Научатся: выполнять упражнения для развития силы, выносливости, быстроты и ловкости посредством различных физических упражнений; организовывать и проводить подвижную игру	Контроль двигательных качеств (подтягивание на перекладине)	
103	ОРУ в парах. Скоростно-силовая подготовка <b>Тестирование двигательного качества: сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу.</b> Подвижная игра по выбору учащихся.	Проверка и коррекция знаний, и умений	1	Оздоровительное и развивающее воздействие физической культуры на функциональные возможности, умственные способности и психику. <b>Цели:</b> провести тестирование подтягивания на перекладине.	<i>Познавательные:</i> самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели. <i>Регулятивные:</i> вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета характера сделанных ошибок. <i>Коммуникативные:</i> договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. <i>Личностные:</i> ориентируются на доброжелательное взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.	<b>Научатся:</b> выполнять упражнения для развития силы, выносливости, быстроты и ловкости посредством различных физических упражнений; организовывать и проводить подвижную игру.	Контроль двигательных качеств (сгибание и разгибание рук в упоре на полу)	

104	ОРУ в движении. Скоростно-силовая подготовка <b>Спортивные и подвижные игры по выбору</b>	Комбинированный	1	<p>Правила поведения и меры безопасности на водоемах в летний период.</p> <p><b>Цель:</b> закрепить умения и навыки выполнения основных видов движения.</p>	<p>Познавательные: имеют представление о технике основных видов движения; организуют здоровьесберегающую деятельность с помощью общеразвивающих упражнений, игр, эстафет с бегом, прыжками и метаниями по выбору учащихся.</p> <p>Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя.</p> <p>Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия.</p> <p>Личностные: ориентируются на активное взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность и трудолюбие .</p>	<p>Научатся: грамотно использовать технику выполнения основных видов движения во время игр и эстафет различного вида; - соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями</p>	Текущий	
105	ОРУ в движении. Скоростно-силовая подготовка <b>Игры, эстафеты с бегом, прыжками и метаниями по выбору учащихся.</b>	Комбинированный	1	<p>Итоги четверти и учебного года.</p> <p><b>Цель:</b> закрепить умения и навыки выполнения основных видов движения.</p>	<p><b>Познавательные:</b> имеют представление о технике основных видов движения; организуют здоровьесберегающую деятельность с помощью общеразвивающих упражнений, игр, эстафет с бегом, прыжками и метаниями по выбору учащихся.</p> <p><b>Регулятивные:</b> планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; оценивают правильность выполнения действия; адекватно воспринимают оценку учителя.</p> <p><b>Коммуникативные:</b> используют речь для регуляции своего действия.</p> <p><b>Личностные:</b> ориентируются на активное взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.</p>	<p>Научатся: грамотно использовать технику выполнения основных видов движения во время игр и эстафет различного вида; соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями.</p>	Итоговый	