

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Приморского края

МКУ «Управление образования» Шкотовского муниципального района

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение «средняя общеобразовательная школа № 26 пос. Новонежино»

Рассмотрено
на МС школы
Зам. директора по УВР
_____ С.С. Головки
(Ф.И.О.)

Протокол № 1
от «30» 08 2022 г.

Согласовано
Зам. директора по УВР
_____ В.А.Нестерова
(Ф.И.О.)

Протокол № 1
от «30» 08 2022 г.

Утверждаю
Директор МБОУ «СОШ
№ 26 пос. Новонежино»
_____ Е.В. Лемишко
(Ф.И.О.)

Приказ № 89
от «01» 09 2022 г.

**Календарно-тематическое планирование
по физической культуре
для 8 класса среднего общего образования**

Составитель: Бельская Любовь Олеговна
учитель физической культуры

Новонежино 2022

№ п/п	Тема	Элементы содержания. Основные виды учебной деятельности	КЭС	УУД	Дата проведен. (планир.)	Дата проведен. (по факту)
Легкая атлетика (7 часов)						
1	Л/а. Спринтерский бег, эстафетный бег. Инструктаж по т/б л/а. Инструкция № 1.	Знание техники безопасности. Инструктаж по л/а. Раскрывать понятия «физическая культура», «физическое воспитание»; описывать место физической культуры в общей культуре человечества; называть основные задачи физического воспитания. Называть и описывать виды спорта, включённые в программу зимних и летних Олимпийских игр.	2.1 2.2	Предметные: соблюдать правила техники безопасности при выполнении беговых упражнений. Осваивать технику бега с низкого старта. Осознавать познавательную задачу, извлекать нужную информацию. Метапредметные: формирование социальной роли ученика. Формирование положительного отношения к учению. Личностные: формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира.	1.09.	
2	Низкий старт (30-40 м). Стартовый разгон. Бег по дистанции (70-80 м).	Специальные беговые упражнения. ОРУ. Эстафеты линейные, передача палочки, встречные эстафеты. Определять понятие «режим дня»; раскрывать зависимость между изменением умственной и физической работоспособности и видами деятельности школьника в течение дня; составлять и соблюдать правильный режим дня	2.2	Предметные: уметь демонстрировать стартовый разгон в беге с низкого старта. Знать технику выполнения низкого старта. Осваивать технику бега с низкого старта. Метапредметные: умения принимать и сохранять учебную задачу, направленную на формирование и развитие двигательных качеств (скоростной выносливости). Личностные: формирование умения самостоятельно планировать пути достижения целей, выбирать наиболее эффективные способы решения учебных задач.	6.09.	

№ п/п	Тема	Элементы содержания. Основные виды учебной деятельности	КЭС	УУД	Дата проведен. (планир.)	Дата проведен. (по факту)
3	. Бег 60 м на результат.	Влияние легкоатлетических упражнений на различные системы организма. Бег 60 м. на результат. Специальные беговые упражнения. Проявлять скоростные способности в беге на дистанции до 60 м. Называть виды физкультурной деятельности, которые можно осуществлять вне закрытых помещений; составлять план занятий физической культурой на открытом воздухе (виды упражнений, спортивная одежда и обувь, место в режиме дня, продолжительность и нагрузка); использовать физические упражнения и оздоровительные прогулки на открытом воздухе для укрепления здоровья		Предметные: демонстрировать скоростные способности в беге на дистанции до 60 м, на максимальный результат. Метапредметные: умения принимать и сохранять учебную задачу, направленную на формирование и развитие двигательных качеств. Личностные: формирование умения самостоятельно планировать пути достижения целей, выбирать наиболее эффективные способы решения учебных задач.	13.09.	
4	Прыжок в длину с 11-13 беговых шагов. Подбор разбега. Метание теннисного мяча на дальность с 5-6 шагов.	Обучение подбору разбега и отталкиванию в прыжке в длину способом «согнув ноги», с 11-13 шагов разбега. Выполнять метание малого мяча на дальность с 5-6	2.3 2.4	Предметные: овладеть техникой метания малого мяча на заданное расстояние и прыжком в длину с разбега. Метапредметные: овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.	15.09.	

№ п/п	Тема	Элементы содержания. Основные виды учебной деятельности	КЭС	УУД	Дата проведен. (планир.)	Дата проведен. (по факту)
		шагов разбега. Правила использования легкоатлетических упражнений для развития бросковых шагов. Формулировать правила здорового питания; характеризовать правильный рацион питания школьника в течение дня.		применение полученных знаний и умений. Личностные : владение знаниями по организации и проведению занятий физическими упражнениями оздоровительной и тренировочной направленности, составлению содержания индивидуальных занятий в соответствии с задачами улучшения физического развития и физической подготовленности.		
5	Техника метания малого мяча на дальность с разбега. Прыжок в длину с 11-13 шагов на результат	Техника метания малого мяча на дальность с разбега. Прыжок в длину с 7-9 шагов. Терминология метания. Выполнять метание малого мяча на заданное расстояние, прыжок в длину с разбега. Выполнять специальные беговые упражнения Демонстрировать технику прыжка в длину с места на максимальный результат. Раскрывать понятие «закаливания»; называть методы закаливания и правила; сравнивать и описывать интенсивные и традиционные методы, изученные в предыдущие годы обучения; объяснять	2.3 2.4	Предметные: овладеть техникой прыжка в длину с места на максимальный результат и техникой метания мяча на дальность с разбега на максимальный результат. Метапредметные: овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. применение полученных знаний и умений. Личностные : владение знаниями по организации и проведению занятий физическими упражнениями оздоровительной и тренировочной направленности, составлению содержания индивидуальных занятий в соответствии с задачами улучшения физического развития и физической подготовленности.	20.09.	

№ п/п	Тема	Элементы содержания. Основные виды учебной деятельности	КЭС	УУД	Дата проведен. (планир.)	Дата проведен. (по факту)
		важность соблюдения дозировки закаливающих процедур; выполнять и соблюдать правила гигиены при их выполнении.				
6	Техника метания малого мяча на дальность с разбега. Прыжок в длину с 5-6 шагов на результат	Оценка техники движений, способы выявления и устранения ошибок в технике выполнения упражнений (технических ошибок). Совершенствование техники метания мяча. Совершенствование прыжков в длину с разбега способом «согнув ноги». Демонстрировать технику прыжка в длину с места на максимальный результат. Определять понятия «самоконтроль», «функциональные резервы организма»; раскрывать понятие «функциональная проба»; называть показатели, оцениваемые при самоконтроле; объяснять цель измерения показателей состояния организма — длины и массы тела, окружности грудной	2.3 2.4	Предметные: развивать основные физические качества и соотносить их с показателями физического развития, определять приросты этих показателей. Метапредметные: осознавать познавательную задачу при выполнении прыжковых упражнений. Личностные: освоение приёмов работы со значимой информацией.	22.09.	

№ п/п	Тема	Элементы содержания. Основные виды учебной деятельности	КЭС	УУД	Дата проведен. (планир.)	Дата проведен. (по факту)
		клетки, осанки, частоты сердечных сокращений; описывать методику измерения соотношения длины и массы тела, окружности грудной клетки, осанки, частоты сердечных сокращений; характеризовать взаимосвязи массы и длины тела, правильности осанки и состояния здоровья; описывать с помощью рисунка в учебнике виды нарушений осанки и называть способы их профилактики; проводить мониторинг собственных показателей состояния и развития организма				

№ п/п	Тема	Элементы содержания. Основные виды учебной деятельности	КЭС	УУД	Дата проведен. (планир.)	Дата проведен. (по факту)
7	Мониторинг определения уровня физической подготовленности учащихся.	Тестировать развитие основных физических качеств и соотносить их с показателями физического развития, определять приросты этих показателей по учебным четвертям и соотносить их с содержанием и направленностью занятий физической культурой. Измерение резервов организма и состояния здоровья с помощью функциональных проб.		Предметные: развивать основные физические качества и соотносить их с показателями физического развития, определять приросты этих показателей. Метапредметные: осознавать познавательную задачу при выполнении прыжковых упражнений. Личностные: освоение приёмов работы со значимой информацией.	27.09.	
Кроссовая подготовка (5 часов)						
8	Кроссовая подготовка Бег 10 минут. Преодоление горизонтальных препятствий.	ОРУ в движении. Специальные беговые упражнения. Преодоление полосы препятствий с использованием бега, ходьбы, прыжков, лазанием и перелезанием. Составлять, варьировать и выполнять комплекс упражнений для утренней гигиенической гимнастики	3.1 3.2 3.3. 3.4 3.5	Предметные: проявлять выносливость, координацию, скоростные и скоростно-силовые способности. Метапредметные: планировать свое действие в соответствии с поставленной задачей. Умение устанавливать причинно-следственные связи. Личностные: освоение приёмов работы с социально значимой информацией из различных источников; применение полученных знаний и умений.	29.09.	

№ п/п	Тема	Элементы содержания. Основные виды учебной деятельности	КЭС	УУД	Дата проведен. (планир.)	Дата проведен. (по факту)
9	Кросс до 15 минут.	Специальные беговые упражнения. ОРУ в движении. Длительный бег до 15 мин. (2 по 7,5 мин). Раскрывать понятие «дыхательная гимнастика»; характеризовать влияние дыхательной гимнастики на организм; выполнять комплекс упражнений дыхательной гимнастики в режиме дня в домашних условиях	3.1 3.2 3.3. 3.4 3.5	Предметные: научиться распределять силы при длительном беге на дистанции выявлять характерные ошибки в технике выполнения беговых упражнений. Метапредметные: различать способ и результат действия. Знать способы выполнения разных беговых упражнений Личностные: формирование умения самостоятельно планировать пути достижения целей, выбирать наиболее эффективные способы решения учебных задач.	4.10.	
10	Кросс до 15 минут.	Выявлять возможные ошибки и недочеты в технике. Демонстрировать полученные умения навыки при выполнении легкоатлетических упражнений. Равномерный бег до 15 мин. Преодоление препятствий. Развитие выносливости. Раскрывать понятия «адаптивная физическая культура», «психорегуляция»; называть области применения адаптивной физической культуры; характеризовать возможности физической	3.1 3.2 3.3. 3.4 3.5	Предметные: выявлять характерные ошибки в технике выполнения беговых упражнений. Метапредметные: различать способ и результат действия. Различать способ и результат действия Личностные: формирование умения самостоятельно планировать пути достижения целей, выбирать наиболее эффективные способы решения учебных задач.	6.10.	

[illegible]

№ п/п	Тема	Элементы содержания. Основные виды учебной деятельности	КЭС	УУД	Дата проведен. (планир.)	Дата проведен. (по факту)
13	Футбол. Инструктаж по т/б игры в футбол. Инструкция № 2.	Техника безопасности при игре в футбол. Характеристика основных приёмов игры в футбол. Овладеть основными приёмами игры в футбол. Бег 12 мин. Преодоление препятствий. Развитие выносливости.		Предметные: ознакомиться с терминологией, основными приемами и правилами игры в футбол. Метапредметные: моделировать технику действий и приемов футболиста, соблюдать правила безопасности. Личностные: развитие способностей делать необходимые выводы и давать обоснованные оценки процессам.	18.10.	
14	Техника удара по мячу.	Техника удара по мячу внутренней стороной стопы. Техника остановки катящего мяча внутренней стороной стопы. Равномерный бег до 12 мин. Анализ техники физических упражнений, их освоение и выполнение по показу.		Предметные: освоить технику удара по мячу внутренней стороной стопы, технику остановки катящего мяча внутренней стороной стопы. Метапредметные: моделировать технику действий и приемов футболиста, соблюдать правила безопасности. Личностные: развитие способностей делать необходимые выводы и давать обоснованные оценки процессам.	20.10.	
15	Игра в мини-футбол по упрощенным правилам.	Основные приёмы игры в футбол. Игра в мини-футбол по упрощенным правилам. Равномерный бег до 12 мин. Преодоление препятствий. Развитие выносливости.		Предметные: выявлять возможные ошибки и недочеты в технике; демонстрировать полученные умения навыки при выполнении легкоатлетических упражнений. Метапредметные: моделировать технику игровых действий и приемов, взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техническими действиями футбола. Личностные: формирование умения самостоятельно планировать пути достижения целей, выбирать наиболее эффективные способы решения учебных задач.	25.10.	

№ п/п	Тема	Элементы содержания. Основные виды учебной деятельности	КЭС	УУД	Дата проведен. (планир.)	Дата проведен. (по факту)
16	Основные приёмы игры в футбол.	Основные приёмы игры в футбол. Развитие координационных способностей. Техника ведения мяча внешней стороной стопы.		Предметные: овладеть основными приёмами игры в футбол. Метапредметные: моделировать технику игровых действий и приемов, взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техническими действиями футбола. Личностные: формирование умения самостоятельно планировать пути достижения целей, выбирать наиболее эффективные способы решения учебных задач.	27.10.	
Волейбол (8 часов)						
17	Стойка волейболиста. Инструктаж по т/б игры в волейбол. Инструкция № 3.	Овладевать основными приёмами игры в волейбол. Осваивать и выполнять стойки и перемещения; Соблюдать правила безопасности при занятиях спортивными играми.	5.1	Предметные: терминология и правила игры, различные перемещения и стойки волейболиста. Метапредметные: моделировать технику действий и приемов волейболиста, соблюдать правила безопасности. Личностные: развитие способностей делать необходимые выводы и давать обоснованные оценки процессам.		
18	Нижняя прямая подача. Передача сверху двумя руками в парах через сетку.	Иметь представление о правилах игры в волейбол; Выполнять стойку и держание мяча. Решение задач игровой и соревновательной деятельности с помощью двигательных действий. Терминология игры.	5.1 5.2	Предметные: терминология и правила игры, различные перемещения и стойки волейболиста. Метапредметные: моделировать технику действий и приемов волейболиста, соблюдать правила безопасности. Личностные: развитие способностей делать необходимые выводы и давать обоснованные оценки процессам.		

№ п/п	Тема	Элементы содержания. Основные виды учебной деятельности	КЭС	УУД	Дата проведен. (планир.)	Дата проведен. (по факту)
		Нижняя прямая подача. Передача сверху двумя руками в парах через сетку. Игра по упрощённым правилам.				
19	Передача двумя руками сверху на месте.	Выполнять приём мяча двумя руками сверху на месте. Осваивать и выполнять стойку и держание мяча. Подвижные игры с элементами волейбола. Стойка игрока. Перемещение в стойке.	5.3 5.4	Предметные: научить приему мяча двумя руками сверху на месте. Метапредметные: моделировать технику игровых действий и приемов, взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техническими действиями волейбола. Личностные: формирование умения самостоятельно планировать пути достижения целей, выбирать наиболее эффективные способы решения учебных задач.		
20	Приём мяча снизу двумя руками над собой. Игра в мини- волейбол.	Передача двумя руками сверху на месте и после передачи вперёд. Приём мяча снизу двумя руками над собой. Игра в мини-волейбол. Выполнять технические приёмы. Участвовать в игре.	5.2 5.3 5.4	Предметные: научить различным передачам мяча. Метапредметные: моделировать технику игровых действий и приемов, взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техническими действиями волейбола. Личностные: формирование умения самостоятельно планировать пути достижения целей, выбирать наиболее эффективные способы решения учебных задач.		

№ п/п	Тема	Элементы содержания. Основные виды учебной деятельности	КЭС	УУД	Дата проведен. (планир.)	Дата проведен. (по факту)
21	Тактические действия игроков	Осваивать и выполнять технику приёма мяча снизу двумя руками над собой. Передача двумя руками сверху на месте и после передачи вперёд. Выполнять технические приёмы. Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером.	5.2 5.3 5.4 5.6 5.8 5.9	Предметные: техника приема мяча снизу, сверху двумя руками над собой. Метапредметные: моделировать технику игровых действий и приемов. Взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техническими действиями волейбола. Личностные: формирование познавательного интереса к изучению общественных дисциплин; освоение приёмов работы со значимой информацией.		
22	Отработка технических приёмов. Игра по упрощённым правилам..	Комбинации из разученных перемещений. Передача мяча в тройках после перемещения. Передача мяча над собой во встречных колоннах. Нижняя прямая подача, прием подачи. Нападающий удар после передачи. Игра по упрощенным правилам	5.3 5.4 5.5 5.6 5.8	Предметные: освоение, применение и выполнение технических приёмов в элементах игры. Метапредметные: моделировать технику игровых действий и приемов. Взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техническими действиями волейбола. Личностные: формирование познавательного интереса к изучению общественных дисциплин; освоение приёмов работы со значимой информацией.		
23	Оценка техники приёма мяча снизу двумя руками и нижней прямой подачи.	Применять освоенные технические элементы в игре. Выполнять правила игры. Участвовать в игре. Эстафеты Игра в мини-волейбол.	5.5 5.7 5.8 5.9	Предметные: научиться оценивать технику приёма мяча снизу, двумя руками и нижней прямой подачи. Метапредметные: выполнять правила игры, моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий. соблюдать правила безопасности. Личностные: выбирать наиболее		

№ п/п	Тема	Элементы содержания. Основные виды учебной деятельности	КЭС	УУД	Дата проведен. (планир.)	Дата проведен. (по факту)
				эффективные способы решения учебных задач. Управлять своими эмоциями.		
24	Нижняя прямая подача	Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. Нижняя прямая подача. Игра в мини-волейбол.	5.5 5.7 5.8 5.9	Предметные: научиться выполнять нижнюю прямую подачу мяча с 6 м. Метапредметные: выполнять правила игры, моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий. Личностные: проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях.		
Гимнастика с элементами акробатики (8 часов)						
25	Инструктаж по т/б на занятиях гимнастикой. Инструкция № 4. Строевые команды и строевые приёмы.	Организующие команды и приёмы. Перестроение в движении. Инструктаж по ТБ на уроках гимнастики. Развитие силовых способностей. Овладевают правилами ТБ и страховки во время занятий физическими упражнениями. Выполняют строевые команды и строевые приёмы.	6.1 6.2	Предметные: выполнение строевых команд и строевых приёмов. Метапредметные: выполнять тех. элементы с помощью учителя, партнера, моделировать технику выполнения элементов, взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техническими действиями. Личностные: анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения.		
26	Акробатические элементы: «мост», стойки, кувырки.	Понятие осанка. Причины нарушений осанки. Профилактика нарушений осанки. Упражнения для поддержания правильной	6.2 6.4	Предметные: мост из положения, лежа, стойки на лопатках, кувырки. Метапредметные: корректировка техники выполнения упражнений, соблюдение правил безопасности. Личностные:		

№ п/п	Тема	Элементы содержания. Основные виды учебной деятельности	КЭС	УУД	Дата проведен. (планир.)	Дата проведен. (по факту)
		осанки. Эстафеты. ОРУ в движении. Мост из положения лежа. Кувырок назад, стойка ноги врозь (м.). Мост и поворот в упор на одном колене. ОРУ в движении. Лазание по канату в два приема. Развитие силовых способностей		проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях.		
27	Упражнения на гибкость.	Мост из положения лежа. Стойка на лопатках. Лазание по канату в два приёма. Кувырки назад и вперед, длинный кувырок (м.). Мост и поворот в упор на одном колене. ОРУ с набивным мячом.	6.5 6.6 6.7	Предметные: акробатические элементы, связки, страховка. Метапредметные: выполнять тех. элементы с помощью учителя, партнера, корректировка техники выполнения упражнений, соблюдение правил безопасности. Личностные: оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.		
28	Контрольно учетный урок	Контрольное упражнение на гибкость – наклон вперёд из положения сидя, стоя. Выполнить на оценку акробатические упражнения отдельно и в комбинации. Лазание по канату в два приёма (учёт).	6.5 6.6 6.8 6.9	Предметные: акробатические элементы, связки, страховка. Метапредметные: выполнять тех. элементы с помощью учителя, партнера, корректировка техники выполнения упражнений, соблюдение правил безопасности. Личностные: оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы		
29	Подтягивание: юноши - на высокой	Вис согнувшись, вис, прогнувшись (М),	6.3	Предметные: выполнение подтягиваний. Метапредметные: корректировка техники		

[illegible]

№ п/п	Тема	Элементы содержания. Основные виды учебной деятельности	КЭС	УУД	Дата проведен. (планир.)	Дата проведен. (по факту)
33	Оценка техники приёма мяча снизу двумя руками и нижней прямой подачи.	Применять освоенные технические элементы в игре. Выполнять правила игры. Эстафеты Игра в мини-волейбол. Участвовать в игре.	5.5 5.9	Предметные: научиться оценивать технику приёма мяча снизу, двумя руками и нижней прямой подачи. Метапредметные: выполнять правила игры, моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий. соблюдать правила безопасности. Личностные: выбирать наиболее эффективные способы решения учебных задач. Управлять своими эмоциями		
34	Оценка техники приёма мяча снизу двумя руками и нижней прямой подачи.	Применять освоенные технические элементы в игре. Выполнять правила игры. Участвовать в игре. Эстафеты Игра в мини-волейбол.	5.5 5.9	Предметные: научиться оценивать технику приёма мяча снизу, двумя руками и нижней прямой подачи. Метапредметные: выполнять правила игры, моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий. соблюдать правила безопасности. Личностные: выбирать наиболее эффективные способы решения учебных задач. Управлять своими эмоциями.		
35	Нижняя прямая подача	Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. Нижняя прямая подача. Игра в мини-волейбол.	5.5 5.9	Предметные: научиться выполнять нижнюю прямую подачу мяча. Метапредметные: выполнять правила игры, моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий. Личностные: проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях.		
36	Верхняя прямая подача	Ходьба и бег с заданиями. ОРУ. Передвижения в	5.3 5.5	Предметные: научиться выполнять верхнюю прямую подачу мяча. Метапредметные:		

№ п/п	Тема	Элементы содержания. Основные виды учебной деятельности	КЭС	УУД	Дата проведен. (планир.)	Дата проведен. (по факту)
		стойке. Передача мяча двумя руками сверху в парах. Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. Верхняя прямая подача. Игра в мини-волейбол. Теоретические сведения.	5.9	выполнять правила игры, моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий . Личностные: проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.		
37	Учебная игра ч/з сетку по упрощенным правилам	Ходьба и бег с заданиями. ОРУ. Стойка игрока. Передвижения в стойке. Передача мяча двумя руками сверху в парах. Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. Игра в мини-волейбол. Теоретические сведения.	5.7 5.8 5.9	Предметные: научить разыгрывать мяч на своей половине на три передачи. Метапредметные: уважительно относиться к партнеру, моделировать технику игровых действий и приемов, взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техническими действиями волейбола. Личностные: оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.		
38	Учебная игра ч/з сетку по упрощенным правилам	Передача мяча двумя руками сверху в парах. Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку.	5.7 5.8 5.9	Предметные: научить разыгрывать мяч на своей половине на три передачи. Метапредметные: уважительно относиться к партнеру, моделировать технику игровых действий и приемов, взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техническими действиями волейбола. Личностные: оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.		

№ п/п	Тема	Элементы содержания. Основные виды учебной деятельности	КЭС	УУД	Дата проведен. (планир.)	Дата проведен. (по факту)
39	Учебная игра ч/з сетку по упрощенным правилам	Игра в мини-волейбол. Применять освоенные технические элементы в игре. Выполнять правила игры. Участвовать в игре.	5.7 5.8 5.9	Предметные: научить разыгрывать мяч на своей половине на три передачи. Метапредметные: уважительно относиться к партнеру, моделировать технику игровых действий и приемов, взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техническими действиями волейбола. Личностные: оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.		
40	Учебная игра ч/з сетку по упрощенным правилам	Игра в мини-волейбол. Применять освоенные технические элементы в игре. Выполнять правила игры. Участвовать в игре.	5.7 5.8 5.9	Предметные: научить разыгрывать мяч на своей половине на три передачи. Метапредметные: уважительно относиться к партнеру, моделировать технику игровых действий и приемов, взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техническими действиями волейбола. Личностные: оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.		
Баскетбол (12 часов)						
41	Стойки игроков. Инструктаж по т/ б игры в баскетбол. Инструкция № 5	Овладевать основными приёмами игры в баскетбол. Характеристика основных приёмов игры в баскетбол Терминология баскетбола. Теоретические сведения. Инструктаж по	4.1 4.2	Предметные: уметь выполнять различные перемещения баскетболиста, стойки игрока. Метапредметные: моделировать технику игровых действий и приемов, взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технических действий.		

№ п/п	Тема	Элементы содержания. Основные виды учебной деятельности	КЭС	УУД	Дата проведен. (планир.)	Дата проведен. (по факту)
		технике безопасности.		Личностные: владение умением предупреждать конфликтные ситуации и находить выходы из спорных ситуаций в процессе игровой и соревновательной деятельности на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим.		
42	Ведение мяча на месте.	Комплексы упражнений для развития координационных движений. Передачи мяча на месте с пассивным сопротивлением защитника. Ведение мяча на месте. Осваивать и выполнять технику ведения мяча на месте с разной высотой отскока. Проявлять быстроту и координационные способности в игре.	4.4	Предметные: уметь выполнять остановки, повороты с мячом. Освоить технику поворотов с мячом и без мяча. Метапредметные: моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий. соблюдать правила безопасности . Личностные: владение умением предупреждать конфликтные ситуации и находить выходы из спорных ситуаций в процессе игровой и соревновательной деятельности на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим..		
43	Обучение технике ловли и передач мяча	Упражнения на развитие ловкости. Бросок набивного мяча весом 1кг. из-за головы. Сочетание приёмов передвижений и остановок игрока.	4.2	Предметные: уметь выполнять различные передачи мяча, ловлю мяча. Освоить технику передач мяча, технику ловли мяча Метапредметные: моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий. Личностные: способность управлять своими эмоциями, владеть культурой общения и взаимодействия в процессе занятий физическими упражнениями, во время игр и соревнований.		
44	Сочетание приёмов	Правила игры в баскетбол.	4.2	Предметные: уметь выполнять ведение мяча		

№ п/п	Тема	Элементы содержания. Основные виды учебной деятельности	КЭС	УУД	Дата проведен. (планир.)	Дата проведен. (по факту)
	ведение, передача, бросок, отскок	Сочетание приёмов ведение, передача, бросок, отскок. Передача мяча двумя руками от груди в движении		на месте и в движении без зрительного контроля. Освоить технику ведения мяча в движении без зрительного контроля Метапредметные: моделировать технику игровых действий и приемов. Личностные: формирование потребности иметь хорошее телосложение в соответствии с принятыми нормами и представлениями, формирование культуры движений, умения передвигаться легко, красиво, непринужденно.		
45	Сочетание приёмов ведение, передача, бросок, отскок	Правила игры в баскетбол. Сочетание приёмов ведение, передача, бросок, отскок. Передача мяча двумя руками от груди в движении	4.3 4.6	Предметные: уметь выполнять ведение мяча на месте и в движении без зрительного контроля. Освоить технику ведения мяча в движении без зрительного контроля Метапредметные: моделировать технику игровых действий и приемов. Личностные: формирование потребности иметь хорошее телосложение в соответствии с принятыми нормами и представлениями, формирование культуры движений, умения передвигаться легко, красиво, непринужденно.		
46	Игра по упрощённым правилам.	Сочетание приемов передвижения и остановок игрока. Ведение мяча с сопротивлением. Штрафной бросок. Сочетание приемов ведения, передачи, броска с сопротивлением. Быстрый прорыв (2х1, 3х2). Взаимодействие двух игроков через заслон. Учебная игра. Развитие	4.6 4.7 4.8	Предметные: уметь выполнять броски с различных точек площадки. Освоить технику броска 2-мя руками от груди. Метапредметные: использовать игру баскетбол в организации активного отдыха, моделировать технику игровых действий и приемов. Личностные: способность управлять своими эмоциями, владеть культурой общения и взаимодействия в процессе занятий физическими упражнениями, во время игр и соревнований.		

№ п/п	Тема	Элементы содержания. Основные виды учебной деятельности	КЭС	УУД	Дата проведен. (планир.)	Дата проведен. (по факту)
		координационных способностей				
47	Игра 2×2, 3×3.	Передача мяча двумя руками от груди, от головы, от плеча в парах на месте и в движении. Игра 2×2, 3×3. Развитие координационных способностей. Выполнять и осваивать технические приёмы. Участвовать в играх, выявлять и устранять типичные ошибки.	4.3	Предметные: уметь выполнять технику броска после 2-х шагов, после 2-3 ударов. Освоить технику броска после 2-х шагов, после 2-3 ударов. Метапредметные: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технических действий Личностные: способность управлять своими эмоциями, владеть культурой общения и взаимодействия в процессе занятий физическими упражнениями, во время игр и соревнований.		
48	Штрафной бросок.	Штрафной бросок. Сочетание приёмов ведения , передач, бросков. Ведение мяча с разной высотой отскока. Ведение мяча с изменением скорости. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после ловли	4.6 4.7 4.8	Предметные: штрафной бросок. Сочетание приёмов ведения , передач, бросков. Ведение мяча с разной высотой отскока. Ведение мяча с изменением скорости. Метапредметные: моделировать технику игровых действий и приемов. Личностные: освоить технику передачи мяча.		

№ п/п	Тема	Элементы содержания. Основные виды учебной деятельности	КЭС	УУД	Дата проведен. (планир.)	Дата проведен. (по факту)
		мяча. Передача мяча двумя руками от груди, от головы, от плеча в парах на месте и в движении. Моделировать тактику освоенных игровых действий, варьировать её в зависимости от ситуации и условий, возникающей в процессе игровой деятельности.				
49	Ведение мяча с разной высотой отскока.	Ведение мяча с разной высотой отскока. Ведение мяча с изменением скорости. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после ловли мяча. Передача мяча двумя руками от груди, от головы, от плеча в парах на месте и в движении. Моделировать тактику освоенных игровых действий, варьировать её в зависимости от ситуации и условий, возникающей в процессе игровой деятельности.	4.6 4.7 4.8	Предметные: ведение мяча с разной высотой отскока. Ведение мяча с изменением скорости. Метапредметные: моделировать технику игровых действий и приемов. Личностные: освоить технику передачи мяча.		
50	Ведение мяча с разной высотой отскока.	Сочетание приемов передвижений и остановок. Сочетание приемов ведения с разной высотой отскока.	4.6 4.7 4.8 4.9	Предметные: ведение мяча с разной высотой отскока. Ведение мяча с изменением скорости. Метапредметные: моделировать технику		

№ п/п	Тема	Элементы содержания. Основные виды учебной деятельности	КЭС	УУД	Дата проведен. (планир.)	Дата проведен. (по факту)
		Штрафной бросок. Позиционное нападение со сменой места. Развитие координационных способностей		игровых действий и приемов. Личностные: освоить технику передачи мяча.		
51	Взаимодействие двух игроков.	Взаимодействие двух игроков. Нападение быстрым прорывом. Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча с изменением скорости и высоты отскока. Бросок одной рукой от плеча в движении. Моделировать тактику освоенных игровых действий, варьировать её в зависимости от ситуации и условий, возникающей в процессе игровой деятельности.	4.2 4.9	Предметные: моделировать тактику освоенных игровых действий, варьировать её в зависимости от ситуации и условий, возникающей в процессе игровой деятельности. Метапредметные: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технических действий. Личностные: владение умением предупреждать конфликтные ситуации и находить выходы из спорных ситуаций в процессе игровой и соревновательной деятельности на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим.		
52	Оценка техники броска одной рукой от плеча в движении	Оценка техники броска одной рукой от плеча в движении. Игра в мини-баскетбол. Демонстрировать технические приёмы на оценку.	4.6 4.9	Предметные: демонстрировать технические приёмы на оценку. Метапредметные: использовать игровые действия баскетбола для развития физических качеств. Личностные: способность управлять своими эмоциями, владеть культурой общения и взаимодействия в процессе занятий физическими упражнениями, во время игр и соревнований.		
Кроссовая подготовка (5 часов)						
53	Равномерный бег до	Самонаблюдение. Ведение	3.1	Предметные: научиться равномерному бегу		

№ п/п	Тема	Элементы содержания. Основные виды учебной деятельности	КЭС	УУД	Дата проведен. (планир.)	Дата проведен. (по факту)
	15 мин. ОРУ.	дневника самонаблюдения. Терминология кроссового бега. Преодоление препятствий. Равномерный бег до 15 мин. ОРУ. Подвижные игры. Выполнять бег в равномерном темпе по слабопересеченной местности, проявлять выносливость.	3.2 3.3	на выносливость. Описывать технику бега на выносливость, осваивать ее самостоятельно. Метапредметные: контролировать физическую нагрузку по ЧСС взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения бега на выносливость по дистанции. Личностные: владение умением формулировать цель и задачи индивидуальных и совместных с другими детьми и подростками занятий физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельностью, излагать их содержание.		
54	Равномерный бег до 15мин. Преодоление препятствий.	Развитие выносливости. Правила и организация проведения соревнований по кроссу. Равномерный бег до 15 мин. Преодоление препятствий..	3.1 3.2 3.3	Предметные: научиться равномерному бегу на выносливость. Метапредметные: контролировать физическую нагрузку по ЧСС взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения бега на выносливость по дистанции. Личностные: Уметь демонстрировать физические кондиции, выявляя и устраняя типичные ошибки.		
55	Равномерный бег до 15 мин. Преодоление препятствий.	Упражнения на развитие выносливости. Помощь в судействе. Равномерный бег до 15 мин. Преодоление препятствий. Техника безопасности при проведении соревнований и занятий. Здоровье и здоровый образ жизни.	3.1 3.2 3.3	Предметные: научиться равномерному бегу на выносливость. Метапредметные: контролировать физическую нагрузку по ЧСС взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения бега на выносливость по дистанции. Личностные: уметь демонстрировать физические кондиции, выявляя и устраняя типичные ошибки.		

№ п/п	Тема	Элементы содержания. Основные виды учебной деятельности	КЭС	УУД	Дата проведен. (планир.)	Дата проведен. (по факту)
56	Челночный бег 3X10 (тестирование).	Челночный бег 3X10 (тестирование). Преодоление препятствий. Равномерный бег до 15 мин. Выполнять бег в равномерном темпе по слабопересеченной местности; Проявлять выносливость.	3.1 3.2 3.3	Предметные: уметь демонстрировать физические кондиции. Описывать технику бега на выносливость, осваивать ее самостоятельно. Метапредметные: применять равномерный бег для развития физических качеств, взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техники передвижения Личностные: уметь демонстрировать физические кондиции, выявляя и устраняя типичные ошибки.		
57	Мониторинг_определения уровня физической подготовленности учащихся.	Проведение самостоятельных занятий прикладной физической подготовкой. Бег по пересеченной местности 2 км (У). ОРУ. Подвижные игры. Развитие выносливости. Проявлять выносливость при выполнении кроссового бега. Выявлять возможные ошибки и недочеты в технике; Демонстрировать полученные умения навыки при выполнении легкоатлетических упражнений. Ведение тетрадей самостоятельных занятий физическими упражнениями, контроля		Предметные: уметь демонстрировать физические кондиции. Описывать технику бега на выносливость, осваивать ее самостоятельно. Тестировать развитие основных физических качеств и соотносить их с показателями физического развития, определять приросты этих показателей по учебным четвертям. Метапредметные: применять равномерный бег для развития физических качеств, взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техники передвижения Личностные: уметь демонстрировать физические кондиции, выявляя и устраняя типичные ошибки.		

№ п/п	Тема	Элементы содержания. Основные виды учебной деятельности	КЭС	УУД	Дата проведен. (планир.)	Дата проведен. (по факту)
		над функциональным состоянием организма.				
Легкая атлетика (7 часов)						
58	Инструктаж по ТБ. Инструкция № 1. Спринтерский бег, эстафетный бег	Знать технику безопасности на уроках лёгкой атлетики. Демонстрируют вариативное выполнение беговых упражнений. Применяют беговые упражнения для развития соответствующих физических качеств, выбирают индивидуальный режим физической нагрузки, контролируют её по частоте сердечных сокращений. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения.	2.1 2.2	Предметные: научиться основным «стартовым» командам, технике выполнения низкого и высокого старта. Описывать технику бега на короткие дистанции Метапредметные: уметь преодолевать короткие дистанции в различных условиях, взаимодействовать со сверстниками во время соревнований. Личностные: осваивать технику эстафетного бега самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.		
59	Низкий старт (30-40 м). Стартовый разгон. Бег по дистанции (70-80 м).	Низкий старт (30-40 м). Стартовый разгон. Бег по дистанции (70-80 м). ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростных качеств	2.2	Предметные: описывать технику бега на короткие дистанции. Метапредметные: применять эстафеты для развития физических качеств, взаимодействовать со сверстниками в процессе эстафетных игр. Личностные: осваивать технику эстафетного бега, самостоятельно, выявляя и устраняя типичные		
60	Низкий старт (30-40	Низкий старт (30-40 м). Бег	2.2	Предметные: описывать технику бега на		

№ п/п	Тема	Элементы содержания. Основные виды учебной деятельности	КЭС	УУД	Дата проведен. (планир.)	Дата проведен. (по факту)
	м). Бег по дистанции (70-80 м). Эстафетный бег.	по дистанции (70-80 м). Встречная эстафета, передача эстафетной палочки. ОРУ. специальные беговые упражнения..		короткие дистанции. Метапредметные: применять эстафеты для развития физических качеств, взаимодействовать со сверстниками в процессе эстафетных игр. Личностные: осваивать технику эстафетного бега, самостоятельно, выявляя и устраняя типичные		
61	Низкий старт (30-40 м). Бег по дистанции (70-80 м). Финиширование.	Эстафетный бег (круговая эстафета). ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростных качеств	2.2	Предметные: : Низкий старт (30-40 м). Бег по дистанции (70-80 м). Финиширование. Метапредметные: осуществлять взаимный контроль и сотрудничество, взаимопомощь. Личностные: умение длительно сохранять правильную осанку во время статичных поз и в процессе разнообразных видов двигательной деятельности.		
62	Бег 60 м на результат.	Бег 60 м на результат. Проявлять скоростные способности в беге на дистанции до 60 м.		Предметные: бег 60 м на результат. Метапредметные: использовать эстафеты в организации активного отдыха, применять эстафеты для развития физических качеств. Личностные: взаимодействовать со сверстниками в процессе эстафетных игр.		
63	Прыжок в высоту с 7-9 шагов разбега способом «перешагивания» . Метание мяча	Развитие скоростно- силовых качеств. Прыжок в высоту с 7-9 шагов разбега способом «перешагивания» метание теннисного мяча с 5-6 шагов на заданное расстояние. ОРУ. Подбирать разбег и	2.3 2.4	Предметные: соблюдать ТБ на уроках по легкой атлетике и требования подготовки к уроку. Метапредметные: давать оценку погодным условиям и подготовке к уроку на свежем воздухе, осуществлять взаимный контроль и сотрудничество, взаимопомощь. Личностные: позиция школьника на основе		

№ п/п	Тема	Элементы содержания. Основные виды учебной деятельности	КЭС	УУД	Дата проведен. (планир.)	Дата проведен. (по факту)
		отталкивание в прыжках в высоту, выполнять прыжок в высоту с разбега способом перешагивание. Выполнять метание теннисного мяча на дальность.		положительного отношения к предмету		
64	Прыжок в высоту и метание мяча на результат.	Вредные привычки: алкоголизм, курение, наркомания и их влияние на здоровье (ОЗОЖ.) Прыжок в высоту с 7-9 беговых шагов способом «перешагивания». Метание теннисного мяча на заданное расстояние с 5-6 шагов на дальность. Демонстрировать технику прыжка в высоту с разбега способом перешагивание и метание теннисного мяча на дальность на максимальный результат.	2.3 2.4	Предметные: демонстрировать технику прыжка в высоту с разбега способом перешагивание и метание теннисного мяча на дальность на максимальный результат. Метапредметные: влияние вредных привычек: алкоголизма, курения, наркомания на здоровье (ОЗОЖ.) Личностные: позиция школьника на основе положительного отношения к предмету.		
Футбол (6 часов)						
65	Инструктаж по т/б игры в футбол. Инструкция № 2. Обучение технике перемещений и остановок в футболе.	Обучение технике перемещений и остановок в футболе. Овладеть основными приёмами игры в футбол.		Предметные: овладеть основными приёмами игры в футбол.. Метапредметные: моделировать технику действий и приемов футболиста, соблюдать правила безопасности. Личностные: развитие способностей делать необходимые выводы и		

№ п/п	Тема	Элементы содержания. Основные виды учебной деятельности	КЭС	УУД	Дата проведен. (планир.)	Дата проведен. (по факту)
				давать обоснованные оценки процессам.		
66	Правила соревнований по футболу.	Правила соревнований по футболу. Ведение мяча. Овладеть основными приёмами игры в футбол.		Предметные: правила соревнований по футболу. Ведение мяча.. Метапредметные: моделировать технику действий и приемов футболиста, соблюдать правила безопасности. Личностные: развитие способностей делать необходимые выводы и давать обоснованные оценки процессам.		
67	Сочетание всех ранее изученных приёмов в футболе.	Сочетание всех ранее изученных приёмов в футболе. Овладеть основными приёмами игры в футбол.		Предметные: освоить технику удара по мячу внутренней стороной стопы, технику остановки катящего мяча внутренней стороной стопы . Метапредметные: моделировать технику действий и приемов футболиста, соблюдать правила безопасности. Личностные: развитие способностей делать необходимые выводы и давать обоснованные оценки процессам.		
68	Передача мяча, игра головой, финты.	Передача мяча, игра головой, финты. Обыгрыш сближающихся противников, финты. Овладеть основными приёмами игры в футбол.		Предметные: освоить технику удара по мячу внутренней стороной стопы, технику остановки катящего мяча внутренней стороной стопы . Метапредметные: моделировать технику действий и приемов футболиста, соблюдать правила безопасности. Личностные: развитие способностей делать необходимые выводы и давать обоснованные оценки процессам.		