

**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

Министерство образования Кировской области

МКОУ ООШ с. Обухово Пижанского района Кировской области

Согласовано: Председатель педагогического совета _____/Машкина В.Л./ Протокол № 1 от 28.08.2023	«Утверждаю» Директор МКОУ ООШ с. Обухово _____/Агапитов Д.А. Приказ № 22/2-ОД от 31.08.2023
---	---

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**(ID 5406753)**

учебного предмета

«Спортивные игры»

для 5-6 класса основного общего образования

на 2023-2024 учебный год

Составитель: Копцев Евгений Николаевич  
Учитель физической культуры

Обухово, 2023

# 1. Планируемые результаты освоения учебного предмета «Физическая культура»

Требования к уровню подготовки учащихся

**Универсальными компетенциями** учащихся по курсу являются:

- умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели;
- умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;
- умения доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

**Личностными результатами** освоения учащимися содержания курса являются следующие умения:

- активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками
- на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявлять положительные качества личности и управлять своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявлять дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказывать бескорыстную помощь своим сверстникам, находить с ними общий язык и общие интересы.

**Метапредметными результатами** освоения учащимися содержания программы по курсу являются следующие умения:

- характеризовать явления (действия и поступки), давать им объективную оценку на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;
- общаться и взаимодействовать со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечивать защиту и сохранность природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- организовывать самостоятельную деятельность с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения;
- анализировать и объективно оценивать результаты собственного труда, находить возможности и способы их улучшения;
- видеть красоту движений, выделять и обосновывать эстетические признаки в движениях и передвижениях человека;
- оценивать красоту телосложения и осанки, сравнивать их с эталонными образцами;
- управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильно выполнять двигательные действия из базовых видов спорта,

использовать их в игровой и соревновательной деятельности.

**Предметными результатами** освоения учащимися содержания программы по курсу являются следующие умения:

- представлять игры как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- оказывать посильную помощь и моральную поддержку сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательно и уважительно объяснять ошибки и способы их устранения;
- организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;
- бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;
- организовывать и проводить игры с разной целевой направленностью
- взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- в доступной форме объяснять правила (технику) выполнения двигательных действий, анализировать и находить ошибки, эффективно их исправлять;
- находить отличительные особенности в выполнении двигательного действия разными учениками, выделять отличительные признаки и элементы;
- выполнять технические действия из базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;
- применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.

В связи с погодными условиями и подготовкой учащихся к соревнованиям по лыжным гонкам в рабочую программу по спортивным играм включен блок лыжная подготовка.

## **Раздел 2. Результаты освоения курса внеурочной деятельности 5класс**

**Личностными результатами** изучения курса является формирование умений:

- формирование культуры здоровья, отношения к здоровью как высшей ценности человека;
- развитие личностных качеств, обеспечивающих осознанный выбор поведения;

**Метапредметными результатами** изучения курса является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД).

Регулятивные УУД:

- способность выделять ценность здоровья, здорового и безопасного образа жизни как целевой приоритет при организации собственной жизнедеятельности, взаимодействии с людьми;
- умение адекватно использовать знания о позитивных и негативных факторах, влияющих на здоровье;

Познавательные УУД:

- ориентироваться в своей системе знаний: отличать новое от уже известного с помощью учителя;
- развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения;

**Предметными результатами** изучения курса является формирование следующих знаний и умений.

- особенности воздействия двигательной активности на организм человека;
- правила оказания первой помощи;
- способы сохранения и укрепление здоровья.

#### **6 класс**

**Личностными результатами** изучения курса является формирование умений:

- развитие личностных качеств, обеспечивающих осознанный выбор поведения, снижающего или исключаящего воздействие факторов, способных нанести вред физическому и психическому здоровью;
- формирование потребности ответственного отношения к окружающим и осознания ценности человеческой жизни.

**Метапредметными результатами** изучения курса является формирование следующих универсальных учебных действий (УУД).

Регулятивные УУД:

- умение противостоять негативным факторам, приводящим к ухудшению здоровья;
- формирование умений позитивного коммуникативного общения с окружающими.

Познавательные УУД:

- осуществлять поиск и выделять конкретную информацию с помощью учителя;
- рассказывать об организационно-методических требованиях, применяемых на занятиях физической культурой.

Коммуникативные УУД:

- Формулировать собственное мнение и позицию;
- задавать вопросы;
- с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации, устанавливать рабочие отношения.

**Предметными результатами** изучения курса является формирование следующих знаний и умений.

- влияние здоровья на успешную учебную деятельность;
- значение физических упражнений для сохранения и укрепления здоровья;;
- применять коммуникативные и презентационные навыки;
- оказывать первую медицинскую помощь при травмах.

### **Раздел 3. Содержание курса внеурочной деятельности**

#### **5 класс**

**1. Основы знаний и умений. Способы физкультурной деятельности.** Во время занятий.

#### **2. Легкая атлетика 9 часов.**

1. Вводный инструктаж. Физическая культура и основы здорового образа жизни. Легкая атлетика. Овладение техникой бега. Техника высокого старта. Командные виды спорта. Правила соревнований.
2. Техника выполнения бега с ускорением. Техника прыжка в длину с места.
3. Техника выполнения челночного бега 3\*10 м.
4. Теория. Техника бега короткие дистанции.
5. Техника бега на средние дистанции. Техника выполнения метания мяча с места и разбега.
6. Ускорения 300-500 метров. Эстафета.
7. Бег 10 мин. Поднимание туловища. Челночный бег.
8. Бег 12мин. Подтягивание.
9. Ускорения 300-500 метров. Эстафета.

#### **3. Баскетбол 7 часов.**

1. Техника передвижения и остановки прыжком. Эстафеты с баскетбольными мячами.
2. Ведение мяча змейкой, передачи. Техника остановки двумя шагами бросок в кольцо.

Развитие координационных качеств. Игра в мини-баскетбол.

3. Эстафеты баскетболистов с ведением мяча змейкой, передачей двумя руками от груди.

4. Бросок мяча одной рукой от плеча. Передачи: от груди, головы, от плеча.

5. Ведение мяча с изменением направления

Совершенствовать передачи мяча. Игра в баскетбол 2\*2.

6. Ведение мяча с изменением направления

Совершенствовать передачи мяча. Игра в баскетбол 2\*2.

7. Ведение мяча с изменением направления

Совершенствовать передачи мяча. Игра в баскетбол 2\*2.

#### **4. Гимнастика с элементами акробатики. 10 часов.**

1. Правила безопасности на уроках гимнастики. Перекаты в группировке с последующей опорой руками за головой. Кувырки вперед и назад.

2. Упражнения на гимнастической скамейке. Кувырок вперед в стойку на лопатках (м); кувырок назад в полушпагат (д); Упражнения в равновесии (д); Стойка на голове с согнутыми ногами (м); мост из положения стоя с помощью (д).

3. Упражнения в равновесии (д);

Стойка на голове с согнутыми ногами (м); мост из положения стоя с помощью (д).

Общеразвивающие упражнения в парах. Опорный прыжок: согнув ноги (м); ноги врозь (д).

4. Опорный прыжок: согнув ноги (м); ноги врозь (д). Преодоление гимнастической полосы препятствий.

5. Обучение техники стойки на лопатках, кувырков. Обучить акробатические соединения.

6. Закрепление техники стойки на лопатках, кувырков. Закрепить акробатические соединения.

7. Совершенствование техники стойки на лопатках, кувырков. Совершенствование акробатических соединений.

8. Повторение элементов акробатических упражнений. Совершенствовать технику акробатических соединений.

9. Повторение элементов акробатических упражнений. Совершенствовать технику акробатических соединений.

10. Повторение элементов акробатических упражнений. Совершенствовать технику акробатических соединений.

#### **5. Лыжная подготовка 8 часов.**

1. ТБ на занятиях л/подготовки. Попеременно 2-х шажный ход.

2. Попеременно 2-х шажный ход. Свободное катание до 2 км.

3. Попеременно 2-х шажный ход. Одновременно 2-х шажный ход.

4. Подъем полуелочкой.

5. Одновременно 2-х шажный ход. Подъем полуелочкой.

6. Попеременно 2-х шажный ход. Свободное катание до 2 км.

7. Одновременно 2-х шажный ход. Свободное катание до 2 км.

8. Подъем полуелочкой. Развитие выносливости на дистанции до 2,5 км.

### **6 класс**

**1. Основы знаний и умений. Способы физической деятельности.** Во время занятий.

#### **2. Легкая атлетика 9 часов.**

1. Вводный инструктаж. Физическая культура и основы здорового образа жизни. Легкая атлетика. Овладение техникой бега. Техника высокого старта. Командные виды спорта. Правила соревнований.

2. Техника выполнения бега с ускорением. Техника прыжка в длину с места.

3. Техника выполнения челночного бега 3\*10 м.

4. Теория. Техника бега короткие дистанции.

5. Техника бега на средние дистанции. Техника выполнения метания мяча с места и разбега.

6. Ускорения 300-500 метров. Эстафета.

7. Бег 10 мин. Поднимание туловища. Челночный бег.

8. Бег 12мин. Подтягивание.
9. Ускорения 300-500 метров. Эстафета.

### **3.Баскетбол 7часов.**

1. Техника передвижения и остановки прыжком. Эстафеты с баскетбольными мячами.
2. Ведение мяча змейкой, передачи. Техника остановки двумя шагами бросок в кольцо. Развитие координационных качеств. Игра в мини-баскетбол.
3. Эстафеты баскетболистов с ведением мяча змейкой, передачей двумя руками от груди.
4. Бросок мяча одной рукой от плеча. Передачи: от груди, головы, от плеча.
5. Ведение мяча с изменением направления  
Совершенствовать передачи мяча. Игра в баскетбол 2\*2.
6. Ведение мяча с изменением направления  
Совершенствовать передачи мяча. Игра в баскетбол 2\*2.
7. Ведение мяча с изменением направления  
Совершенствовать передачи мяча. Игра в баскетбол 2\*2.

### **4.Гимнастика с элементами акробатики. 10 часов.**

1. Правила безопасности на уроках гимнастики. Перекаты в группировке с последующей опорой руками за головой. Кувырки вперед и назад.
2. Упражнения на гимнастической скамейке. Кувырок вперед в стойку на лопатках (м); кувырок назад в полушпагат (д) ; Упражнения в равновесии (д); Стойка на голове с согнутыми ногами (м); мост из положения стоя с помощью (д).
3. Упражнения в равновесии (д);  
Стойка на голове с согнутыми ногами (м); мост из положения стоя с помощью (д).  
Общеразвивающие упражнения в парах. Опорный прыжок: согнув ноги (м); ноги врозь (д).
4. Опорный прыжок: согнув ноги (м); ноги врозь (д). Преодоление гимнастической полосы препятствий.
5. Обучение техники стойки на лопатках, кувырков. Обучить акробатические соединения.
6. Закрепление техники стойки на лопатках, кувырков. Закрепить акробатические соединения.
7. Совершенствование техники стойки на лопатках, кувырков. Совершенствование акробатических соединений.
8. Повторение элементов акробатических упражнений. Совершенствовать технику акробатических соединений.
9. Повторение элементов акробатических упражнений. Совершенствовать технику акробатических соединений.
10. Повторение элементов акробатических упражнений. Совершенствовать технику акробатических соединений.

### **5. Лыжная подготовка 8 часов.**

1. ТБ на занятиях л/подготовки. Попеременно 2-х шажный ход.
2. Попеременно 2-х шажный ход. Свободное катание до 2 км.
3. Попеременно 2-х шажный ход. Одновременно 2-х шажный ход.
4. Подъем полуелочкой.
5. Одновременно 2-х шажный ход. Подъем полуелочкой.
6. Попеременно 2-х шажный ход. Свободное катание до 2 км.
7. Одновременно 2-х шажный ход. Свободное катание до 2 км.
8. Подъем полуелочкой. Развитие выносливости на дистанции до 2,5 км.

**ГОДОВОЙ ПЛАН-ГРАФИК РАСПРЕДЕЛЕНИЯ УЧЕБНОГО МАТЕРИАЛА  
в 5-6 классах.**

<b>№ п/п</b>	<b>Тема</b>	<b>Количество часов</b>
1.	Основы знаний и умений. Способы физкультурной деятельности	Во время занятий
2.	Легкая атлетика	9
3.	Баскетбол	7
4.	Гимнастика с элементами акробатики	10
5.	Лыжная подготовка	8
	Всего	34

**Тематическое планирование в 5 классе.**

№ п.п	Наименование раздела программы	Содержание программного материала	Количество часов
1.	Легкая атлетика	Вводный инструктаж. Физическая культура и основы здорового образа жизни. Легкая атлетика. Овладение техникой бега. Техника высокого старта. Командные виды спорта. Правила соревнований.	1
2.	Легкая атлетика	Техника выполнения бега с ускорением. Техника прыжка в длину с места.	1
3.	Легкая атлетика	Техника выполнения челночного бега 3*10 м	1
4.	Легкая атлетика	Теория. Техника бега короткие дистанции.	1
5.	Легкая атлетика	Техника бега на средние дистанции. Техника выполнения метания мяча с места и разбега.	1
6.	Баскетбол	Техника передвижения и остановки прыжком. Эстафеты с баскетбольными мячами.	1
7.	Баскетбол	Ведение мяча змейкой, передачи. Техника остановки двумя шагами бросок в кольцо. Развитие координационных качеств. Игра в мини-баскетбол.	1
8.	Баскетбол	Эстафеты баскетболистов с ведением мяча змейкой, передачей двумя руками от груди	1
9.	Баскетбол	Бросок мяча одной рукой от плеча. Передачи: от груди, головы, от плеча.	1
10.	Баскетбол	Ведение мяча с изменением направления Совершенствовать передачи мяча. Игра в баскетбол 2*2.	1
11.	Баскетбол	Ведение мяча с изменением направления Совершенствовать передачи мяча. Игра в баскетбол 2*2.	1
12.	Гимнастика с элементами акробатики	Правила безопасности на уроках гимнастики. Перекаты в группировке с последующей опорой руками за головой. Кувырки вперед и назад.	1

13.	Гимнастика с элементами акробатики	Упражнения на гимнастической скамейке. Кувырок вперед в стойку на лопатках (м); кувырок назад в полушпагат (д) ; Упражнения в равновесии (д); Стойка на голове с согнутыми ногами (м); мост из положения стоя с помощью (д).	1
14.	Гимнастика с элементами акробатики	Упражнения в равновесии (д); Стойка на голове с согнутыми ногами (м); мост из положения стоя с помощью (д) Общеразвивающие упражнения в парах. Опорный прыжок: согнув ноги (м); ноги врозь (д).	1
15.	Гимнастика с элементами акробатики	Опорный прыжок: согнув ноги (м); ноги врозь (д). Преодоление гимнастической полосы препятствий.	1
16.	Лыжная подготовка	ТБ на занятиях л/подготовки. Попеременно 2-х шажный ход.	1
17.	Лыжная подготовка	Попеременно 2-х шажный ход. Свободное катание до 2 км.	1
18.	Лыжная подготовка	Попеременно 2-х шажный ход. Одновременно 2-х шажный ход.	1
19.	Лыжная подготовка	Подъем полуелочкой.	1
20.	Лыжная подготовка	Одновременно 2-х шажный ход. Подъем полуелочкой.	1
21.	Лыжная подготовка	Попеременно 2-х шажный ход. Свободное катание до 2 км.	1
22.	Лыжная подготовка	Одновременно 2-х шажный ход. Свободное катание до 2 км	1
23.	Лыжная подготовка	Подъем полуелочкой. Развитие выносливости на дистанции до 2,5 км.	1
24.	Баскетбол	Ведение мяча с изменением направления Совершенствовать передачи мяча. Игра в баскетбол 2*2.	1
25.	Гимнастика с элементами акробатики	Обучение техники стойки на лопатках, кувырков. Обучить акробатические соединения.	1

26.	Гимнастика с элементами акробатики	Закрепление техники стойки на лопатках, кувырков. Закрепить акробатические соединения.	1
27.	Гимнастика с элементами акробатики	Совершенствование техники стойки на лопатках, кувырков. Совершенствование акробатических соединений.	1
28.	Гимнастика с элементами акробатики	Повторение элементов акробатических упражнений. Совершенствовать технику акробатических соединений.	1
29.	Гимнастика с элементами акробатики	Повторение элементов акробатических упражнений. Совершенствовать технику акробатических соединений.	1
30.	Гимнастика	Повторение элементов акробатических упражнений. Совершенствовать технику акробатических соединений.	1
31.	Легкая атлетика	Строевые упражнения. Повороты на месте. Ускорения 300-500 метров. Эстафета.	1
32.	Легкая атлетика	Подвижные игры. Спец. беговые упр. Бег 10 мин. Поднимание туловища. Челночный бег.	1
33.	Легкая атлетика	О.Р.У., Спец. беговые упр. Бег 12мин. Подтягивание.	1
34.	Легкая атлетика	Строевые упражнения. Повороты на месте. Ускорения 300-500 метров. Эстафета.	1

**Тематическое планирование в 6 классе.**

<b>№ п.п</b>	<b>Наименование раздела программы</b>	<b>Содержание программного материала</b>	<b>Количество часов</b>
1.	Легкая атлетика	Вводный инструктаж. Физическая культура и основы здорового образа жизни. Легкая атлетика. Овладение техникой бега. Техника высокого старта. Командные виды спорта. Правила соревнований.	1
2.	Легкая атлетика	Техника выполнения бега с ускорением. Техника прыжка в длину с места.	1

3.	Легкая атлетика	Техника выполнения челночного бега 3*10 м	1
4.	Легкая атлетика	Теория. Техника бега короткие дистанции.	1
5.	Легкая атлетика	Техника бега на средние дистанции. Техника выполнения метания мяча с места и разбега.	1
6.	Баскетбол	Техника передвижения и остановки прыжком. Эстафеты с баскетбольными мячами.	1
7.	Баскетбол	Ведение мяча змейкой, передачи. Техника остановки двумя шагами бросок в кольцо. Развитие координационных качеств. Игра в мини-баскетбол.	1
8.	Баскетбол	Эстафеты баскетболистов с ведением мяча змейкой, передачей двумя руками от груди	1
9.	Баскетбол	Бросок мяча одной рукой от плеча. Передачи: от груди, головы, от плеча.	1
10.	Баскетбол	Ведение мяча с изменением направления Совершенствовать передачи мяча. Игра в баскетбол 2*2.	1
11.	Баскетбол	Ведение мяча с изменением направления Совершенствовать передачи мяча. Игра в баскетбол 2*2.	1
12.	Гимнастика с элементами акробатики	Правила безопасности на уроках гимнастики. Перекаты в группировке с последующей опорой руками за головой. Кувырки вперед и назад.	1
13.	Гимнастика с элементами акробатики	Упражнения на гимнастической скамейке. Кувырок вперед в стойку на лопатках (м); кувырок назад в полушпагат (д); Упражнения в равновесии (д); Стойка на голове с согнутыми ногами (м); мост из положения стоя с помощью (д).	1
14.	Гимнастика с элементами акробатики	Упражнения в равновесии (д); Стойка на голове с согнутыми ногами (м); мост из положения стоя с помощью (д) Общеразвивающие упражнения в парах. Опорный прыжок: согнув ноги (м); ноги врозь (д).	1
15.	Гимнастика с элементами акробатики	Опорный прыжок: согнув ноги (м); ноги врозь (д). Преодоление гимнастической полосы препятствий.	1
16.	Лыжная подготовка	ТБ на занятиях л/подготовки. Попеременно 2-х шажный ход.	1

17.	Лыжная подготовка	Попеременно 2-х шажный ход. Свободное катание до 2 км.	1
18.	Лыжная подготовка	Попеременно 2-х шажный ход. Одновременно 2-х шажный ход.	1
19.	Лыжная подготовка	Подъем полуелочкой.	1
20.	Лыжная подготовка	Одновременно 2-х шажный ход. Подъем полуелочкой.	1
21.	Лыжная подготовка	Попеременно 2-х шажный ход. Свободное катание до 2 км.	1
22.	Лыжная подготовка	Одновременно 2-х шажный ход. Свободное катание до 2 км	1
23.	Лыжная подготовка	Подъем полуелочкой. Развитие выносливости на дистанции до 2,5 км.	1
24.	Баскетбол	Ведение мяча с изменением направления Совершенствовать передачи мяча. Игра в баскетбол 2*2.	1
25.	Гимнастика с элементами акробатики	Обучение техники стойки на лопатках, кувырков. Обучить акробатические соединения.	1
26.	Гимнастика с элементами акробатики	Закрепление техники стойки на лопатках, кувырков. Закрепить акробатические соединения.	1
27.	Гимнастика с элементами акробатики	Совершенствование техники стойки на лопатках, кувырков. Совершенствование акробатических соединений.	1
28.	Гимнастика с элементами акробатики	Повторение элементов акробатических упражнений. Совершенствовать технику акробатических соединений.	1
29.	Гимнастика с элементами акробатики	Повторение элементов акробатических упражнений. Совершенствовать технику акробатических соединений.	1

30.	Гимнастика	Повторение элементов акробатических упражнений. Совершенствовать технику акробатических соединений.	1
31.	Легкая атлетика	Строевые упражнения. Повороты на месте. Ускорения 300-500 метров. Эстафета.	1
32.	Легкая атлетика	Подвижные игры. Спец. беговые упр. Бег 10 мин. Поднимание туловища. Челночный бег.	1
33.	Легкая атлетика	О.Р.У., Спец. беговые упр. Бег 12мин. Подтягивание.	1
34.	Легкая атлетика	Строевые упражнения. Повороты на месте. Ускорения 300-500 метров. Эстафета.	1

### МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКАЯ БАЗА ДЛЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

#### Место проведения:

Спортивная площадка;  
Класс (для теоретических занятий);  
Спортивный зал.

#### Инвентарь:

Баскетбольные мячи;  
Скакалки;  
Теннисные мячи;  
Малые мячи;  
Гимнастическая стенка;  
Гимнастические скамейки;  
Баскетбольные кольца;  
Секундомер;  
Маты.

### МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

#### Формы занятий:

- групповые и индивидуальные формы занятий - теоретические, практические, комбинированные. Комбинированная форма

используется чаще и включает теоретическую: беседу, инструктаж, просмотр иллюстраций - и практическую части: ОФП и игры;

- занятия оздоровительной направленности;
- праздники;
- эстафеты, домашние задания.

### **Методы и приёмы учебно-воспитательного процесса:**

Эффективность реализации программы:

- информационно-познавательные (беседы, показ);
- творческие (развивающие игры);
- методы контроля и самоконтроля (самоанализ, тестирование, беседы).

### **Организационно-методические рекомендации**

Занятия проводятся 1 раз неделю по 1 часу.

**Календарно-тематическое планирование «Спортивных игр»  
для 5-6 классов, 34 часа**

№	Тема урока	Кол-во Часов	Целевые установки	Понятия	Планируемые результаты (в соответствии с ФГОС)			Сроки	
					Предметные результаты (требования)	УУД	Личностные результаты	план	факт
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1	Вводный инструктаж. Физическая культура и основы здорового образа жизни. Легкая атлетика. Овладение техникой бега. Техника высокогостарта. Командные виды спорта. Правила соревнований.	1	Бег с ускорением. Эстафетный бег. Развитие скоростных и скоростно-силовых качеств.	Высокий и низкий старт до 40м. Стартовый разгон. Бег по дистанции 70-80 м. Бег 300-500м. Специальные беговые упражнения. Эстафета 4*50м. Игра «Русская лапта»	<b>Уметь</b> Пробегать с максимальной скоростью 40 м с низкого и высокого старта. Уметь выполнять передачу эстафетной палочки.	<b>Р: целеполагание-</b> формулировать и удерживать учебную задачу; <b>планирование-</b> выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <b>П: общеучебные-</b> использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. <b>К: инициативное сотрудничество-</b> ставить вопросы, обращаться за помощью	Освоение техники высокого и низкого старта, эстафетного бега.		
2	Легкая атлетика. Техника выполнения бега с ускорением. Техника	1	Бег по дистанции. Финиширование. Бег с ускорением. Прыжок	Бег 500-800м. Строевые упражнения. Бег по дистанции с ускорением. Финиширование. Эстафетный бег 4*100м. Прыжок в длину с места. Основы обучения	<b>Уметь</b> пробегать с максимальной скоростью 30 м с низкого старта,	<b>Р: целеполагание-</b> формулировать и удерживать учебную задачу; <b>планирование-</b> выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <b>П: общеучебные-</b> использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия	Освоение техники высокого и низкого старта. Освоение техники		

	прыжка в длину с места.		в длину с места. Эстафетный бег. Развитие Скоростных качеств		выполнять прыжок в длину с места.	Физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. К: <i>инициативное сотрудничество</i> - ставить вопросы, обращаться за помощью	прыжка в длину с места.		
3	Легкая атлетика. Теория. Техника бега на средние дистанции. Техника выполнения подтягиваний из виса на высокой, низкой перекладине	1	Бег по дистанции в равномерно м темпе. Развитие силовых качеств. Развитие выносливости.	Специальные беговые упражнения. Бег в равномерном темпе 6 мин. Составление плана и подбор подводящих упражнений. Подтягивание из виса на высокой, низкой перекладине.	Уметь выполнять равномерный бег, подтягивания. Уметь подбирать подводящие упражнения.	Р: <i>целеполагание</i> - формулировать и удерживать учебную задачу; <i>планирование</i> - выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. П: <i>общеучебные</i> - использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. К: <i>инициативное сотрудничество</i> - ставить вопросы, обращаться за помощью	Освоение техники бега на средние дистанции, техники выполнения подтягиваний из виса.		
4	Легкая атлетика. Теория. Техника бега короткие дистанции.	1	Бег по дистанции в равномерно м темпе. Развитие силовых качеств. Развитие выносливости.	Специальные беговые упражнения. Бег в равномерном темпе 6 мин. Составление плана и подбор подводящих упражнений. Подтягивание из виса на высокой, низкой перекладине.	Уметь выполнять равномерный бег, подтягивания. Уметь подбирать подводящие упражнения.	Р: <i>целеполагание</i> - формулировать и удерживать учебную задачу; <i>планирование</i> - выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. П: <i>общеучебные</i> - использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. К: <i>инициативное сотрудничество</i> - ставить вопросы, обращаться за помощью	Освоение техники бега на средние дистанции, техники выполнения подтягиваний из виса.		

5	Легкая атлетика. Техника бега на средние дистанции. Техника выполнения метания мяча с места и разбега	1 Бег по дистанции в равномерном темпе. Развитие силовых качеств. Развитие выносливости.	Специальные беговые упражнения. Бег в равномерном темпе 6 мин. Составление плана и подбор подводящих упражнений. Подтягивание из виса на высокой, низкой перекладине.	Уметь выполнять равномерный бег, подтягивания. Уметь подбирать подводящие упражнения.	Р: <i>целеполагание</i> - формулировать и удерживать учебную задачу; <i>планирование</i> - выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. П: <i>общеучебные</i> - использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. К: <i>инициативное сотрудничество</i> - ставить вопросы, обращаться за помощью	Освоение техники бега на средние дистанции, техники выполнения подтягиваний из виса.		
6	Баскетбол. Техника передвижения и остановки прыжком. Эстафеты с баскетбольными мячами.	1 Развитие координационных способностей	Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча с изменением направления и высоты отскока. Передачи мяча различными способами: в движении, в парах и тройках. Бросок двумя руками от головы со средней дистанции. Позиционное нападение со сменой мест.	Уметь применять в игре тактические действия	Р: <i>целеполагание</i> - формулировать и удерживать учебную задачу; <i>планирование</i> - выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. П: <i>общеучебные</i> - использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. К: <i>инициативное сотрудничество</i> - ставить вопросы, обращаться за помощью	Освоение техники ведения мяча на месте с изменением высоты отскока		

7	<p>Баскетбол. Ведение мяча змейкой, передачи. Техника остановки Двумя шагами бросок в кольцо. Развитие координационных качеств. Игра в мини-баскетбол.</p>	1	<p>Развитие координационных способностей</p>	<p>Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча с изменением направления и высоты отскока. Передачи мяча различными способами: в движении, в парах и тройках. Бросок двумя руками от головы со средней дистанции. Позиционное нападение со сменой мест.</p>	<p>Уметь применять в игре тактические действия</p>	<p>Р: целеполагание - формулировать и удерживать учебную задачу; планирование - выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. П: общеучебные - использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. К: инициативное сотрудничество - ставить вопросы, обращаться за помощью</p>	<p>Освоение техники ведения мяча на месте с изменением высоты отскока</p>		
8	<p>Баскетбол. Эстафеты баскетболистов с ведением мяча змейкой, передачей двумя руками от груди</p>	1	<p>Развитие координационных способностей</p>	<p>Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча с изменением направления и высоты отскока. Передачи мяча различными способами в движении в парах и тройках. Броски двумя руками от головы со средней дистанции. Позиционное нападение со сменой мест.</p>	<p>Уметь применять в игре тактические действия</p>	<p>Р: целеполагание - формулировать и удерживать учебную задачу; планирование - выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. П: общеучебные - использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. К: инициативное сотрудничество - ставить вопросы, обращаться за помощью</p>	<p>Оценка техники выполнения передач мяча Ловля и передача мяча на месте</p>		

9	Баскетбол. Бросок мяча одной рукой от плеча. Передачи: от груди, головы, от плеча.	1	Развитие координационных способностей	Ведение мяча с изменением направления и высоты отскока с сопротивлением. Передачи мяча различными способами: в движении, в парах и тройках, с сопротивлением. Бросок двумя руками от головы со средней дистанции с сопротивлением. Варианты ловли и передачи мяча без сопротивления и с	Уметь применять в игре тактические действия	Р: целеполагание - формулировать и удерживать учебную задачу; планирование - выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. П: общеучебные - использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. К: инициативное сотрудничество - ставить вопросы, обращаться за помощью	Оценка техники выполнения ведения мяча. Оценка броска в кольцо		
10	Баскетбол. Ведение мяча с изменением направления. Совершенствовать Передачи мяча. Игра в Баскетбол 2*2.	1	Развитие координационных способностей	Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча с изменением направления и высоты отскока с сопротивлением. Передачи мяча различными способами в движении в парах и тройках с сопротивлением. Броски двумя руками от головы со средней дистанции с сопротивлением. Нападение быстрым прорывом.	Уметь применять в игре тактические действия	Р: целеполагание - формулировать и удерживать учебную задачу; планирование - выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. П: общеучебные - использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. К: инициативное сотрудничество - ставить вопросы, обращаться за помощью	Оценка техники выполнения технических приемов		

11	<p>Баскетбол. Ведение мяча с изменением направления Совершенствовать Передачи мяча. Игра в Баскетбол 2*2.</p>	1 Развитие координационных способностей	<p>Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча с изменением направления и высоты отскока, с сопротивлением. Передачи мяча различными способами: в движении, в парах и тройках, с сопротивлением. Броски двумя руками от головы со средней дистанции с сопротивлением. Нападение быстрым прорывом.</p>	Уметь применять в игре тактические действия	<p>Р: целеполагание - формулировать и удерживать учебную задачу. П: общеучебные - использовать общие приемы решения поставленных задач К: инициативное сотрудничество - ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие - формулировать собственное мнение</p>	Оценка техники выполнения технических приемов		
12	<p>Гимнастика с элементами акробатики Правила безопасности на уроках гимнастики. Перекаты в группировке с последующей опорой руками за головой. Кувырки вперед и назад.</p>	1 Развитие координационных способностей	<p>Перестроение из колонны по одному в колонну по два, четыре, восемь в движении. Эстафеты с гимнастическими элементами. Техника выполнения переката в группировке с последующей опорой руками за головой. Кувырки вперед и назад.</p>	Уметь выполнять акробатические элементы.	<p>Р: целеполагание - формулировать и удерживать учебную задачу. П: общеучебные - использовать общие приемы решения поставленных задач К: инициативное сотрудничество - ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие - формулировать собственное мнение</p>	Оценка техники выполнения акробатических элементов.		

13	Гимнастика с элементами акробатики	1	Развитие координационных способностей	Перестроение из колонны по одному в колонну по два, четыре, восемь в движении. Упражнения на гимнастической скамейке.	Уметь выполнять акробатические элементы	Р: целеполагание - формулировать и удерживать учебную задачу. П: общеучебные - использовать общие приемы решения поставленных задач	Оценка техники выполнения акробатических элементов		
14	Упражнения на гимнастической скамейке. Кувырок вперед в стойку на лопатках (м); кувырок назад в полушпагат (д); Упражнения в равновесии (д); Стойка на голове с согнутыми ногами (м); мост из положения стоя с помощью (д).	1	Развитие координационных способностей	Кувырок вперед в стойку на лопатках (м); кувырок назад в полушпагат (д); Упражнения в равновесии (д); Стойка на голове с согнутыми ногами (м); мост из положения стоя с помощью (д).		К: инициативное сотрудничество - ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие - формулировать собственное мнение	Оценка техники выполнения акробатических элементов		
15	Гимнастика с элементами акробатики Упражнения в равновесии (д); Стойка на голове с согнутыми ногами (м); мост из положения стоя с помощью (д) Общеразвивающие упр.	1	Развитие координационных способностей	Перестроение из колонны по одному в колонну по два, четыре, восемь в движении. Комбинация из разученных элементов. Опорный прыжок: девушки-прыжок ноги врозь, юноши-прыжок «согнув ноги»	Уметь выполнять комбинацию из 5 элементов, опорный прыжок	Р: целеполагание - формулировать и удерживать учебную задачу; планирование - выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. П: общеучебные - использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. К: инициативное сотрудничество - ставить вопросы, обращаться за помощью	Оценка техники выполнения опорного прыжка		

16	Лыжная подготовка. ТБ на занятиях л/подготовки. Попеременно 2-х шажный ход.	1 Совершенствование техники попеременно 2-х шажного хода	Ознакомить с техникой безопасности на уроках по лыжной подготовке.	Знать: Правила поведения на уроке по лыжной подготовке. Уметь: передвигаться попеременным двушажным ходом; выполнять	Р: целеполагание - формулировать и удерживать учебную задачу; планирование - выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. П: общеучебные - использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. К: инициативное сотрудничество - ставить вопросы, обращаться за помощью	Безопасность на уроках		
17	Лыжная подготовка. Попеременно 2-х шажный ход. Свободное катание до 2 км.	1 Развитие координационных способностей	Совершенствование техники попеременно 2-х шажного хода.	Уметь: передвигаться попеременным двушажным ходом; выполнять	Р: целеполагание - формулировать и удерживать учебную задачу; планирование - выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. П: общеучебные - использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. К: инициативное сотрудничество - ставить вопросы, обращаться за помощью	Оценка техники выполнения попеременно 2-х шажного хода.		

18	Лыжная подготовка. Попеременно 2-х шажный ход. Одновременно 2-х шажный ход.	1	Развитие выносливости	Совершенствование техники одновременного двухшажного хода.	Уметь: передвигаться одновременно двумя шажным ходом;	Р: целеполагание - формулировать и удерживать учебную задачу; планирование - выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. П: общеучебные - использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. К: инициативное сотрудничество - ставить вопросы, обращаться за помощью	Оценка техники выполнения одновременного двухшажного хода		
19	Лыжная подготовка. Подъем полуелочкой.	1	Развитие выносливости	Обучение технике подъема в гору способом «полуелочка».	Научиться: технике подъема в гору способом «полуелочка».	Р: целеполагание - формулировать и удерживать учебную задачу; планирование - выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. П: общеучебные - использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. К: инициативное сотрудничество - ставить вопросы, обращаться за помощью	Оценка техники выполнения подъема в гору способом «полуелочка».		

20	Лыжная подготовка. Одновременно 2-х шажный ход. Подъем полуелочкой.	1	Развитие выносливости	Совершенствование техники одновременного двухшажного хода.	Уметь: передвигаться одновременно двумя шажным ходом; выполнять	Р: целеполагание - формулировать и удерживать учебную задачу; планирование - выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. П: общеучебные - использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. К: инициативное сотрудничество - ставить вопросы, обращаться за помощью	Оценка техники выполнения одновременного двухшажного хода.		
21	Лыжная подготовка. Попеременно 2-х шажный ход. Свободное катание до 2 км.	1	Развитие координационных способностей	Контроль техники попеременного двухшажного хода.	Уметь: передвигаться попеременно двумя шажным ходом;	Р: целеполагание - формулировать и удерживать учебную задачу; планирование - выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. П: общеучебные - использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. К: инициативное сотрудничество - ставить вопросы, обращаться за помощью	Оценка техники попеременного двухшажного хода		

22	Лыжная подготовка. Одновременно 2-х шажный ход. Свободное катание до 2 км	1	Развитие выносливости	Совершенствование техники одновременного двухшажного хода.	Уметь: передвигаться одновременно двумя шажным ходом;	Р: целеполагание - формулировать и удерживать учебную задачу; планирование - выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. П: общеучебные - использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. К: инициативное сотрудничество - ставить вопросы, обращаться за помощью	Оценка техники одновременного двухшажного хода		
23	Лыжная подготовка. Подъем полуелочкой. Развитие выносливости на дистанции до 2,5 км.	1	Развитие выносливости	Контроль техники подъема в гору способом «полуелочка».	Подъем в гору способом «полуелочка».	Р: целеполагание - формулировать и удерживать учебную задачу; планирование - выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. П: общеучебные - использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. К: инициативное сотрудничество - ставить вопросы, обращаться за помощью	Оценка техники выполнения подъема в гору		

24	Баскетбол. Ведение мяча с изменением направления Совершенствовать передачи мяча. Игра в баскетбол 2*2.	1	Развитие координационных способностей	Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча с изменением направления и высоты отскока, с сопротивлением. Передачи мяча различными способами: в движении, в парах и тройках, с сопротивлением. Броски двумя руками от головы со средней дистанции с сопротивлением.	Уметь применять в игре тактические действия	Р: целеполагание - формулировать и удерживать учебную задачу. П: общеучебные - использовать общие приемы решения поставленных задач К: инициативное сотрудничество - ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие - формулировать собственное мнение	Оценка техники выполнения технически х приемов		
25	Гимнастика. Обучение техники стойки на лопатках, кувырков. Обучить акробатические соединения.	1	Развитие координационных способностей	Р.: владение широким арсеналом двигательных действий и физических упражнений П.: моделировать технику выполнения акробатических упражнений К.: умение логически грамотно излагать, аргументировать и обосновывать собственную точку зрения,	Уметь применять в игре тактические действия	Р: целеполагание - формулировать и удерживать учебную задачу; планирование - выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. П: общеучебные - использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. К: инициативное сотрудничество - ставить вопросы, обращаться за помощью	Оценка техники выполнения ведения мяча		

26	Гимнастика. Закрепление техники стойки на лопатках, кувырков. Закрепить акробатические соединения.	1	Развитие координационных способностей	Р.: владение широким арсеналом двигательных действий и физических упражнений П.: моделировать технику выполнения акробатических упражнений К.: умение логически грамотно излагать, аргументировать и обосновывать собственную точку зрения,	Уметь применять в игре тактические действия	Р: целеполагание - формулировать и удерживать учебную задачу. П: общеучебные - использовать общие приемы решения поставленных задач К: инициативное сотрудничество - ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие - формулировать собственное мнение	Оценка техники выполнения технических приемов		
27	Гимнастика. Совершенствование техники стойки на лопатках, кувырков. Совершенствование акробатических соединений	1	Развитие координационных способностей	Р.: владение широким арсеналом двигательных действий и физических упражнений П.: моделировать технику выполнения акробатических упражнений К.: умение логически грамотно излагать, аргументировать и обосновывать собственную точку зрения,	Уметь применять в игре тактические действия	Р: целеполагание - формулировать и удерживать учебную задачу; планирование - выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. П: общеучебные - использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. К: инициативное сотрудничество - ставить вопросы, обращаться за помощью	Оценка техники выполнения ведения мяча		

28	Гимнастика. Повторить элементы акробатических упражнений. Совершенствовать технику акробатических соединений.	1	Развитие координационных способностей	Р. .: владение широким арсеналом двигательных действий и физических упражнений П.: моделировать технику выполнения акробатических упражнений К.: умение логически грамотно излагать, аргументировать и обосновывать собственную точку зрения,	Уметь применять в игре тактические действия	Р: целеполагание - формулировать и удерживать учебную задачу. П: общеучебные - использовать общие приемы решения поставленных задач К: инициативное сотрудничество - ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие - формулировать собственное мнение	Оценка техники выполнения технических приемов		
29	Гимнастика. Повторить элементы акробатических упражнений. Совершенствовать технику акробатических соединений.	1	Развитие координационных способностей	Р. .: владение широким арсеналом двигательных действий и физических упражнений П.: моделировать технику	Уметь применять в игре тактические действия	Р: целеполагание - формулировать и удерживать учебную задачу. П: общеучебные - использовать общие приемы решения поставленных задач К: инициативное сотрудничество - ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие - формулировать собственное мнение	Оценка техники выполнения технических приемов		
30	Гимнастика. Повторить элементы акробатических упражнений. Совершенствовать технику акробатических соединений.	1	Развитие координационных способностей	Р. .: владение широким арсеналом двигательных действий и физических упражнений П.: моделировать технику	Уметь применять в игре тактические действия	Р: целеполагание - формулировать и удерживать учебную задачу. П: общеучебные - использовать общие приемы решения поставленных задач К: инициативное сотрудничество - ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие - формулировать собственное мнение	Оценка техники выполнения технических приемов		

31	Легкая атлетика. Строевые упражнения. Повороты на месте. Ускорения 300-500 метров. Эстафета.	1	Развитие координационных способностей	Перестроение из колонны по одному в колонну по два, четыре, восемь в движении. Эстафетный бег. Передача эстафетной палочки.. Специальные беговые упражнения. Бег 250 м на результат. Бег по виражу	Уметь выполнять строевые упражнения, специальные беговые упражнения, передачу эстафетной палочки.	Р: целеполагание - формулировать и удерживать учебную задачу; планирование - выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. П: общеучебные - использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. К: инициативное сотрудничество - ставить вопросы, обращаться за помощью	Оценка техники выполнения передачи эстафетной палочки, строевых упражнений		
32	Легкая атлетика Подвижные игры. Спец. беговые упр. Бег 10 мин. Поднимание туловища. Челночный бег.	1	Развитие выносливости, скоростно-силовых качеств	Равномерный бег по стадиону. Поднимание и опускание туловища в положении лежа с согнутыми ногами. ОРУ на месте. Специальные беговые упражнения. Челночный бег 4*9 метров. Игра «Русская лапта»	Уметь выполнять поднимание и опускание туловища в положении лежа с согнутыми ногами, челночный бег 4*9 метров.	Р: целеполагание - формулировать и удерживать учебную задачу. П: общеучебные - использовать общие приемы решения поставленных задач К: инициативное сотрудничество - ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие - формулировать собственное мнение	Оценка техники выполнения легкоатлетических упражнений		
33	Легкая беговые упр. Бег 12мин. Подтягивание Спец. О.Р.У.,	1	Развитие координационных способностей	Равномерный бег по стадиону	Уметь выполнять равномерный бег, подтягивание	Р: целеполагание - формулировать и удерживать определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. К: инициативное сотрудничество - ставить вопросы, обращаться за помощью	Оценка решения поставленных задач;		

34	Легкая атлетика. Строевые упражнения. Повороты на месте. Ускорения 300-500 метров. Эстафета.	1	Развитие координаци онных способносте й	Равномерный бег по стадиону	Уметь выполнять равномерный бег, подтягивание	Р: целеполагание - формулировать и удерживать определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. К: <i>инициативное сотрудничество</i> - ставить вопросы, обращаться за помощью	Оценка решения поставленных задач;		
----	--	---	---	--------------------------------	---	---	---	--	--

**Список используемой литературы:**

1. Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» №273-ФЗ от 29.12.2012г. (статья 12, 13, 15, 16).
2. Федеральный государственный стандарт основного общего образования, утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации № 1897от 17 декабря 2010 г.
3. Физическая культура: 5 класс: учеб. Для общеобразоват. Учреждений / А. П. Матвеев; Рос.акад. наук, Рос. Акад. Образования, изд-во “Просвещение”. -3-е изд.- М.: Просвещение, 2010.
4. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов. Авторы В.И. Лях, А.А. Зданевич. М: Просвещение, 2012 г.