

Кировское областное государственное общеобразовательное бюджетное
учреждение «Средняя школа
с углубленным изучением отдельных предметов г. Кирс
Верхнекамского района»

«СОГЛАСОВАНО»

Заместитель директора по ВР

 А.Н. Ширяева

«УТВЕРЖДАЮ»

Директор КОГОБУ СШ с УИОП

г. Кирс

 Н.В. Шибанов

Приказ № 240-л/с

от « 1 » сентября 2025г.

**Рабочая программа
кружковой деятельности спортивно-
оздоровительного направления
школьного спортивного клуба «Олимп»**

Составила:

Соловьёва Анжелика Андреевна

Учитель физической культуры

г. Кирс
2025 год

Пояснительная записка (Актуальность)

Физическое воспитание является одной из важнейших составляющих единого воспитательно-образовательного процесса формирования растущей личности. Существенное место в комплексе средств физического воспитания занимает внеурочная деятельность школьников

Программа работы составлена с учетом рекомендаций ведущих специалистов в области физической культуры и спорта и адаптирована к условиям работы в школе. Программа работы включает пояснительную записку, учебно-тематический план работы.

В пояснительной записке показано место занятий кружковой деятельностью в системе физического воспитания школьников, определены цели и задачи работы, структура учебно-тренировочного процесса, формы отбора обучающихся, методы диагностики результативности работы, условия реализации программы.

Форма проведения- кружок

Место кружковой деятельности в системе физического воспитания школьников.

Является дополнением к урокам физической культуры, добавляет двигательную активность школьников, приобщает к занятиям спортом.

Кружковую деятельность могут посещать все желающие при согласии родителей и наличии разрешения от врача-педиатра, подтверждающего отсутствие противопоказаний к занятиям.

Цели и задачи работы на кружковой деятельности.

ЦЕЛИ:

1. Образовательные:

- Формировать и совершенствовать у занимающихся двигательные умения и навыки, обучать новым видам движений и двигательным действиям с повышенной двигательной сложностью.
- Обучать легкоатлетическим упражнениям
- Развивать основные физические качества: быстроту, силу, выносливость, гибкость.
- Развивать интерес и привычку к систематическим занятиям физической культурой и спортом.

2. Воспитательные:

- Воспитывать потребность в здоровом образе жизни.
- Воспитывать чувство товарищества и взаимовыручки.
- Содействовать воспитанию морально-волевых качеств.

3.Оздоровительные:

- Прививать необходимые гигиенические навыки.
- Укреплять здоровье.

В соответствии со структурой двигательной (физкультурной) деятельности рабочая программа включает в себя разделы:

Раздел «Знания о физической культуре» соответствует основным представлениям о развитии познавательной активности человека и включает в себя такие учебные темы:

Краткая характеристика видов спорта (баскетбол, волейбол)

Раздел «Способы двигательной (физкультурной) деятельности» содержит задания, которые ориентированы на активное включение учащихся в самостоятельные формы занятий физической культурой и соотносится с разделом знания о физической культуре: Подготовка к занятиям физической культуры, Организация досуга средствами физической физкультуры» Самонаблюдение и самоконтроль, Оценка эффективности занятий физкультурно-оздоровительной деятельностью, Оценка техники движений, способы выявления и устранения ошибок в технике выполнения.

Программа кружковой деятельности направлена на развитие физических способностей у ребят среднего школьного возраста, на укрепление и поддержания здоровья на высоком уровне, на приобщение детей к регулярным занятиям спортом.

Проблема охраны и укрепления физического и психического здоровья детей год от года становится всё актуальней. По статическим данным состояние здоровья школьников является неудовлетворительным. 80-90% детей 6-7 лет поступающих в 1-й класс, имеют те или иные отклонения физического развития, а 18-20% имеют пограничные нарушения психического здоровья. Эта проблема актуальна и в нашей школе, так как по данным медицинского осмотра только 8% абсолютно здоровых детей, не имеющих никаких отклонений в физическом и психическом развитии (1 группа здоровья), 82% дети с некоторыми функциональными и морфологическими отклонениями (2 группа здоровья), есть и дети, имеющие 3,4,5 группу здоровья.

Актуальность программы состоит в том, что в настоящее время значительная часть школьников занимается физическими упражнениями лишь на уроках физической культуры.

Слабая физическая подготовка не позволяет им сдавать учебные нормативы по физической культуре в школе. Поэтому одной из важнейших

задач стоящих перед учителем физической культуры является привлечение как можно большего числа школьников к систематическим занятиям в различных секциях для повышения уровня физической подготовленности.

Движение – это не только проявление естественной активности ребёнка, но одновременно и стимул для его организма. С начала систематического обучения в школе, у ребёнка резко ограничивается двигательная активность, до 80-85% дневного времени учащиеся находятся в статическом положении (в положении сидя), даже ходьба, бег, игры занимают лишь 15-20% времени суток. Возникает противоречие - малая подвижность снижает умственное и мышечное развитие, нарушается гигиена школьника. Разрешение этого противоречия – это правильная организация двигательного режима. Поэтому учебная и физкультурно-оздоровительная работа в нашей школе дополняется внеклассной работой, работой спортивных секций и кружков, которые предусматривают охрану и укрепление здоровья детей, полноценное физическое развитие, активную двигательную деятельность, привитие стойкого интереса к занятиям физическими упражнениями.

Программа призвана сформировать у обучающихся устойчивые мотивы и потребности в бережном отношении к своему здоровью, творческое использование средств физической культуры в организации здорового образа жизни.

Работа имеет большое значение для физического развития и воспитания, укрепляет здоровье и служит прекрасным средством совершенствования волевых качеств и двигательных навыков, необходимых в жизни и трудовой деятельности.

На каждом занятии при многократном повторении развиваются и совершенствуются физические качества (сила, быстрота, ловкость, выносливость, гибкость, координация движений, статическое и динамическое равновесие). Поэтому, занимаясь спортивно-оздоровительной деятельностью, развивая данные качества, ребенок может в дальнейшем

успешно перенести эти качества в другие виды спорта: лёгкая атлетика, волейбол, лыжная подготовка, баскетбол. Занятия соответствуют требованиям моторной плотности, соблюдаются последовательность разучивания элементов упражнений.

Кружковая деятельность рассчитана на детей 13-14 -летнего возраста. В группе занимается 20 человек. Программа составлена на 1год (68 занятий) Занятия проходят два раза в неделю по 1 часу.

Практические занятия по физической, технической и тактической подготовке проводятся в форме игровых занятий по общепринятой методике.

Большинство практических занятия следует проводить на открытом воздухе.

В зависимости от возрастных особенностей в планировании занятий по физической подготовке делают акцент на воспитание определённых физических качеств.

Следует учитывать, что в процессе занятий, имеющих основную направленность на совершенствование техники и тактики игры, развиваются одновременно и физические способности занимающихся.

Сроки реализации программы – один год.

Методы обучения – групповой, соревновательный, индивидуальный.

Формы и режим занятий Кружковой деятельности

1.Формы занятий:

- Обучение и совершенствование.
- Соревнования
- Контрольные нормативы

Ожидаемый результат.

1. Заинтересованность занятиями спортивно-оздоровительной деятельностью; повышение двигательной активности.

2. Укрепление здоровья, повышения уровня осведомлённости о физической культуре и спорте.

3. Развитие двигательных умений и навыков, повышение уровня физических качеств: быстроты, силы, выносливости, гибкости.

4. Наличие доброжелательных взаимоотношений в коллективе, положительного микроклимата.

4. Методическое обеспечение

Методическая продукция:

Литература:

1. Программа общеобразовательных учреждений «Комплексная программа физического воспитания учащихся. 1-11 кл.» . В.И. Лях, А.А.Зданевич.- М.: Просвещение, 2007.

2. Программы общеобразовательных учреждений: «Физическая культура: основная школа, средняя (полная) школа: базовый и профильный уровень 2-е издание / А.П. Матвеев. - М.: Просвещение, 2008

3. Учебник « Физическая культура» 5-6-7 классы / М.Я.Виленский .М «Просвещение» 2010г.

4. «Физическая культура
»Н.В.РешетниковЮ.Л.Кислицын,Р.Л.Палтикевич, Г.И.ПогадаевИЦ
«Академия»,2008

5. «Общая педагогика физической культуры и спорта » -М.:ИД
«Форум» ,2007

6. Внеурочная деятельность учащихся. Футбол М., «Просвещение»
Г. Колодницкий, В. Кузнецов, М. Маслов

7. «Самый популярный учебник футбола: тренировочные программы и упражнения от ведущих тренеров мира ,А.Кузнецов М., «Олимпия»/
«Человек »/,2010

8. «101 упражнение для юных футболистов. Возраст 7-11 лет», М. Кук, М., АСТ /Астрель» 2003

9. «Урок физкультуры в современной школе. Методические рекомендации для учителей .Выпуск 2 . Футбол»

Г. Баландин, Н. Назарова, Т. Казакова, М., «Советский спорт», 2003 год

№ п/п	Тема урока	Решаемые проблемы	Оборудов ание	Планируемые результаты в соответствии с ФГОС			Дата проведения	
				Предметные результаты	Универсальные учебные действия (УУД)	Личностные результаты	план	факт
	1. ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА 10ч							
1	Бег в равномерном темпе до 6 мин.	Какое физическое качество развивает бег на длинные дистанции? Цель: научить технике бега в равномерном темпе до 6 мин.	Конусы Мячи Свисток	Научиться: описывать технику выполнения беговых упраж- нений, осваивать её самостоятельно, выявлять и устранять характерные ошибки в процессе освоения	Регулятивные: <i>целеполагание</i> - удерживать учебную задачу; <i>осуществление учебных действий</i> - использовать речь для регуляции своего действия; <i>коррекция</i> - вносить изменения в способ действия. Познавательные: <i>обще учебные</i> - ориентироваться в разнообразии способов решения задач. Коммуникативные: <i>инициативное со- трудничество</i> - проявлять активность во взаимодействии для решения комму- никативных и познавательных задач.	<i>Смысл образование</i> - адекватная мотивация учебной деятельности. <i>Нравственно-этическая ориентация</i> - умение избегать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций		
2.	Прыжки через препятствия.	Какое физическое качество развивает бег на длинные дистанции? Цель: научить технике бега в равномерном темпе до 6 мин.	Конусы Мячи Свисток	Научиться: описывать технику выполнения беговых упраж- нений, осваивать её самостоятельно, выявлять и устранять характерные ошибки в процессе освоения	Регулятивные: <i>целеполагание</i> - удерживать учебную задачу; <i>осуществление учебных действий</i> - использовать речь для регуляции своего действия; <i>коррекция</i> - вносить изменения в способ действия. Познавательные: <i>обще учебные</i> - ориентироваться в разнообразии способов решения задач. Коммуникативные: <i>инициативное со- трудничество</i> - проявлять активность во взаимодействии для решения комму- никативных и познавательных задач.	<i>Смысл образование</i> - адекватная мотивация учебной деятельности. <i>Нравственно-этическая ориентация</i> - умение избегать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций		
3.	Повторный бег.	Что такое повторный бег? Цель: научить технике бега в равномерном	Конусы Мячи Свисток	Научиться: выбирать индивидуальный режим физической нагрузки, контролировать её	Регулятивные: <i>прогнозирование</i> - пред- видеть возможности получения конкретного результата при решении задачи. Познавательные: <i>информационные</i> - получать и обрабатывать информацию; <i>общеучебные</i> - ставить и формулировать	<i>Самоопределение</i> - принятие образа «хорошего ученика», осознание от- ветственности за общее дело		

		темпе до 7 мин.		по частоте сердечных сокращений	проблемы. Коммуникативные: <i>взаимодействие</i> - формулировать собственное мнение и позицию			
4.	Бег в равномерном темпе до 7 мин	Что такое повторный бег? Цель: научить технике бега в равномерном темпе до 7 мин.	Конусы Мячи Свисток	Научиться: выбирать индивидуальный режим физической нагрузки, контролировать её по частоте сердечных сокращений	Регулятивные: <i>прогнозирование</i> - пред- видеть возможности получения конкретного результата при решении задачи. Познавательные: <i>информационные</i> - получать и обрабатывать информацию; <i>общеучебные</i> - ставить и формулировать проблемы. Коммуникативные: <i>взаимодействие</i> - формулировать собственное мнение и позицию	<i>Самоопределение</i> - принятие образа «хорошего ученика», осознание от- ветственности за общее дело		
5.	Бег в равномерном темпе до 8 мин	Чем отличается бег от ходьбы? Цель: научить технике бега в равномерном темпе до 8 мин.	Конусы Мячи Свисток	Научиться: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения беговых упражнений, соблюдать правила безопасности	Регулятивные: <i>целеполагание</i> - преоб- разовывать практическую задачу в об- разовательную. Познавательные: <i>общеучебные</i> - осознанно строить сообщения в устной форме. Коммуникативные: <i>взаимодействие</i> - задавать вопросы, формулировать свою позицию	<i>Самоопределение</i> - осознание ответст- венности за общее благополучие, го- товность следовать нормам здоровьес- берегающего поведения		
6.	Полоса препятствий.	Чем отличается бег от ходьбы? Цель: научить технике бега в равномерном темпе до 8 мин.	Конусы Мячи Свисток	Научиться: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения беговых упражнений, соблюдать правила безопасности	Регулятивные: <i>целеполагание</i> - преоб- разовывать практическую задачу в об- разовательную. Познавательные: <i>общеучебные</i> - осознанно строить сообщения в устной форме. Коммуникативные: <i>взаимодействие</i> - задавать вопросы, формулировать свою позицию	<i>Самоопределение</i> - осознание ответст- венности за общее благополучие, го- товность следовать нормам здоровьес- берегающего поведения		
7.	Бег в равномерном темпе до 9 мин	Какое физическое качество развивает круговая тренировка?	Конусы Мячи Свисток	Научиться: регулировать величину физической нагрузки в за- висимости от	Регулятивные: <i>целеполагание</i> - удерживать учебную задачу; <i>осуществление учебных действий</i> - использовать речь для регуляции своего действия; <i>коррекция</i> - вносить изменения в способ действия. Познавательные: <i>общеучебные</i> - ори-	<i>Самоопределение</i> - осознание своей этнической при- надлежности. <i>Нравственно-этическая ориентация</i> -		

		Цель: научить технике бега в равномерном темпе до 9 мин.		задач занятия и индивидуальных особенностей организма	ентироваться в разнообразии способов решения задач. Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> - проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных и познавательных задач.	уважительное отношение к истории и культуре других народов		
8.	Круговая тренировка.	Какое физическое качество развивает круговая тренировка? Цель: научить технике бега в равномерном темпе до 9 мин.	Конусы Мячи Свисток	Научиться: регулировать величину физической нагрузки в зависимости от задач занятия и индивидуальных особенностей организма	Регулятивные: <i>целеполагание</i> - удерживать учебную задачу; <i>осуществление учебных действий</i> - использовать речь для регуляции своего действия; <i>коррекция</i> - вносить изменения в способ действия. Познавательные: <i>общеучебные</i> - ориентироваться в разнообразии способов решения задач. Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> - проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных и познавательных задач.	<i>Самоопределение</i> - осознание своей этнической принадлежности. <i>Нравственно-этическая ориентация</i> - уважительное отношение к истории и культуре других народов		
9.	Бег в равномерном темпе 10 мин.	Как влияют легкоатлетические упражнения на здоровье человека? Цель: научить технике бега в равномерном темпе до 10 мин.	Конусы Мячи Свисток	Научиться: применять разученные упражнения для развития выносливости, раскрывать значение легкоатлетических упражнений для укрепления здоровья и основных систем организма	Регулятивные: <i>целеполагание</i> - удерживать учебную задачу; <i>осуществление учебных действий</i> - использовать речь для регуляции своего действия; <i>коррекция</i> - вносить изменения в способ действия. Познавательные: <i>общеучебные</i> - ориентироваться в разнообразии способов решения задач. Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> - проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных и познавательных задач.	<i>Самоопределение</i> - принятие образа «хорошего ученика», осознание ответственности за общее дело		
10.	Влияние легкоатлетических упражнений на укрепление здоровья и основные системы организма	Как влияют легкоатлетические упражнения на здоровье человека? Цель: научить технике бега в	Конусы Мячи Свисток	Научиться: применять разученные упражнения для развития выносливости, раскрывать значение	Регулятивные: <i>целеполагание</i> - удерживать учебную задачу; <i>осуществление учебных действий</i> - использовать речь для регуляции своего действия; <i>коррекция</i> - вносить изменения в способ действия. Познавательные: <i>общеучебные</i> - ориентироваться в разнообразии способов решения задач.	<i>Самоопределение</i> - принятие образа «хорошего ученика», осознание ответственности за общее дело		

		равномерном темпе до 10 мин.		легкоатлетических упражнений для укрепления здоровья и основных систем организма	Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> - проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных и познавательных задач.			
	БАСКЕТБОЛ 10ч							
11.	Остановка двумя шагами и прыжком..	Как технически правильно выполняется остановка и поворот в баскетболе? Цель: учить технике остановок и поворотов.	Б/мячи Конусы Свисток	Научиться: описывать технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивать их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.	Регулятивные: <i>коррекция</i> - вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок. Познавательные: <i>общеучебные</i> - ориентироваться в разнообразии способов решения задач; узнавать, называть и определять объекты и явления окружающей действительности в соответствии с содержанием учебного предмета. Коммуникативные: <i>взаимодействие</i> - формулировать собственное мнение и позицию; <i>инициативное сотрудничество</i> - формулировать свои затруднения	<i>Смыслообразование</i> - адекватная мотивация учебной деятельности. <i>Нравственно-этическая ориентация</i> - умение избегать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций		
12.	Повороты без мяча и с мячом	Как технически правильно выполняется остановка и поворот в баскетболе? Цель: учить технике остановок и поворотов.	Б/мячи Конусы Свисток	Научиться: описывать технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивать их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.	Регулятивные: <i>коррекция</i> - вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок. Познавательные: <i>общеучебные</i> - ориентироваться в разнообразии способов решения задач; узнавать, называть и определять объекты и явления окружающей действительности в соответствии с содержанием учебного предмета. Коммуникативные: <i>взаимодействие</i> - формулировать собственное мнение и позицию; <i>инициативное сотрудничество</i> - формулировать свои затруднения	<i>Смыслообразование</i> - адекватная мотивация учебной деятельности. <i>Нравственно-этическая ориентация</i> - умение избегать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций		
13.	Передача одной рукой от плеча. Введение мяча.	Как технически правильно выполняется техника передачи мяча от	Б/мячи Конусы Свисток	Научиться: описывать технику изучаемых игровых приёмов	Регулятивные: <i>коррекция</i> - адекватно воспринимать предложения учителей, родителей и других людей по исправлению ошибок. Познавательные: <i>общеучебные</i> - само-	<i>Смыслообразование</i> - адекватная мотивация учебной деятельности. <i>Нравственно-этическая ориентация</i> - умение		

		плеча? Цель: учить технике передачи мяча от плеча		и действий, осваивать их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.	стоятельно выделять и формулировать познавательную цель; выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> - обращаться за помощью, формулировать свои затруднения	избегать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций		
14.	Слагаемые здорового образа жизни	Как технически правильно выполняется техника передачи мяча от плеча? Цель: учить технике передачи мяча от плеча	Б/мячи Конусы Свисток	Научиться: описывать технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивать их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.	Регулятивные: <i>коррекция</i> - адекватно воспринимать предложения учителей, родителей и других людей по исправлению ошибок. Познавательные: <i>общеучебные</i> - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> - обращаться за помощью, формулировать свои затруднения	<i>Смыслообразование</i> - адекватная мотивация учебной деятельности. <i>Нравственно-этическая ориентация</i> - умение избегать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций		
15.	Броски одной и двумя руками с места и в движении (после ведения, после ловли) без сопротивления защитника.	Как технически правильно выполнять броски в движении? Цель: обучить технике бросков в движении.	Б/мячи Конусы Свисток	Научиться: моделировать тактику освоенных игровых действий, варьировать её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности	Регулятивные: <i>планирование</i> - применять установленные правила в планировании способа решения задачи. Познавательные: <i>общеучебные</i> - контролировать и оценивать процесс в ходе выполнения упражнений. Коммуникативные: <i>планирование учебного сотрудничества</i> - задавать вопросы, обращаться за помощью	<i>Самоопределение</i> - самостоятельность и личная ответственность за свои поступки. <i>Смыслообразование</i> - самооценка на основе критериев успешности учебной деятельности		
16.	Броски одной и двумя руками с места и в движении (после ведения, после ловли) без сопротивления защитника.	Как технически правильно выполнять броски в движении? Цель: обучить технике бросков в	Б/мячи Конусы Свисток	Научиться: моделировать тактику освоенных игровых действий, варьировать её в зависимости от ситуаций и	Регулятивные: <i>планирование</i> - применять установленные правила в планировании способа решения задачи. Познавательные: <i>общеучебные</i> - контролировать и оценивать процесс в ходе выполнения упражнений. Коммуникативные: <i>планирование учебного сотрудничества</i> - задавать вопросы, обращаться за помощью	<i>Самоопределение</i> - самостоятельность и личная ответственность за свои поступки. <i>Смыслообразование</i> - самооценка на основе критериев успешности учебной деятельности		

		движении.		условий, возникающих в процессе игровой деятельности				
17.	Выбивание мяча.	Как выполнять выбивание мяча? Цель: обучить технике выбивания мяча.	Б/мячи Конусы Свисток	Научиться: организовывать совместные занятия баскетболом со сверстниками, осуществлять судейство игры.	Регулятивные: <i>целеполагание</i> - фор- мулировать учебные задачи вместе с учителем; <i>коррекция</i> - вносить изменения в план действия. Познавательные: <i>общеучебные</i> - определять, где применяются действия с мячом; ставить, формулировать и решать проблемы. Коммуникативные: <i>планирование учебного сотрудничества</i> - задавать вопросы; <i>управление коммуникацией</i> — координировать и принимать различные позиции во взаимодействии	<i>Самоопределение</i> - осознание ответст- венности за общее благополучие, го- товность следовать нормам здоровье- сберегающего поведения		
18.	Двусторонняя игра баскетбол.	Как выполнять выбивание мяча? Цель: обучить технике выбивания мяча.	Б/мячи Конусы Свисток	Научиться: организовывать совместные занятия баскетболом со сверстниками, осуществлять судейство игры.	Регулятивные: <i>целеполагание</i> - фор- мулировать учебные задачи вместе с учителем; <i>коррекция</i> - вносить изменения в план действия. Познавательные: <i>общеучебные</i> - определять, где применяются действия с мячом; ставить, формулировать и решать проблемы. Коммуникативные: <i>планирование учебного сотрудничества</i> - задавать вопросы; <i>управление коммуникацией</i> — координировать и принимать различные позиции во взаимодействии	<i>Самоопределение</i> - осознание ответст- венности за общее благополучие, го- товность следовать нормам здоровье- сберегающего поведения		
19.	Игра в баскетбол по официальным правилам		Б.мяч	Научиться: организовывать совместные занятия баскетболом со сверстниками, осуществлять судейство игры.	Регулятивные: <i>целеполагание</i> - фор- мулировать учебные задачи вместе с учителем; <i>коррекция</i> - вносить изменения в план действия. Познавательные: <i>общеучебные</i> - определять, где применяются действия с мячом; ставить, формулировать и решать проблемы.	<i>Самоопределение</i> - осознание ответст- венности за общее благополучие, го- товность следовать нормам здоровье- сберегающего поведения		

					Коммуникативные: <i>планирование учебного сотрудничества</i> - задавать вопросы; <i>управление коммуникацией</i> — координировать и принимать различные позиции во взаимодействии			
20.	Игра в баскетбол по официальным правилам		Б.мяч	Научиться: организовывать совместные занятия баскетболом со сверстниками, осуществлять судейство игры.	Регулятивные: <i>целеполагание</i> - формулировать учебные задачи вместе с учителем; <i>коррекция</i> - вносить изменения в план действия. Познавательные: <i>общеучебные</i> - определять, где применяются действия с мячом; ставить, формулировать и решать проблемы. Коммуникативные: <i>планирование учебного сотрудничества</i> - задавать вопросы; <i>управление коммуникацией</i> — координировать и принимать различные позиции во взаимодействии	<i>Самоопределение</i> - осознание ответственности за общее благополучие, готовность следовать нормам здоровьесберегающего поведения		
ВОЛЕЙБОЛ 10 ч								
21.	Основные приёмы игры в волейбол.	Чем отличается высокая стойка волейболиста от низкой? Цель: учить основным приёмам волейбола.	Б/мячи Конусы Свисток	Научиться: описывать технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивать их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.	Регулятивные: <i>планирование</i> - применять установленные правила в планировании способа решения задачи. Познавательные: <i>общеучебные</i> - контролировать и оценивать процесс в ходе выполнения упражнений. Коммуникативные: <i>планирование учебного сотрудничества</i> - задавать вопросы, обращаться за помощью	<i>Самоопределение</i> - принятие образа «хорошего ученика», осознание ответственности за общее дело		
22.	Передача мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения вперёд.	Чем отличается высокая стойка волейболиста от низкой? Цель: учить основным приёмам волейбола.	Б/мячи Конусы Свисток	Научиться: описывать технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивать их самостоятельно,	Регулятивные: <i>планирование</i> - применять установленные правила в планировании способа решения задачи. Познавательные: <i>общеучебные</i> - контролировать и оценивать процесс в ходе выполнения упражнений. Коммуникативные: <i>планирование учебного сотрудничества</i> - задавать вопросы, обращаться за помощью	<i>Самоопределение</i> - принятие образа «хорошего ученика», осознание ответственности за общее дело		

				выявляя и устраняя типичные ошибки.				
23.	Игровые упражнения.	Сколько основных приёмов в волейболе? Цель: учить игре в волейбол по упрощённым правилам	в/мячи Конусы Свисток	Научиться: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдать правила безопасности	Регулятивные: планирование - применять установленные правила в планировании способа решения задачи. Познавательные: общеучебные - контролировать и оценивать процесс в ходе выполнения упражнений. Коммуникативные: планирование учебного сотрудничества - задавать вопросы, обращаться за помощью	<i>Самоопределение</i> - осознание своей этнической принадлежности. <i>Нравственно-этическая ориентация</i> - уважительное отношение к истории и культуре других народов		
24.	Игра волейбол по упрощённым правилам.	Сколько основных приёмов в волейболе? Цель: учить игре в волейбол по упрощённым правилам	в/мячи Конусы Свисток	Научиться: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдать правила безопасности	Регулятивные: планирование - применять установленные правила в планировании способа решения задачи. Познавательные: общеучебные - контролировать и оценивать процесс в ходе выполнения упражнений. Коммуникативные: планирование учебного сотрудничества - задавать вопросы, обращаться за помощью	<i>Самоопределение</i> - осознание своей этнической принадлежности. <i>Нравственно-этическая ориентация</i> - уважительное отношение к истории и культуре других народов		
25.	Нижняя прямая подача мяча с расстояния 3—6 м от сетки.	Как технически правильно выполняется нижняя прямая подача? Цель: учить технике нижней подачи мяча.	в/мячи Конусы Свисток	Научиться: описывать технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивать их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.	Регулятивные: контроль и самоконтроль - сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона. Познавательные: общеучебные - выбирать наиболее эффективные способы решения задач. Коммуникативные: планирование учебного сотрудничества - задавать вопросы, обращаться за помощью; определять общую цель и пути ее достижения	<i>Смыслообразование</i> - адекватная мотивация учебной деятельности. <i>Нравственно-этическая ориентация</i> - умение избегать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций		
26.	Эстафеты с элементами волейбола.	Как технически правильно выполняется нижняя прямая	в/мячи Конусы Свисток	Научиться: описывать технику изучаемых	Регулятивные: контроль и самоконтроль - сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона.	<i>Смыслообразование</i> - адекватная мотивация учебной деятельности. <i>Нравственно-этическая</i>		

		подача? Цель: учить технике нижней подачи мяча.		игровых приёмов и действий, осваивать их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.	Познавательные: <i>общеучебные</i> - выбирать наиболее эффективные способы решения задач. Коммуникативные: <i>планирование учебного сотрудничества</i> - задавать вопросы, обращаться за помощью; определять общую цель и пути ее достижения	<i>ориентация</i> - умение избегать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций		
27.	Тактика свободного нападения.	Что такое тактика свободного нападения? Какие правила самоконтроля вы знаете? Цель: учить тактике свободного нападения, правилам самоконтроля	в/мячи Конусы Свисток	Научиться: осуществлять самоконтроль за физической на- грузкой во время этих занятий, соблюдать правила безопас- ности	Регулятивные: <i>планирование</i> - применять установленные правила в планировании способа решения задачи. Познавательные: <i>общеучебные</i> - контролировать и оценивать процесс в ходе выполнения упражнений. Коммуникативные: <i>планирование учебного сотрудничества</i> - задавать вопросы, обращаться за помощью	<i>Самоопределение</i> - осознание своей этнической при- надлежности. <i>Нравственно-этическая ориентация</i> - уважительное отношение к истории и культуре других народов		
28.	Правила самоконтроля.	Что такое тактика свободного нападения? Какие правила самоконтроля вы знаете? Цель: учить тактике свободного нападения, правилам самоконтроля	в/мячи Конусы Свисток	Научиться: осуществлять самоконтроль за физической на- грузкой во время этих занятий, соблюдать правила безопас- ности	Регулятивные: <i>планирование</i> - применять установленные правила в планировании способа решения задачи. Познавательные: <i>общеучебные</i> - контролировать и оценивать процесс в ходе выполнения упражнений. Коммуникативные: <i>планирование учебного сотрудничества</i> - задавать вопросы, обращаться за помощью	<i>Самоопределение</i> - осознание своей этнической при- надлежности. <i>Нравственно-этическая ориентация</i> - уважительное отношение к истории и культуре других народов		

29.	Игра в волейбол по официальным правилам		В.мяч	научиться: осуществлять самоконтроль за физической нагрузкой во время этих занятий, соблюдать правила безопасности	Регулятивные: планирование - применять установленные правила в планировании способа решения задачи. Познавательные: общеучебные - контролировать и оценивать процесс в ходе выполнения упражнений. Коммуникативные: планирование учебного сотрудничества - задавать вопросы, обращаться за помощью	<i>Самоопределение</i> - осознание своей этнической принадлежности. <i>Нравственно-этическая ориентация</i> - уважительное отношение к истории и культуре других народов		
30.	Игра в волейбол по официальным правилам		В.мяч	научиться: осуществлять самоконтроль за физической нагрузкой во время этих занятий, соблюдать правила безопасности	Регулятивные: планирование - применять установленные правила в планировании способа решения задачи. Познавательные: общеучебные - контролировать и оценивать процесс в ходе выполнения упражнений. Коммуникативные: планирование учебного сотрудничества - задавать вопросы, обращаться за помощью	<i>Самоопределение</i> - осознание своей этнической принадлежности. <i>Нравственно-этическая ориентация</i> - уважительное отношение к истории и культуре других народов		
Лыжная подготовка 18ч								
31.	Одновременный одношажный ход.		Лыжи, палки	Начать овладевать одновременным одношажным ходом. Научиться равномерно распределять силы на дистанции	Познавательные: Подбор одежды и обуви для занятий на улице в зимнее время. Значение закаливания для укрепления здоровья. Виды ходьбы на лыжах как жизненно важные способы передвижения человека. Коммуникативные: Способность осуществлять коммуникативную деятельность, использование правил общения в конкретных учебных и ситуациях. Потребность в общении с учителем. Умение слушать и вступать в диалог. Регулятивные: Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	Личностные УУД Самоанализ и самоконтроль результата, на понимание предложений и оценок учителей, товарищей, родителей		
32.	Равномерное прохождение дистанции мальчики – 1.5км; девочки 1км.		Лыжи, палки	Начать овладевать одновременным одношажным	Познавательные: Подбор одежды и обуви для занятий на улице в зимнее время. Значение закаливания для укрепления здоровья. Виды ходьбы на лыжах как жизненно важные способы передвижения	Личностные УУД Самоанализ и самоконтроль результата, на понимание		

				ходом. Научиться равномерно распределять силы на дистанции	человека. Коммуникативные: Способность осуществлять коммуникативную деятельность, использование правил общения в конкретных учебных и ситуациях Потребность в общении с учителем Умение слушать и вступать в диалог Регулятивные: Согласованно выполнять совместную деятельность в игровых ситуациях	предложений и оценок учителей, товарищей, родителей		
33.	Совершенствовать технику бесшажного одновременного хода. Дистанция 1 км.		Лыжи, палки	Уметь выполнять одновременный двухшажный ход. Совершенствовать технику бесшажного хода. Прохождение дистанции 1 км на время	Познавательные: применять передвижения на лыжах для развития физических качеств Коммуникативные: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техники передвижения на лыжах. Регулятивные: использовать передвижение на лыжах в организации активного отдыха	Осваивать технику передвижения на лыжах самостоятельно выявляя и устраняя типичные ошибки.		
34.	Дистанция 1 км.		Лыжи, палки	Уметь выполнять одновременный двухшажный ход. Совершенствовать технику бесшажного хода. Прохождение дистанции 1 км на время	Познавательные: применять передвижения на лыжах для развития физических качеств Коммуникативные: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техники передвижения на лыжах. Регулятивные: использовать передвижение на лыжах в организации активного отдыха	Осваивать технику передвижения на лыжах самостоятельно выявляя и устраняя типичные ошибки.		
35.	Подъем елочкой на склоне 45° Техника спусков.		Лыжи, палки	Научиться выполнять подъем елочкой и технику спуска.	Познавательные: контролировать физическую нагрузку по частоте сердечных сокращений Коммуникативные: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техники передвижения на лыжах. Регулятивные: применять правила подбора одежды для занятий по лыжной подготовке	Осваивать технику передвижения на лыжах самостоятельно.		
36.	Дистанция 2 км.		Лыжи, палки	Научиться выполнять подъем елочкой и технику спуска.	Познавательные: контролировать физическую нагрузку по частоте сердечных сокращений Коммуникативные: взаимодействовать со	Осваивать технику передвижения на лыжах самостоятельно.		

					сверстниками в процессе совместного освоения техники передвижения на лыжах. Регулятивные: применять правила подбора одежды для занятий по лыжной подготовке			
37.	Совершенствовать технику торможения плугом.		Лыжи, палки	Совершенствовать технику торможения плугом	Познавательные: контролировать физическую нагрузку по частоте сердечных сокращений Коммуникативные: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техники передвижения на лыжах. Регулятивные: использовать передвижение на лыжах в организации активного отдыха	Осваивать технику передвижения на лыжах самостоятельно выявляя и устраняя типичные ошибки.		
38.	Дистанция 2,5 км.		Лыжи, палки	Совершенствовать технику торможения плугом	Познавательные: контролировать физическую нагрузку по частоте сердечных сокращений Коммуникативные: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техники передвижения на лыжах. Регулятивные: использовать передвижение на лыжах в организации активного отдыха	Осваивать технику передвижения на лыжах самостоятельно выявляя и устраняя типичные ошибки.		
39.	Совершенствовать технику изученных ходов. Дистанция 3 км.		Лыжи, палки	Осваивать технику передвижения на лыжах самостоятельно выявляя и устраняя типичные ошибки	Познавательные: применять передвижения на лыжах для развития физических качеств Коммуникативные: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техники передвижения на лыжах. Регулятивные: использовать передвижение на лыжах в организации активного отдыха	Осваивать технику передвижения на лыжах самостоятельно выявляя и устраняя типичные ошибки		
40.	Дистанция 3 км.		Лыжи, палки	Осваивать технику передвижения на лыжах самостоятельно выявляя и устраняя типичные ошибки	Познавательные: применять передвижения на лыжах для развития физических качеств Коммуникативные: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техники передвижения на лыжах. Регулятивные: использовать передвижение на лыжах в организации активного отдыха	Осваивать технику передвижения на лыжах самостоятельно выявляя и устраняя типичные ошибки		
41.	Круговая эстафета с этапом по 150 м.		Лыжи, палки	Осваивать технику передвижения на лыжах	Познавательные: применять передвижения на лыжах для развития физических качеств Коммуникативные: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного	Осваивать технику передвижения на лыжах самостоятельно выявляя и устраняя типичные		

				самостоятельно выявляя и устраняя типичные ошибки	освоения техники передвижения на лыжах. Регулятивные: использовать передвижение на лыжах в организации активного отдыха	ошибки		
42.	Круговая эстафета с этапом по 150 м.		Лыжи, палки	Осваивать технику передвижения на лыжах самостоятельно выявляя и устраняя типичные ошибки	Познавательные: применять передвижения на лыжах для развития физических качеств Коммуникативные: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техники передвижения на лыжах. Регулятивные: использовать передвижение на лыжах в организации активного отдыха	Осваивать технику передвижения на лыжах самостоятельно выявляя и устраняя типичные ошибки		
43.	Прохождение дистанции 1,5 км с ускорениями на прямых по 150м 6 раз		Лыжи, палки	Осваивать технику передвижения на лыжах самостоятельно выявляя и устраняя типичные ошибки	Познавательные: применять передвижения на лыжах для развития физических качеств Коммуникативные: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техники передвижения на лыжах. Регулятивные: использовать передвижение на лыжах в организации активного отдыха	Осваивать технику передвижения на лыжах самостоятельно выявляя и устраняя типичные ошибки		
44.	Прохождение дистанции 1,5 км с ускорениями на прямых по 150м 6 раз		Лыжи, палки	Осваивать технику передвижения на лыжах самостоятельно выявляя и устраняя типичные ошибки	Познавательные: применять передвижения на лыжах для развития физических качеств Коммуникативные: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техники передвижения на лыжах. Регулятивные: использовать передвижение на лыжах в организации активного отдыха	Осваивать технику передвижения на лыжах самостоятельно выявляя и устраняя типичные ошибки		
45.	Прохождение дистанции 2 км с ускорениями на прямых по 150м 6 раз		Лыжи, палки	Осваивать технику передвижения на лыжах самостоятельно выявляя и устраняя типичные ошибки	Познавательные: применять передвижения на лыжах для развития физических качеств Коммуникативные: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техники передвижения на лыжах. Регулятивные: использовать передвижение на лыжах в организации активного отдыха	Осваивать технику передвижения на лыжах самостоятельно выявляя и устраняя типичные ошибки		
46.	Прохождение дистанции 2 км с ускорениями на прямых по 150м 6 раз		Лыжи, палки	Осваивать технику передвижения на лыжах	Познавательные: применять передвижения на лыжах для развития физических качеств Коммуникативные: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного	Осваивать технику передвижения на лыжах самостоятельно выявляя и устраняя типичные		

	раз			самостоятельно выявляя и устраняя типичные ошибки	освоения техники передвижения на лыжах. Регулятивные: использовать передвижение на лыжах в организации активного отдыха	ошибки		
47.	Прохождение дистанции 1,5 км с ускорениями на прямых по 200м 3-4 раза		Лыжи, палки	Осваивать технику передвижения на лыжах самостоятельно выявляя и устраняя типичные ошибки	Познавательные: применять передвижения на лыжах для развития физических качеств Коммуникативные: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техники передвижения на лыжах. Регулятивные: использовать передвижение на лыжах в организации активного отдыха	Осваивать технику передвижения на лыжах самостоятельно выявляя и устраняя типичные ошибки		
48.	Прохождение дистанции 2 км с ускорениями на прямых по 150м 6 раз		Лыжи, палки	Осваивать технику передвижения на лыжах самостоятельно выявляя и устраняя типичные ошибки	Познавательные: применять передвижения на лыжах для развития физических качеств Коммуникативные: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техники передвижения на лыжах. Регулятивные: использовать передвижение на лыжах в организации активного отдыха	Осваивать технику передвижения на лыжах самостоятельно выявляя и устраняя типичные ошибки		
4. ГИМНАСТИКА 10 ч								
49.	Общеразвивающие упражнения в парах.	Как влияют общеразвивающие упражнения на здоровье человека? Цель: разучить общеразвивающие упражнения в парах	Маты Конусы Свисток	Научиться: описывать технику общеразвивающих упражнений, составлять комбинации из числа разученных упражнений	Регулятивные: <i>планирование</i> - применять установленные правила в планировании способа решения задачи. Познавательные: <i>общеучебные</i> - контролировать и оценивать процесс в ходе выполнения упражнений. Коммуникативные: <i>планирование учебного сотрудничества</i> - задавать вопросы, обращаться за помощью	<i>Самоопределение</i> - начальные навыки адаптации в динамично изменяющемся мире		
50.	Сочетание движений руками с ходьбой на месте и в движении.	Как влияют общеразвивающие упражнения на здоровье человека? Цель:	Маты Конусы Свисток	Научиться: описывать технику общеразвивающих упражнений, составлять комбинации из	Регулятивные: <i>планирование</i> - применять установленные правила в планировании способа решения задачи. Познавательные: <i>общеучебные</i> - контролировать и оценивать процесс в ходе выполнения упражнений. Коммуникативные: <i>планирование учебного сотрудничества</i> - задавать вопросы,	<i>Самоопределение</i> - начальные навыки адаптации в динамично изменяющемся мире		

		разучить общеразвивающие упражнения в парах		числа разученных упражнений	обращаться за помощью			
51.	Освоение и совершенствование висов и упоров.	Что такое висы и упоры? Как развивать силу? Цель: учить вису согнувшись и прогнувшись, подтягивание в висе, развивать силовые способности.	Маты Конусы Свисток	Научиться: описывать технику данных упражнений, соблюдать правила безопасности	Регулятивные: <i>планирование</i> - выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. Познавательные: <i>обще учебные</i> -самостоятельно выделять и формулировать поставленную цель. Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> - ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач.	Смыслообразование - адекватная мотивация учебной деятельности (социальна, внешняя) <i>Самоопределение</i> — готовность и способность обучающихся к саморазвитию		
52.	Освоение и совершенствование висов и упоров.	Что такое висы и упоры? Как развивать силу? Цель: учить вису согнувшись и прогнувшись, подтягивание в висе, развивать силовые способности.	Маты Конусы Свисток	Научиться: описывать технику данных упражнений, соблюдать правила безопасности	Регулятивные: <i>планирование</i> - выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. Познавательные: <i>обще учебные</i> -самостоятельно выделять и формулировать поставленную цель. Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> - ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач.	Смыслообразование - адекватная мотивация учебной деятельности (социальна, внешняя) <i>Самоопределение</i> — готовность и способность обучающихся к саморазвитию		
53.	Висы согнувшись и прогнувшись.	Перечислите виды хватов? Цель: учить висам согнувшись и прогнувшись	Маты Конусы Свисток	Научиться: описывать технику данных упражнений, составлять гимнастические комбинации из числа разученных упражнений	Регулятивные: <i>контроль и самоконтроль</i> - сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона. Познавательные: <i>общеучебные</i> - выбирать наиболее эффективные способы решения задач. Коммуникативные: <i>планирование учебного сотрудничества</i> - задавать вопросы,	<i>Самоопределение</i> - осознание ответственности за общее благополучие, готовность следовать нормам здоровьесберегающего поведения		

					обращаться за помощью; определять общую цель и пути ее достижения			
54.	Мальчики: подтягивание в висе. Девочки: подтягивание в висе лёжа.	Перечислите виды хватов? Цель: учить висам согнувшись и прогнувшись	Маты Конусы Свисток	Научиться: описывать технику данных упражнений, составлять гимнастические комбинации из числа разученных упражнений	Регулятивные: контроль и самоконтроль - сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона. Познавательные: общеучебные - выбирать наиболее эффективные способы решения задач. Коммуникативные: планирование учебного сотрудничества - задавать вопросы, обращаться за помощью; определять общую цель и пути ее достижения	<i>Самоопределение</i> - осознание ответственности за общее благополучие, готовность следовать нормам здоровьесберегающего поведения		
55.	Упражнения с предметами	Какие гимнастические предметы используют в гимнастике? Цель: разучить упражнения с предметами	Маты Конус Свисток	Научиться: использовать данные упражнения для развития гибкости	Регулятивные: планирование - применять установленные правила в планировании способа решения задачи. Познавательные: общеучебные - контролировать и оценивать процесс в ходе выполнения упражнений. Коммуникативные: планирование учебного сотрудничества - задавать вопросы, обращаться за помощью	<i>Смыслообразование</i> - адекватная мотивация учебной деятельности. <i>Нравственно-этическая ориентация</i> - умение избегать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций		
56.	Упражнения для развития гибкости	Какие гимнастические предметы используют в гимнастике? Цель: разучить упражнения с предметами	Маты Конус Свисток	Научиться: использовать данные упражнения для развития гибкости	Регулятивные: планирование - применять установленные правила в планировании способа решения задачи. Познавательные: общеучебные - контролировать и оценивать процесс в ходе выполнения упражнений. Коммуникативные: планирование учебного сотрудничества - задавать вопросы, обращаться за помощью	<i>Смыслообразование</i> - адекватная мотивация учебной деятельности. <i>Нравственно-этическая ориентация</i> - умение избегать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций		
57.	Акробатические упражнения.	Что включает в себя акробатика? Цель: закрепить технику акробатических упражнений	Маты Конус Свисток	Научиться: составлять совместно с учителем простейшие комбинации упражнений	Регулятивные: осуществление учебных действий - выполнять учебные действия в материализованной форме; коррекция - вносить необходимые изменения и дополнения. Познавательные: общеучебные - ставить и формулировать проблемы. Коммуникативные: инициативное сотрудничество - задавать вопросы, проявлять	<i>Самоопределение</i> - осознание своей этнической принадлежности. <i>Нравственно-этическая ориентация</i> - уважительное отношение к истории и культуре других народов		

					активность; использовать речь для регуляции своего действия			
58.	Подтягивание.	Что включает в себя акробатика? Цель: закрепить технику акробатических упражнений	Маты Конус Свисток	Научиться: составлять совместно с учителем простейшие комбинации упражнений	Регулятивные: <i>осуществление учебных действий</i> - выполнять учебные действия в материализованной форме; <i>коррекция</i> - вносить необходимые изменения и дополнения. Познавательные: <i>общеучебные</i> - ставить и формулировать проблемы. Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> - задавать вопросы, проявлять активность; использовать речь для регуляции своего действия	<i>Самоопределение</i> - осознание своей этнической принадлежности. <i>Нравственно-этическая ориентация</i> - уважительное отношение к истории и культуре других народов		
5.ФУТБОЛ 10 ч								
59.	История футбола. Основные правила игры в футбол.	Где и когда впервые появилась игра в футбол? Цель: познакомить с историей футбола, основными приемами игры в футбол.	Ф/мячи Конусы Свисток	Знать: историю футбола имена выдающихся отечественных футболистов. Научиться: основным приемам игры в футбол.	Регулятивные: <i>контроль и самоконтроль</i> - сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона. Познавательные: <i>общеучебные</i> - ориентироваться в разнообразии способов решения задач. Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> - формулировать свои затруднения	<i>Самоопределение</i> - принятие образа «хорошего ученика», осознание ответственности за общее дело		
60.	Правила техники безопасности.	Где и когда впервые появилась игра в футбол? Цель: познакомить с историей футбола, основными приемами игры в футбол.	Ф/мячи Конусы Свисток	Знать: историю футбола имена выдающихся отечественных футболистов. Научиться: основным приемам игры в футбол.	Регулятивные: <i>контроль и самоконтроль</i> - сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона. Познавательные: <i>общеучебные</i> - ориентироваться в разнообразии способов решения задач. Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> - формулировать свои затруднения	<i>Самоопределение</i> - принятие образа «хорошего ученика», осознание ответственности за общее дело		
61.	Подвижные игры для освоения перемещения и остановок.	Какие основные правила техники	Ф/мячи Конусы Свисток	Научиться: технике перемещения и остановок;	Регулятивные: <i>коррекция</i> - адекватно воспринимать предложения учителей, родителей и других людей по исправлению ошибок.	<i>Нравственно-этическая ориентация</i> - уважительное отношение к чужому мнению.		

		безопасности при занятиях футболом? Цель: учить технике перемещения и остановок		соблюдать правила, чтобы избежать травм при занятиях футболом.	Познавательные: <i>общеучебные</i> - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> - обращаться за помощью, формулировать свои затруднения			
62.	Подвижные игры для освоения перемещения и остановок.	Какие основные правила техники безопасности при занятиях футболом? Цель: учить технике перемещения и остановок	Ф/мячи Конусы Свисток	Научиться: технике перемещения и остановок; соблюдать правила, чтобы избежать травм при занятиях футболом.	Регулятивные: <i>коррекция</i> - адекватно воспринимать предложения учителей, родителей и других людей по исправлению ошибок. Познавательные: <i>общеучебные</i> - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> - обращаться за помощью, формулировать свои затруднения	<i>Нравственно-этическая ориентация</i> - уважительное отношение к чужому мнению.		
63.	Ведение мяча по прямой с изменениями направления движения и скорости ведения.	Как производится ведение мяча в футболе? Цель: учить технике ведения мяча с изменением направления	Ф/мячи Конусы Свисток	Научиться: описывать технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивать их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.	Регулятивные: <i>коррекция</i> - вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок. Познавательные: <i>общеучебные</i> - ориентироваться в разнообразии способов решения задач; узнавать, называть и определять объекты и явления окружающей действительности в соответствии с содержанием учебного предмета. Коммуникативные: <i>взаимодействие</i> - формулировать собственное мнение и позицию; <i>инициативное сотрудничество</i> - формулировать свои затруднения	<i>Самоопределение</i> - самостоятельность и личная ответственность за свои поступки. <i>Смыслообразование</i> - самооценка на основе критериев успешности учебной деятельности		
64.	Ведение мяча по прямой с изменениями направления движения и скорости ведения.	Как производится ведение мяча в футболе? Цель: учить технике	Ф/мячи Конусы Свисток	Научиться: описывать технику изучаемых игровых приёмов и действий,	Регулятивные: <i>коррекция</i> - вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок. Познавательные: <i>общеучебные</i> - ориентироваться в разнообразии способов решения задач;	<i>Самоопределение</i> - самостоятельность и личная ответственность за свои поступки. <i>Смыслообразование</i> - самооценка на основе		

		ведения мяча с изменением направления		осваивать их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.	узнавать, называть и определять объекты и явления окружающей действительности в соответствии с содержанием учебного предмета. Коммуникативные: <i>взаимодействие</i> - формулировать собственное мнение и позицию; <i>инициативное сотрудничество</i> - формулировать свои затруднения	критериев успешности учебной деятельности		
65.	Комбинация из освоенных элементов.	Какие правила техники безопасности нужно соблюдать при занятиях футболом? Цель: совершенствовать технику освоенных элементов	Ф/мячи Конусы Свисток	Научиться: моделировать технику освоенных игровых действий и приёмов, варьировать её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности	Регулятивные: <i>контроль и самоконтроль</i> - сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона. Познавательные: <i>общеучебные</i> - ориентироваться в разнообразии способов решения задач. Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> - формулировать свои затруднения	<i>Смыслообразование</i> - адекватная мотивация учебной деятельности. <i>Нравственно-этическая ориентация</i> - умение избегать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций		
66.	Ведение, удар, приём мяча, остановка, удар по воротам.	Какие правила техники безопасности нужно соблюдать при занятиях футболом? Цель: совершенствовать технику освоенных элементов	Ф/мячи Конусы Свисток	Научиться: моделировать технику освоенных игровых действий и приёмов, варьировать её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности	Регулятивные: <i>контроль и самоконтроль</i> - сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона. Познавательные: <i>общеучебные</i> - ориентироваться в разнообразии способов решения задач. Коммуникативные: <i>инициативное сотрудничество</i> - формулировать свои затруднения	<i>Смыслообразование</i> - адекватная мотивация учебной деятельности. <i>Нравственно-этическая ориентация</i> - умение избегать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций		
67.	Игра в футбол по упрощённым правилам.	Как организовать совместные занятия футболом? Цель:	Ф/мячи Конусы Свисток	Научиться: Организовывать совместные занятия футболом со сверстниками, осуществлять	Регулятивные: <i>контроль и самоконтроль</i> - сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона. Познавательные: <i>общеучебные</i> - выбирать наиболее эффективные способы решения	<i>Смыслообразование</i> - адекватная мотивация учебной деятельности. <i>Нравственно-этическая ориентация</i> - умение избегать конфликтов и		

		научить организовывать совместные занятия футболом со сверстниками, осуществлять судейство игры.		судейство игры.	задач. Коммуникативные: <i>планирование учебного сотрудничества</i> - задавать вопросы, обращаться за помощью; определять общую цель и пути ее достижения	находить выходы из спорных ситуаций		
68.	Игра в футбол по упрощённым правилам.	Как организовать совместные занятия футболом? Цель: научить организовывать совместные занятия футболом со сверстниками, осуществлять судейство игры.	Ф/мячи Конусы Свисток	Научиться: Организовывать совместные занятия футболом со сверстниками, осуществлять судейство игры.	Регулятивные: <i>контроль и самоконтроль</i> - сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона. Познавательные: <i>общеучебные</i> - выбирать наиболее эффективные способы решения задач. Коммуникативные: <i>планирование учебного сотрудничества</i> - задавать вопросы, обращаться за помощью; определять общую цель и пути ее достижения	<i>Смыслообразование</i> - адекватная мотивация учебной деятельности. <i>Нравственно-этическая ориентация</i> - умение избегать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций		