

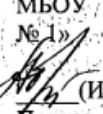


**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
«ОБОЯНСКАЯ СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №1»**

**РАССМОТРЕНА**  
на заседании ШМО  
Руководитель ШМО:  
 /О.А.Кривоносова/  
**Протокол**  
от «30» 08. 2021г.  
№ 1

**СОГЛАСОВАНА**  
с заместителем директора по  
УВР  /Т.Н.Клещевникова/  
**« 30» 08. 2021г.**

**ПРИНЯТА**  
решением  
педагогического совета  
Протокол  
от «31» 08. 2021г.  
№ 1

**УТВЕРЖДЕНА**  
Директор  
МБОУ «Обоянская СОШ  
№ 1»  
 (И.Н.Абрамова)  
Приказ  
от «31» 08. 2021г.  
№ 220

**Рабочая программа  
по физической культуре**

Уровень образования **основное общее ( 5- 9 классы )**

Сроки реализации рабочей программы **2020 - 2025 гг**

## ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

### «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» ПРЕДМЕТНЫЕ МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ, ЛИЧНОСТНЫЕ

В соответствии с требованиями к результатам освоения основной образовательной программы основного общего образования Федерального государственного образовательного стандарта данная рабочая программа для 5—9 классов направлена на достижение учащимися личностных, метапредметных и предметных результатов по физической культуре.

**Личностными результатами** освоения учащимися содержания программы по физической культуре являются:

- 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.

#### **1. Гражданское воспитание включает:**

- формирование активной гражданской позиции, гражданской позиции, гражданской ответственности, основанной на традиционных культурных, духовных и нравственных ценностях российского общества;
- развитие в детской среде ответственности, принципов коллективизма и социальной солидарности

#### **2. Патриотическое воспитание предусматривает:**

- формирование российской гражданской идентичности;
- формирование патриотизма, чувства гордости за свою Родину, готовности к защите интересов Отечества, ответственности за будущее России на основе развития программ патриотического воспитания детей, в том числе военно-патриотического воспитания;

#### **3. Духовно-нравственное воспитание осуществляется за счёт:**

- развития у детей нравственных чувств (чести, долга, справедливости, милосердия и дружелюбия);
- формирования выраженной в поведении нравственной позиции, в том числе способности к сознательному выбору добра;
- развития сопереживания и формирования позитивного отношения к людям, в том числе к лицам с ограниченными возможностями здоровья и инвалидам;
- содействия формированию у детей позитивных жизненных ориентиров и планов;

#### **4. Эстетическое воспитание:**

- популяризацию российских культурных, нравственных и семейных ценностей;

#### **5. Физическое воспитание, формирование культуры здоровья и эмоционального благополучия включает:**

- формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни;
- формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания;
- развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной

зависимости, табакокурения и других вредных привычек.

#### **6. Трудовое воспитание реализуется посредством:**

- формирования умений и навыков самообслуживания, потребности трудиться, добросовестного, ответственного и творческого отношения к разным видам трудовой деятельности, включая обучение и выполнение домашних обязанностей;
- развития навыков совместной работы, умения работать самостоятельно, мобилизуя необходимые ресурсы, правильно оценивая смысл и последствия своих действий

#### **Метапредметные результаты**

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;

» умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;

- умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности её решения;
  - владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
  - умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками;
  - умение работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов;

- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;

« умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации, для выражения своих чувств, мыслей и потребностей, планирования и регуляции своей деятельности.

Метапредметные результаты проявляются в различных областях культуры.

*В области познавательной культуры:*

- овладение сведениями о роли и значении физической культуры в формировании целостной личности человека, в развитии его сознания и мышления, физических, психических и нравственных качеств;

- понимание здоровья как одного из важнейших условий развития и самореализации человека, расширяющего возможности выбора профессиональной деятельности и обеспечивающего длительную творческую активность;
- понимание физической культуры как средства организации и активного ведения здорового образа жизни, профилактики вредных привычек и девиантного (отклоняющегося от норм) поведения.

*В области нравственной культуры:*

- бережное отношение к собственному здоровью и здоровью окружающих, проявление доброжелательности и отзывчивости к людям, имеющим ограниченные возможности и нарушения в состоянии здоровья;
- проявление уважительного отношения к окружающим, товарищам по команде и соперникам, проявление культуры взаимодействия, терпимости и толерантности в достижении общих целей при совместной деятельности;
- ответственное отношение к порученному делу, проявление дисциплинированности и готовности отстаивать собственные позиции, отвечать за результаты собственной деятельности.

*В области трудовой культуры:*

- добросовестное выполнение учебных заданий, осознанное стремление к освоению новых знаний и умений, повышающих результативность выполнения заданий;
- приобретение умений планировать, контролировать и оценивать учебную деятельность, организовывать места занятий и обеспечивать их безопасность;
- закрепление умения поддержания оптимального уровня работоспособности в процессе учебной деятельности посредством активного использования занятий физическими упражнениями, гигиенических факторов и естественных сил природы для профилактики психического и физического утомления.

*В области эстетической культуры:*

- знание факторов, потенциально опасных для здоровья (вредные привычки, ранние половые связи, допинг), и их опасных последствий;
- » понимание культуры движений человека, постижение значения овладения жизненно важными двигательными умениями и навыками, исходя из целесообразности и эстетической привлекательности;
- восприятие спортивного соревнования как культурно-массового зрелищного мероприятия, проявление адекватных норм поведения, неантагонистических способов общения и взаимодействия.

*В области коммуникативной культуры:*

- владение культурой речи, ведение диалога в доброжелательной и открытой форме, проявление к собеседнику внимания, интереса и уважения;

- владение умением вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности, находить компромиссы при принятии общих решений;
- владение умением логически грамотно излагать, аргументировать и обосновывать собственную точку зрения, доводить её до собеседника.

#### *В области физической культуры:*

- владение способами организации и проведения разнообразных форм занятий физическими упражнениями, их планирования и наполнения содержанием;
- владение умениями выполнения двигательных действий и физических упражнений базовых видов спорта и оздоровительной физической культуры, активно их использовать в самостоятельно организуемой спортивно-оздоровительной и физкультурно-оздоровительной деятельности;
- владение способами наблюдения за показателями индивидуального здоровья, физического развития и физической подготовленности, величиной физических нагрузок, использования этих показателей в организации и проведении самостоятельных форм занятий.

#### **Предметные результаты.**

В соответствии с ФГОС общего образования, утвержденными приказами Министерства образования и науки РФ от 6.10.2009 г. № 373, от 17.12.2010 г. № 1897, от 17.05.2012 г. № 413 и федерального компонента ГОС-2004 от 05.05.2014 г. № 1089 предметные результаты учебного предмета «Физическая культура» должны отражать умение выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корригирующих упражнений с учетом индивидуальных способностей и особенностей, состояния здоровья и режима учебной деятельности, использовать разнообразные формы и виды физкультурной деятельности для организации здорового образа жизни, активного отдыха и досуга, в том числе при подготовке к выполнению нормативов испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО.

В основной школе в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом основного общего образования *результаты* изучения курса «Физическая культура» являются:

- понимание роли и значения физической культуры в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;
- овладение системой знаний о физическом совершенствовании человека, освоение умений отбирать физические упражнения и регулировать физические нагрузки для самостоятельных систематических занятий с различной функциональной направленностью (оздоровительной, тренировочной, коррекционной, рекреативной и лечебной) с учётом индивидуальных возможностей и особенностей организма, планировать содержание этих занятий, включать их в режим учебного дня и учебной недели;
- приобретение опыта организации самостоятельных систематических занятий физической культурой с соблюдением правил техники безопасности и профилактики травматизма; освоение умения оказывать первую помощь при лёгких травмах; обогащение опыта совместной деятельности в организации и проведении занятий физической культурой, форм активного отдыха и досуга;
- расширение опыта организации и мониторинга физического развития и физической подготовленности; формирование умения вести наблюдение за динамикой развития своих основных физических качеств: оценивать текущее состояние организма и определять

тренирующее воздействие на него занятий физической культурой посредством использования стандартных физических нагрузок и функциональных проб, определять индивидуальные режимы физической нагрузки, контролировать направленность её воздействия на организм во время самостоятельных занятий физическими упражнениями с разной целевой ориентацией;

- формирование умений выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корригирующих упражнений, учитывающих индивидуальные способности и особенности, состояние здоровья и режим учебной деятельности; овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умением использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности; расширение двигательного опыта за счёт упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма.

Предметные результаты, так же как личностные и метапредметные, проявляются в разных областях культуры. *В области познавательной культуры:*

- знания по истории развития спорта и олимпийского движения, о положительном их влиянии на укрепление мира и дружбы между народами;
- знания основных направлений развития физической культуры в обществе, их целей, задач и форм организации;
- знания о здоровом образе жизни, его связи с укреплением здоровья и профилактикой вредных привычек, о роли и месте физической культуры в организации здорового образа жизни.

*В области нравственной культуры:*

» способность проявлять инициативу и самостоятельность при организации совместных занятий физическими упражнениями, доброжелательное и уважительное отношение к участникам с разным уровнем их умений, физических способностей, состояния здоровья;

- умение взаимодействовать с одноклассниками и сверстниками, оказывать им помощь при освоении новых двигательных действий, корректно объяснять и объективно оценивать технику их выполнения;
- способность проявлять дисциплинированность и уважение к товарищам по команде и соперникам во время игровой и соревновательной деятельности, соблюдать правила игры и соревнований.

*В области трудовой культуры:*

- способность преодолевать трудности, добросовестно выполнять учебные задания по технической и физической подготовке;
- умение организовывать самостоятельные занятия физическими упражнениями разной функциональной направленности, обеспечивать безопасность мест занятий, спортивного инвентаря и оборудования, спортивной одежды;
- умение организовывать и проводить самостоятельные занятия по базовым видам школьной программы, подбирать физические упражнения в зависимости от индивидуальной ориентации на будущую профессиональную деятельность.

*В области эстетической культуры:*

- умение организовывать самостоятельные занятия с использованием физических упражнений по формированию телосложения и правильной осанки, подбирать комплексы физических упражнений и режимы физической нагрузки в зависимости от индивидуальных особенностей физического развития;
- умение организовывать самостоятельные занятия по формированию культуры движений при выполнении упражнений разной направленности (на развитие координационных способностей, силовых, скоростных, выносливости, гибкости) в зависимости от индивидуальных особенностей физической подготовленности;

« способность вести наблюдения за динамикой показателей физического развития, осанки, показателями основных физических способностей, объективно их оценивать и соотносить с общепринятыми нормами и нормативами.

*В области коммуникативной культуры:*

- способность интересно и доступно излагать знания о физической культуре, умело применяя соответствующие понятия и термины;

» умение определять задачи занятий физическими упражнениями, включёнными в содержание школьной программы, аргументировать, как их следует организовывать и проводить;

о способность осуществлять судейство соревнований по одному из видов спорта, проводить занятия в качестве командира отделения, капитана команды, владея необходимыми информационными жестами.

*В области физической культуры:*

- способность отбирать физические упражнения, естественные силы природы, гигиенические факторы в соответствии с их функциональной направленностью, составлять из них индивидуальные комплексы для осуществления оздоровительной гимнастики, использования закаливающих процедур, профилактики нарушений осанки, улучшения физической подготовленности;
- способность составлять планы занятий с использованием физических упражнений разной педагогической направленности, регулировать величину физической нагрузки в зависимости от задач занятия и индивидуальных особенностей организма;
- умение проводить самостоятельные занятия по освоению и закреплению осваиваемых на уроке новых двигательных действий и развитию основных физических (кондиционных и координационных) способностей, контролировать и анализировать эффективность этих занятий, вести дневник самонаблюдения.

## **Метапредметные результаты**

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;

- умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности её решения;
- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками;
- умение работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов;
- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;
- умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации, для выражения своих чувств, мыслей и потребностей, планирования и регуляции своей деятельности.

Метапредметные результаты проявляются в различных областях культуры.

*В области познавательной культуры:*

- овладение сведениями о роли и значении физической культуры в формировании целостной личности человека, в развитии его сознания и мышления, физических, психических и нравственных качеств;
- понимание здоровья как одного из важнейших условий развития и самореализации человека, расширяющего возможности выбора профессиональной деятельности и обеспечивающего длительную творческую активность;
- понимание физической культуры как средства организации и активного ведения здорового образа жизни, профилактики вредных привычек и девиантного (отклоняющегося от норм) поведения.

*В области нравственной культуры:*

- бережное отношение к собственному здоровью и здоровью окружающих, проявление доброжелательности и отзывчивости к людям, имеющим ограниченные возможности и нарушения в состоянии здоровья;
- проявление уважительного отношения к окружающим, товарищам по команде и соперникам, проявление культуры взаимодействия, терпимости и толерантности в достижении общих целей при совместной деятельности;
- ответственное отношение к порученному делу, проявление дисциплинированности и готовности отстаивать собственные позиции, отвечать за результаты собственной деятельности.

*В области трудовой культуры:*

- добросовестное выполнение учебных заданий, осознанное стремление к освоению новых знаний и умений, повышающих результативность выполнения заданий;
- приобретение умений планировать, контролировать и оценивать учебную деятельность, организовывать места занятий и обеспечивать их безопасность;
- закрепление умения поддержания оптимального уровня работоспособности в процессе учебной деятельности посредством активного использования занятий физическими упражнениями, гигиенических факторов и естественных сил природы для профилактики психического и физического утомления.

*В области эстетической культуры:*

- знание факторов, потенциально опасных для здоровья (вредные привычки, ранние половые связи, допинг), и их опасных последствий;
- понимание культуры движений человека, постижение значения овладения жизненно важными двигательными умениями и навыками, исходя из целесообразности и эстетической привлекательности;
- восприятие спортивного соревнования как культурно-массового зрелищного мероприятия, проявление адекватных норм поведения, неантагонистических способов общения и взаимодействия.

*В области коммуникативной культуры:*

- владение культурой речи, ведение диалога в доброжелательной и открытой форме, проявление к собеседнику внимания, интереса и уважения;



- владение умением вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности, находить компромиссы при принятии общих решений;
- владение умением логически грамотно излагать, аргументировать и обосновывать собственную точку зрения, доводить её до собеседника.

*В области физической культуры:*

- владение способами организации и проведения разнообразных форм занятий физическими упражнениями, их планирования и наполнения содержанием;
- владение умениями выполнения двигательных действий и физических упражнений базовых видов спорта и оздоровительной физической культуры, активно их использовать в самостоятельно организуемой спортивно-оздоровительной и физкультурно-оздоровительной деятельности;
- владение способами наблюдения за показателями индивидуального здоровья, физического развития и физической подготовленности, величиной физических нагрузок, использования этих показателей в организации и проведении самостоятельных форм занятий.

**Личностные результаты**

- воспитание российской гражданской идентичности: патриотизма, любви и уважения к Отечеству, чувства гордости за свою Родину, прошлое и настоящее многонационального народа России;
- знание истории физической культуры своего народа, своего края как части наследия народов России и человечества;
- усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества;
- воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;
- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учётом устойчивых познавательных интересов;
- формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;
- формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции, к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира;
- готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания;
- освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества;
- участие в школьном самоуправлении и общественной жизни в пределах возрастных компетенций с учётом региональных, этнокультурных, социальных и экономических особенностей;
- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;
- формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;
- осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи.

Личностные результаты отражаются в готовности обучающихся к саморазвитию индивидуальных свойств личности, которые приобретаются в процессе освоения учебного предмета «Физическая культура». Они включают в себя основы гражданской идентичности, сформированную мотивацию к обучению; и познанию в сфере физической культуры, умения

использовать ценности физической культуры для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей, достижения личностно значимых результатов в физическом совершенстве.

Личностные результаты освоения программного материала проявляются в следующих областях культур

*В области познавательной культуры:*

- владение знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности, о соответствии их возрастно-половым нормативам;
- владение знаниями об особенностях индивидуального здоровья и о функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний, травматизма и оказания доврачебной помощи при занятиях физическими упражнениями;
- владение знаниями по организации и проведению занятий физическими упражнениями оздоровительной и тренировочной направленности, составлению содержания индивидуальных занятий в соответствии с задачами улучшения физического развития и физической подготовленности.

*В области нравственной культуры:*

- способность управлять своими эмоциями, владеть культурой общения и взаимодействия в процессе занятий физическими упражнениями, во время игр и соревнований;
- способность принимать активное участие в организации и проведении совместных физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий;
- владение умением предупреждать конфликтные ситуации и находить выходы из спорных ситуаций в процессе игровой и соревновательной деятельности на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим.

*В области трудовой культуры:*

- умение планировать режим дня, обеспечивать оптимальное сочетание умственных, физических нагрузок и отдыха;
- умение проводить туристские пешие походы, готовить снаряжение, организовывать и благоустраивать места стоянок, соблюдать правила безопасности;
- умение содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование, спортивную одежду, осуществлять их подготовку к занятиям и спортивным соревнованиям.

*В области эстетической культуры:*

- умение длительно сохранять правильную осанку во время статичных поз и в процессе разнообразных видов двигательной деятельности;
- формирование потребности иметь хорошее телосложение в соответствии с принятыми нормами и представлениями;
- формирование культуры движений, умения передвигаться легко, красиво, непринуждённо.

*В области коммуникативной культуры:*

- владение умением осуществлять поиск информации по вопросам современных оздоровительных систем (в справочных источниках, учебнике, в сети Интернет и др.), а также обобщать, анализировать и применять полученные знания в самостоятельных занятиях физическими упражнениями и спортом;
- владение умением формулировать цель и задачи индивидуальных и совместных с другими детьми и подростками занятий физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельностью, излагать их содержание;
- владение умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, находить адекватные способы взаимодействия с партнёрами во время учебной, игровой и соревновательной деятельности.

*В области физической культуры:*

- владение умениями:
  - в циклических и ациклических локомоциях: с максимальной скоростью пробегать 60 м из положения низкого старта; в равномерном темпе бегать до 20 мин (мальчики) и до 15 мин (девочки); после быстрого разбега с 9—13 шагов совершать прыжок в длину; выполнять с 9—13 шагов разбега прыжок в высоту способом «перешагивание»; проплыть 50 м;

— в метаниях на дальность и на меткость: метать малый мяч и мяч 150 г с места и с разбега (10—12 м) с использованием четырёхшажного варианта бросковых шагов с соблюдением ритма; метать малый мяч и мяч 150 г с места и с 3 шагов разбега в горизонтальную и вертикальную цели с 10—15 м, метать малый мяч и мяч 150 г с места по медленно и быстро движущейся цели с 10—12 м;

— в гимнастических и акробатических упражнениях: выполнять комбинацию из четырёх элементов на перекладине (мальчики) и на разновысоких брусьях (девочки); опорные прыжки через козла в длину (мальчики) и в ширину (девочки); комбинацию движений с одним из предметов (мяч, палка, скакалка, обруч), состоящих из шести элементов, или комбинацию, состоящую из шести гимнастических элементов; выполнять акробатическую комбинацию из четырёх элементов, включающую кувырки вперёд и назад, стойку на голове и руках, длинный кувырок (мальчики), кувырок вперёд и назад в полу шпагат, «мост» и поворот в упор стоя на одном колене (девочки);

**в спортивных играх:** играть в одну из спортивных игр (по упрощённым правилам);

- демонстрировать результаты не ниже, чем средний уровень основных физических способностей;

- владеть способами физкультурно-оздоровительной деятельности: самостоятельно выполнять упражнения на развитие быстроты, координации, выносливости, силы, гибкости; соблюдать правила самоконтроля и безопасности во время выполнения упражнений;

- владеть правилами поведения на занятиях физическими упражнениями: соблюдать нормы поведения в коллективе, правила безопасности, гигиену занятий и личную гигиену; помогать друг другу и учителю; поддерживать товарищей, имеющих недостаточную физическую подготовленность; проявлять активность, самостоятельность, выдержку и самообладание.

*Личностные результаты* отражаются в индивидуальных, качественных свойствах обучающихся, которые приобретаются в процессе освоения учебного предмета "Физическая культура". Эти качественные свойства проявляются, прежде всего, в положительном отношении обучающихся к занятиям физической культурой и спортом, двигательной деятельностью, накоплении необходимых знаний, а также в умении использовать ценности физической культуры для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей, достижения личностно значимых результатов в физическом совершенстве.

## ЗНАНИЯ О ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

**История физической культуры.** Олимпийские игры древности. Возрождение Олимпийских игр и олимпийского движения.

История зарождения олимпийского движения в России. Олимпийское движение в России.

Выдающиеся достижения отечественных спортсменов на Олимпийских играх.

Характеристика видов спорта, входящих в программу Олимпийских игр. , Исторические данные о создании и развитии ГТО (БГТО).

Физическая культура в современном обществе. Особенности организации и проведения самостоятельных занятий по виду спорта и требования к технике безопасности, о самоподготовке к сдаче норм ВФСК ГТО. Организация и проведение пеших туристских походов. Требования к технике безопасности и бережному отношению к природе (экологические требования).

**Физическая культура (основные понятия).** Физическое развитие человека.

Физическая подготовка и её связь с укреплением здоровья, развитием физических качеств.

Организация и планирование самостоятельных занятий по развитию физических качеств.

Техническая подготовка. Техника движений и её основные показатели.

Всестороннее и гармоничное физическое развитие.

Адаптивная физическая культура.

Спортивная подготовка.

Здоровье и здоровый образ жизни. Допинг. Концепция честного спорта.

Профессионально-прикладная физическая подготовка.

**Физическая культура человека.** Режим дня и его основное содержание.

Закаливание организма. Правила безопасности и гигиенические требования.

Влияние занятий физической культурой на формирование положительных качеств

### **Физическое совершенствование**

**Физкультурно-оздоровительная деятельность.** Комплексы упражнений для развития гибкости и координации движений, для формирования правильной осанки с учетом индивидуальных особенностей физического развития. Комплексы упражнений утренней зарядки и физкультминуток. Комплексы дыхательной гимнастики и гимнастики для глаз.

**Спортивно-оздоровительная деятельность.**

## **Содержание учебного предмета «Физическая культура.**

**5 класс**

### **Спортивные игры Баскетбол (18 часов)**

**Техника передвижений, остановок, поворотов и стоек:** стойки игрока. Перемещения в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед. Остановка двумя шагами и прыжком. Повороты без мяча и с мячом. Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (перемещения в стойке, остановка, поворот, ускорение).

**Ловля и передача мяча:** ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча на месте и в движении без сопротивления защитника (в парах, тройках, квадрате, круге).

**Техника ведения мяча:** ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке на месте, в движении по прямой, с изменением направления движения и скорости. Ведение без сопротивления защитника ведущей и неведущей рукой.

**Техника бросков мяча:** броски одной и двумя руками с места и в движении (после ведения, после ловли) без сопротивления защитника. Максимальное расстояние до корзины 3,6 м.

**Индивидуальная техника защиты:** вырывание и выбивание мяча.

**Техника перемещений, владения мячом:** комбинация из освоенных элементов: ловля, передача, ведение, бросок. Комбинация из освоенных элементов техники перемещений.

**Тактика игры:** тактика свободного нападения. Позиционное нападение (5:0) без изменения позиций игроков. Нападение быстрым прорывом (1:0). Взаимодействие двух игроков «Отдай мяч и выйди».

**Овладение игрой:** Игра по упрощенным правилам мини-баскетбола. Игры и игровые задания 2:1, 3:1, 3:2, 3:3.

### **Гимнастика с элементами акробатики 18 часов**

**Строевые упражнения.** Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре дроблением и сведением; из колонны по два и по четыре в колонну по одному разведением и слиянием, по восемь в движении.

**Общеразвивающие упражнения без предметов и с предметами, развитие координационных, силовых способностей, гибкости и правильной осанки:** сочетание различных положений рук, ног, туловища. Сочетание движений руками с ходьбой на месте и в движении, с маховыми движениями ног, с подскоками, с приседаниями, с поворотами. Общеразвивающие упражнения с повышенной амплитудой для плечевых, локтевых, тазобедренных, коленных суставов и позвоночника. Общеразвивающие упражнения в парах. Прыжки со скакалкой.

**Акробатические упражнения:** кувырок вперед (назад) в группировке; стойка на лопатках, перекат вперед в упор присев.

**Висы и упоры: Мальчики:** висы согнувшись и прогнувшись; подтягивание в висе; поднимание прямых ног в висе. **Девочки:** смешанные висы; подтягивание из вися лежа.

**Лазанье:** лазанье по канату, гимнастической лестнице. Подтягивания. Упражнения в висах и упорах, набивными мячами.

**Опорные прыжки:** вскок в упор присев; соскок прогнувшись (козел в ширину, высота 80-100 см).

### Легкая атлетика (21 час)

**Техника спринтерского бега:** высокий старт от 10 до 15 м. Бег с ускорением от 30 до 40 м. Скоростной бег до 40 м. Бег на результат 60 м.

**Техника длительного бега:** бег в равномерном темпе от 10 до 12 мин. Бег на 1000 м.

**Техника прыжка в длину:** прыжки в длину с 7—9 шагов разбега способом «согнув ноги».

**Техника метания малого мяча:** метание теннисного мяча с места на дальность отскока от стены, на заданное расстояние, на дальность, в коридор 5—6 м, в горизонтальную и вертикальную цель (1х1 м) с расстояния 6-8 м, с 4-5 бросковых шагов на дальность и заданное расстояние.

**Развитие выносливости:** кросс до 15 мин, бег с препятствиями и на местности, минутный бег, эстафеты, круговая тренировка.

**Развитие скоростно-силовых способностей:** прыжки и многоскоки, метания в цель и на дальность разных снарядов из разных и. п., толчки и броски набивных мячей весом до 3 кг.

**Развитие скоростных и координационных способностей:** эстафеты, старты из различных и. п., бег с ускорением, с максимальной скоростью. Варианты челночного бега, бега с изменением направления, скорости, способа перемещения, бег с преодолением препятствий и на местности, прыжки через препятствия, на точность приземления и в зоны, метания различных снарядов из различных и. п. в цель и на дальность.

### Лыжная подготовка (18 часов)

**Техника лыжных ходов:** попеременный двухшажный ход. Одновременный бесшажный ход. Прохождение дистанции 3 км.

**Повороты:** на месте махом через лыжу вперед и через лыжу назад, в движении «переступанием»;

**Подъемы** «полуелочкой», «елочкой»; торможение «плугом», «упором»;

**Спуски** в основной стойке по прямой и наискось.

**Игры:** «Кто дальше»

### Волейбол (21 час)

**Техника передвижений, остановок, поворотов и стоек:** стойки игрока. Перемещения в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед. Ходьба, бег и выполнение заданий (сесть на пол, встать, подпрыгнуть). Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (перемещения в стойке, остановки, ускорения).

**Техника приема и передач мяча:** передача мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения вперед. Передачи мяча над собой. То же через сетку.

**Техника подачи мяча:** нижняя прямая подача мяча с расстояния 3—6 м от сетки.

**Техника прямого нападающего удара:** прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером.

**Техники владения мячом:** комбинации из освоенных элементов: прием, передача, удар.

**Тактика игры:** тактика свободного нападения. Позиционное нападение без изменения позиций игроков (6:0).

**Овладение игрой.** Игра по упрощенным правилам мини-волейбола. Игры и игровые задания с ограниченным числом игроков (2:2, 3:2, 3:3) и на укороченных площадках.

**Развитие выносливости, скоростных и скоростно-силовых способностей.** Бег с изменением направления, скорости, челночный бег с ведением и без ведения мяча и др.; метания в цель различными мячами, игровые упражнения типа 2:1, 3:1, 2:2, 3:2, 3:3. Эстафеты, круговая тренировка, подвижные игры с мячом, двусторонние игры длительностью от 20 с до 12 мин. Ведение мяча в высокой, средней и низкой стойке с максимальной частотой в течение 7-10 с.

### Футбол (6 часов)

**Техника передвижений, остановок, поворотов и стоек:** стойки игрока; перемещения в стойке приставными шагами боком и спиной вперед, ускорения, старты из различных положений. Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (перемещения, остановки, повороты, ускорения).

**Удары по мячу и остановка мяча:** удары по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъема. Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы и подошвой.

**Техника ведения мяча:** ведение мяча по прямой с изменением направления движения и скорости ведения без сопротивления защитника ведущей и не ведущей ногой.

**Техника ударов по воротам:** удары по воротам указанными способами на точность (меткость) попадания мячом в цель.

**Техника перемещений, владения мячом:** комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом.

**Тактика игры:** тактика свободного нападения. Позиционные нападения без изменения позиций игроков. Нападение в игровых заданиях 3:1, 3:2, 3:3, 2:1 с атакой и без атаки ворот.

## **6 класс**

### Легкая атлетика (21 час)

**Техника спринтерского бега:** высокий старт от 10 до 15 м. Бег с ускорением от 30 до 40 м. Скоростной бег до 40 м. Бег на результат 60 м.

**Техника длительного бега:** бег в равномерном темпе от 10 до 12 мин. Бег на 1000 м.

**Техника прыжка в длину:** прыжки в длину с 7—9 шагов разбега способом «согнув ноги».

**Техника метания малого мяча:** метание теннисного мяча с места на дальность отскока от стены, на заданное расстояние, на дальность, в коридор 5—6 м, в горизонтальную и вертикальную цель (1x1 м) с расстояния 6-8 м, с 4-5 бросковых шагов на дальность и заданное расстояние.

**Развитие выносливости:** кросс до 15 мин, бег с препятствиями и на местности, минутный бег, эстафеты, круговая тренировка.

**Развитие скоростно-силовых способностей:** прыжки и многоскоки, метания в цель и на дальность разных снарядов из разных и. п., толчки и броски набивных мячей весом до 3 кг.

**Развитие скоростных и координационных способностей:** эстафеты, старты из различных и. п., бег с ускорением, с максимальной скоростью. Варианты челночного бега, бега с изменением направления, скорости, способа перемещения, бег с преодолением препятствий и на местности, прыжки через препятствия, на точность приземления и в зоны, метания различных снарядов из различных и. п. в цель и на дальность.

### **Спортивные игры: Баскетбол (18 часов)**

**Техника передвижений, остановок, поворотов и стоек:** стойки игрока. Перемещения в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед. Остановка двумя шагами и прыжком. Повороты без мяча и с мячом. Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (перемещения в стойке, остановка, поворот, ускорение).

**Ловля и передача мяча:** ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча на месте и в движении без сопротивления защитника (в парах, тройках, квадрате, круге).

**Техника ведения мяча:** ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке на месте, в движении по прямой, с изменением направления движения и скорости. Ведение без сопротивления защитника ведущей и неведущей рукой.

**Техника бросков мяча:** броски одной и двумя руками с места и в движении (после ведения, после ловли) без сопротивления защитника. Максимальное расстояние до корзины 3,6 м.

**Индивидуальная техника защиты:** вырывание и выбивание мяча.

**Техника перемещений, владения мячом:** комбинация из освоенных элементов: ловля, передача, ведение, бросок. Комбинация из освоенных элементов техники перемещений.

**Тактика игры:** тактика свободного нападения. Позиционное нападение (5:0) без изменения позиций игроков. Нападение быстрым прорывом (1:0).

**Овладение игрой:** Игра по упрощенным правилам мини-баскетбола. Игры и игровые задания 2:1, 3:1, 3:2, 3:3.

### Гимнастика с элементами акробатики 18 часов

**Строевые упражнения.** Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре дроблением и сведением; из колонны по два и по четыре в колонну по одному разведением и слиянием, по восемь в движении.

**Общеразвивающие упражнения без предметов и с предметами, развитие координационных, силовых способностей, гибкости и правильной осанки:** сочетание различных положений рук, ног, туловища. Сочетание движений руками с ходьбой на месте и в движении, с маховыми движениями ног, с подскоками, с приседаниями, с поворотами. Общеразвивающие упражнения с повышенной амплитудой для плечевых, локтевых, тазобедренных, коленных суставов и позвоночника. Общеразвивающие упражнения в парах. Прыжки со скакалкой.

**Акробатические упражнения:** кувырок вперед (назад) в группировке; стойка на лопатках, перекат вперед в упор присев.

**Висы и упоры: Мальчики:** висы согнувшись и прогнувшись; подтягивание в висе; поднимание прямых ног в висе. **Девочки:** смешанные висы; подтягивание из вися лежа.

**Лазанье:** лазанье по канату, гимнастической лестнице. Подтягивания. Упражнения в висах и упорах, набивными мячами.

**Опорные прыжки:** вскок в упор присев; соскок прогнувшись (козел в ширину, высота 80-100 см).

### Лыжная подготовка (18 часов)

**Техника лыжных ходов:** попеременный двухшажный ход. Одновременный бесшажный ход. Прохождение дистанции 3 км.

**Повороты:** на месте махом через лыжу вперед и через лыжу назад, в движении «переступанием»;

**Подъемы** «полуелочкой», «елочкой»; торможение «плугом», «упором»;

**Спуски** в основной стойке по прямой и наискось.

**Игры:** «Кто дальше»

### Волейбол (21 час)

**Техника передвижений, остановок, поворотов и стоек:** стойки игрока. Перемещения в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед. Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (перемещения в стойке, остановки, ускорения).

**Техника приема и передач мяча:** передача мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения вперед. Передачи мяча над собой. То же через сетку.

**Техника подачи мяча:** нижняя прямая подача мяча с расстояния 3—6 м от сетки.

**Техника прямого нападающего удара:** прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером.

**Техники владения мячом:** комбинации из освоенных элементов: прием, передача, удар.

**Тактика игры:** тактика свободного нападения. Позиционное нападение без изменения позиций игроков (6:0).

**Овладение игрой.** Игра по упрощенным правилам мини-волейбола. Игры и игровые задания с ограниченным числом игроков (2:2, 3:2, 3:3) и на укороченных площадках.

**Развитие выносливости, скоростных и скоростно-силовых способностей.** Бег с изменением направления, скорости, челночный бег с ведением и без ведения мяча и др.; метания в цель различными мячами, игровые упражнения типа 2:1, 3:1, 2:2, 3:2, 3:3. Эстафеты, круговая тренировка, подвижные игры с мячом, двусторонние игры длительностью от 20 с до 12 мин. Ведение мяча в высокой, средней и низкой стойке с максимальной частотой в течение 7-10 с.

### Лапта (6 часов)

Подача мяча: удар сбоку, сверху, снизу

Передача мяча: на точность, на дальность,

Бросок мяча: в неподвижную цель, в движущуюся цель

Учебная игра

## 7 класс

### Легкая атлетика 21 час

**Техника спринтерского бега:** высокий старт от 30 до 60 м. Бег с ускорением до 60 м. Скоростной бег до 50 м. Бег на результат 60 м. **Техника длительного бега:** бег в равномерном темпе: девочки до 15 минут, мальчики до 20 минут. Бег на 1500 м. **Техника прыжка в длину:** прыжки в длину с 9-11 шагов разбега способом «согнув ноги». **Техника прыжка в высоту:** прыжки в высоту с 3—5 шагов разбега способом «перешагивание». **Техника метания малого мяча:** метание теннисного мяча на дальность отскока от стены с места, с шага, с двух шагов, с трех шагов; в горизонтальную и вертикальную цель (1x1 м) с расстояния 10-12 м. Метание мяча весом 150 г с места на дальность и с 4-5 бросковых шагов с разбега в коридор 10 м на дальность и заданное расстояние.

**Развитие выносливости:** кросс до 15 мин, бег с препятствиями и на местности, минутный бег, эстафеты, круговая тренировка. **Развитие скоростно-силовых способностей:** прыжки и многоскоки, метания в цель и на дальность разных снарядов из разных и. п., толчки и броски набивных мячей весом до 3 кг.

**Развитие скоростных и координационных способностей:** эстафеты, старты из различных и. п., бег с ускорением, с максимальной скоростью. Варианты челночного бега, бега с изменением направления, скорости, способа перемещения, бег с преодолением препятствий и на местности, прыжки через препятствия, на точность приземления и в зоны, метания различных снарядов из различных и. п. в цель и на дальность.

### Спортивные игры. Баскетбол 18 часов

**Техника передвижений, остановок, поворотов и стоек:** стойки игрока. Перемещения в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед. Остановка двумя шагами и прыжком. Повороты без мяча и с мячом. Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (перемещения в стойке, остановка, поворот, ускорение).

**Ловля и передач мяча:** ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча на месте и в движении с пассивным сопротивлением защитника (в парах, тройках, квадрате, круге).

**Техника ведения мяча:** ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке на месте, в движении по прямой, с изменением направления движения и скорости. Ведение с пассивным сопротивлением защитника ведущей и неведущей рукой.

**Техника бросков мяча:** броски одной и двумя руками с места и в движении (после ведения, после ловли) с пассивным противодействием. Максимальное расстояние до корзины 4,8 м в прыжке.

**Индивидуальная техника защиты:** перехват мяча.



**Техника перемещений, владения мячом:** комбинация из освоенных элементов: ловля, передача, ведение, бросок. Комбинация из освоенных элементов техники перемещений.

**Тактика игры:** позиционное нападение и личная защита в игровых взаимодействиях 2:2, 3:3, 4:4, 5:5 на одну корзину. Взаимодействие двух игроков в нападении и защите через «заслон».

**Овладение игрой:** игра по упрощенным правилам баскетбола. Игры и игровые задания 2:1, 3:1, 3:2, 3:3.

**Тактика игры:** тактика свободного нападения. Позиционные нападения с изменением позиций игроков. Нападение в игровых заданиях 3:1, 3:2, 3:3, 2:1 с атакой и без атаки ворот.

**Овладение игрой.** Игра по упрощенным правилам на площадках разных размеров Игры и игровые задания 2:1, 3:1, 3:2, 3:3.

### **Гимнастика с элементами акробатики 18 часов**

**Строевые упражнения.** Выполнение команд «Пол-оборота направо!», «Пол-оборота налево!», «Полшага!», «Полный шаг!»

**Общеразвивающие упражнения без предметов и с предметами, развитие координационных, силовых способностей, гибкости и правильной осанки:** сочетание различных положений рук, ног, туловища. Сочетание движений руками с ходьбой на месте и в движении, с маховыми движениями ног, с подскоками, с приседаниями, с поворотами. **Общеразвивающие упражнения с повышенной амплитудой для плечевых, локтевых, тазобедренных, коленных суставов и позвоночника.** **Общеразвивающие упражнения в парах. Мальчики:** с набивным и большим мячом, гантелями (1-3 кг). **Девочки:** с обручами, скакалками, большим мячом, палками. Эстафеты и игры с использованием гимнастических упражнений и инвентаря. Прыжки со скакалкой.

**Акробатические упражнения: мальчики:** кувырок вперед в стойку на лопатках, перекат вперед в упор присев; стойка на голове с согнутыми ногами. **Девочки:** кувырок назад в полушпагат. **Висы и упоры: мальчики:** подъем переворотом в упор толчком двумя; передвижение в вися; махом назад соскок. **Девочки:** махом одной и толчком другой подъемпереворотом в упор. **Лазанье:** лазанье по канату, гимнастической лестнице. Подтягивания. Упражнения в висах и упорах. **Опорные прыжки: мальчики:** прыжок согнув ноги (козел в ширину, высота 100-115 см). **Девочки:** прыжок ноги врозь (козел в ширину, высота 105-110 см).

**Равновесие.** На гимнастическом бревне - **девочки:** равновесие на одной ноге; упор присев и полушпагат. Упражнения с гимнастической скамейкой.

### **Лыжная подготовка 18 часов**

**Техника лыжных ходов:** Одновременный двухшажный и бесшажный ходы. Подъем в гору скольльзящим шагом. Прохождение дистанции 4 км.

**Повороты:** на месте махом;

**Подъемы:** «елочкой»; торможение «упором»;

**Спуски:** преодоление бугров и впадин при спуске с горы.

**Игры:** «Гонки с выбыванием», «Гонка с преследованием»

### **Волейбол 21 час**

**Техника передвижений, остановок, поворотов и стоек:** Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (перемещения в стойке, остановки, ускорения).

**Техника приема и передач мяча:** Передача мяча над собой, во встречных колоннах. Отбивание мяча кулаком через сетку.

**Техника подачи мяча:** верхняя прямая подача мяча. Прием подачи.

**Техника прямого нападающего удара:** Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером.

**Техники владения мячом:** комбинации из освоенных элементов: прием, передача, удар.

**Тактика игры:** Тактика свободного нападения. Позиционное нападение с изменением позиций.

**Овладение игрой.** Игра по упрощенным правилам волейбола.

**Развитие выносливости, скоростных и скоростно-силовых способностей.** Бег с ускорением, изменением направления, темпа, ритма, из различных и. п. Ведение мяча в высокой, средней и низкой стойке с максимальной частотой в течение 7-10 с. Подвижные игры, эстафеты с мячом и без

мяча. Игровые упражнения с набивным мячом, в сочетании с прыжками, метаниями и бросками мячей разного веса в цель и на дальность.

### **Лапта (6 часов)**

Подача мяча: удар сбоку, сверху, снизу

Передача мяча: на точность, на дальность,

Бросок мяча: в неподвижную цель, в движущуюся цель

Учебная игра

## **8 класс**

### **Легкая атлетика 18 часов**

**Техника спринтерского бега:** высокий старт от 30 до 60 м. Бег с ускорением до 60 м. Скоростной бег до 50 м. Бег на результат 60 м. **Техника длительного бега:** бег в равномерном темпе: девочки до 15 минут, мальчики до 20 минут. Бег на 1500 м. **Техника прыжка в длину:** прыжки в длину с 9-11 шагов разбега способом «согнув ноги». **Техника прыжка в высоту:** прыжки в высоту с 3—5 шагов разбега способом «перешагивание». **Техника метания малого мяча:** метание теннисного мяча на дальность отскока от стены с места, с шага, с двух шагов, с трех шагов; в горизонтальную и вертикальную цель (1х1 м) с расстояния 10-12 м. Метание мяча весом 150 г с места на дальность и с 4-5 бросковых шагов с разбега в коридор 10 м на дальность и заданное расстояние.

**Развитие выносливости:** кросс до 15 мин, бег с препятствиями и на местности, минутный бег, эстафеты, круговая тренировка. **Развитие скоростно-силовых способностей:** прыжки и многоскоки, метания в цель и на дальность разных снарядов из разных и. п., толчки и броски набивных мячей весом до 3 кг.

**Развитие скоростных и координационных способностей:** эстафеты, старты из различных и. п., бег с ускорением, с максимальной скоростью. Варианты челночного бега, бега с изменением направления, скорости, способа перемещения, бег с преодолением препятствий и на местности, прыжки через препятствия, на точность приземления и в зоны, метания различных снарядов из различных и. п. в цель и на дальность.

### **Спортивные игры. Баскетбол 10 часов**

**Техника передвижений, остановок, поворотов и стоек:** стойки игрока. Перемещения в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед. Остановка двумя шагами и прыжком. Повороты без мяча и с мячом. Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (перемещения в стойке, остановка, поворот, ускорение).

**Ловля и передач мяча:** ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча на месте и в движении с пассивным сопротивлением защитника (в парах, тройках, квадрате, круге).

**Техника ведения мяча:** ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке на месте, в движении по прямой, с изменением направления движения и скорости. Ведение с пассивным сопротивлением защитника ведущей и неведущей рукой.

**Техника бросков мяча:** броски одной и двумя руками с места и в движении (после ведения, после ловли) с пассивным противодействием. Максимальное расстояние до корзины 4,8 м в прыжке.

**Индивидуальная техника защиты:** перехват мяча.

**Техника перемещений, владения мячом:** комбинация из освоенных элементов: ловля, передача, ведение, бросок. Комбинация из освоенных элементов техники перемещений.

**Тактика игры:** позиционное нападение и личная защита в игровых взаимодействиях 2:2, 3:3, 4:4, 5:5 на одну корзину. Взаимодействие двух игроков в нападении и защите через «заслон».

**Овладение игрой:** игра по упрощенным правилам баскетбола. Игры и игровые задания 2:1, 3:1, 3:2, 3:3.

**Тактика игры:** тактика свободного нападения. Позиционные нападения с изменением позиций игроков. Нападение в игровых заданиях 3:1, 3:2, 3:3, 2:1 с атакой и без атаки ворот.

**Овладение игрой.** Игра по упрощенным правилам на площадках разных размеров Игры и игровые задания 2:1, 3:1, 3:2, 3:3.

### **Гимнастика с элементами акробатики 12 часов**

**Строевые упражнения.** Выполнение команд «Пол-оборота направо!», «Пол-оборота налево!», «Полшага!», «Полный шаг!»

**Общеразвивающие упражнения без предметов и с предметами, развитие координационных, силовых способностей, гибкости и правильной осанки:** сочетание различных положений рук, ног, туловища. Сочетание движений руками с ходьбой на месте и в движении, с маховыми движениями ног, с подскоками, с приседаниями, с поворотами. Общеразвивающие упражнения с повышенной амплитудой для плечевых, локтевых, тазобедренных, коленных суставов и позвоночника. Общеразвивающие упражнения в парах. **Мальчики:** с набивным и большим мячом, гантелями (1-3 кг). **Девочки:** с обручами, скакалками, большим мячом, палками. Эстафеты и игры с использованием гимнастических упражнений и инвентаря. Прыжки со скакалкой.

**Акробатические упражнения: мальчики:** кувырок вперед в стойку на лопатках, перекат вперед в упор присев; стойка на голове с согнутыми ногами. **Девочки:** кувырок назад в полушпагат. **Висы и упоры: мальчики:** подъем переворотом в упор толчком двумя; передвижение в висяе; махом назад соскок. **Девочки:** махом одной и толчком другой подъемпереворотом в упор. **Лазанье:** лазанье по канату, гимнастической лестнице. Подтягивания. Упражнения в висах и упорах. **Опорные прыжки: мальчики:** прыжок согнув ноги (козел в ширину, высота 100-115 см). **Девочки:** прыжок ноги врозь (козел в ширину, высота 105-110 см).

**Равновесие.** На гимнастическом бревне - **девочки:** равновесие на одной ноге; упор присев и полушпагат. Упражнения с гимнастической скамейкой.

### **Лыжная подготовка 12 часов**

**Техника лыжных ходов:** Одновременный двухшажный и бесшажный ходы. Подъем в гору скользящим шагом. Прохождение дистанции 4 км.

**Повороты:** на месте махом;

**Подъемы:** «елочкой»; торможение «упором»;

**Спуски:** преодоление бугров и впадин при спуске с горы.

**Игры:** «Гонки с выбыванием», «Гонка с преследованием»

### **Волейбол 12 часов**

**Техника передвижений, остановок, поворотов и стоек:** Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (перемещения в стойке, остановки, ускорения).

**Техника приема и передач мяча:** Передача мяча над собой, во встречных колоннах. Отбивание мяча кулаком через сетку.

**Техника подачи мяча:** верхняя прямая подача мяча. Прием подачи.

**Техника прямого нападающего удара:** Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером.

**Техники владения мячом:** комбинации из освоенных элементов: прием, передача, удар.

**Тактика игры:** Тактика свободного нападения. Позиционное нападение с изменением позиций.

**Овладение игрой.** Игра по упрощенным правилам волейбола.

**Развитие выносливости, скоростных и скоростно-силовых способностей.** Бег с ускорением, изменением направления, темпа, ритма, из различных и. п. Ведение мяча в высокой, средней и низкой стойке с максимальной частотой в течение 7-10 с. Подвижные игры, эстафеты с мячом и без мяча. Игровые упражнения с набивным мячом, в сочетании с прыжками, метаниями и бросками мячей разного веса в цель и на дальность.

### **Русская народная игра «Лапта» 4 часа**

удар сбоку, сверху, снизу, передача на точность, на дальность, бросок в неподвижную цель, в движущуюся цель, учебная игра

## 9 класс

### Легкая атлетика 21 час

**Техника спринтерского бега:** низкий старт до 30 м. Бег с ускорением от 70 до 80 м. Скоростной бег до 60 м. Бег на результат 100 м.

**Техника длительного бега:** девочки 1500 метров, мальчики 2000 метров.

**Техника прыжка в длину:** прыжки в длину с 11 - 13 шагов разбега способом «прогнувшись». **Техника прыжка в высоту:** прыжки в высоту с 7- 9 шагов разбега способом «перешагивание». **Техника метания малого мяча:** метание теннисного мяча на дальность отскока от стены с места, с шага, с двух шагов, с трех шагов; в горизонтальную и вертикальную цель (1х1 м) девушки — с расстояния 12—14 м, юноши - до 16 м. Метание мяча весом 150 г с места на дальность и с 4-5 бросковых шагов с разбега в коридор 10 м на дальность и заданное расстояние. **Развитие выносливости:** кросс до 15 мин, бег с препятствиями и на местности, минутный бег, эстафеты, круговая тренировка.

**Развитие скоростно-силовых способностей:** прыжки и многоскоки, метания в цель и на дальность разных снарядов из разных и. п., толчки и броски набивных мячей весом до 3 кг. **Развитие скоростных и координационных способностей:** эстафеты, старты из различных и. п., бег с ускорением, с максимальной скоростью. Варианты челночного бега, бега с изменением направления, скорости, способа перемещения, бег с преодолением препятствий и на местности, прыжки через препятствия, на точность приземления и в зоны, метания различных снарядов из различных и. п. в цель и на дальность.

### Спортивные игры. Баскетбол 18 часов

**Техника передвижений, остановок, поворотов и стоек:** стойки игрока. Перемещения в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед. Остановка двумя шагами и прыжком. Повороты без мяча и с мячом. Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (перемещения в стойке, остановка, поворот, ускорение).

**Ловля и передач мяча:** ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча на месте и в движении с пассивным сопротивлением защитника (в парах, тройках, квадрате, круге).

**Техника ведения мяча:** ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке на месте, в движении по прямой, с изменением направления движения и скорости. Ведение с пассивным сопротивлением защитника ведущей и неведущей рукой.

**Техника бросков мяча:** броски одной и двумя руками с места и в движении (после ведения, после ловли) с пассивным противодействием. Максимальное расстояние до корзины 4,8 м в прыжке.

**Индивидуальная техника защиты:** перехват мяча.

**Техника перемещений, владения мячом:** комбинация из освоенных элементов: ловля, передача, ведение, бросок. Комбинация из освоенных элементов техники перемещений.

**Тактика игры:** взаимодействие трех игроков (тройка и малая восьмерка).

**Овладение игрой:** Игра по упрощенным правилам баскетбола. Игры и игровые задания 2:1, 3:1, 3:2, 3:3.

### Волейбол 21 час

**Техника передвижений, остановок, поворотов и стоек:** комбинации из освоенных элементов техники передвижений (перемещения в стойке, остановки, ускорения).

**Техника приема и передач мяча:** передача мяча у сетки и в прыжке через сетку. Передача мяча сверху, стоя спиной к цели.

**Техника подачи мяча:** верхняя прямая подача мяча. Прием подачи.

**Техника прямого нападающего удара:** прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером.

**Техники владения мячом:** комбинации из освоенных элементов: прием, передача, удар.

**Тактика игры:** тактика свободного нападения. Позиционное нападение с изменением позиций.

**Овладение игрой:** игра по упрощенным правилам волейбола.

**Развитие выносливости, скоростных и скоростно-силовых способностей.** Бег с изменением направления, скорости, челночный бег с ведением и без ведения мяча и др.; метания в цель

различными мячами, игровые упражнения типа 2:1, 3:1, 2:2, 3:2, 3:3. Эстафеты, круговая тренировка, подвижные игры с мячом, двусторонние игры длительностью от 20 с до 12 мин.

### Гимнастика с элементами акробатики 18 часов

**Строевые упражнения.** Команда «Прямо!», повороты в движении направо, налево.

**Общеразвивающие упражнения без предметов и с предметами, развитие координационных, силовых способностей, гибкости и правильной осанки:** сочетание различных положений рук, ног, туловища. Сочетание движений руками с ходьбой на месте и в движении, с маховыми движениями ног, с подскоками, с приседаниями, с поворотами. **Общеразвивающие упражнения с повышенной амплитудой для плечевых, локтевых, тазобедренных, коленных суставов и позвоночника.** **Общеразвивающие упражнения в парах.** **Мальчики:** с набивным и большим мячом. **Девочки:** с обручами, скакалками, большим мячом, палками. Эстафеты и игры с использованием гимнастических упражнений и инвентаря. Прыжки со скакалкой.

**Акробатические упражнения: мальчики:** кувырок назад в упор стоя ноги врозь; кувырок вперед и назад; длинный кувырок; стойка на голове и руках. **Девочки:** мост и поворот в упор стоя на одном колене; кувырки вперед и назад, кувырок вперед с последующим прыжком вверх и мягким приземлением.

**Висы и упоры: мальчики:** из виса на подколенках через стойку на руках опускание в упор присев; подъем махом назад в сед ноги врозь; подъем завесом вне. **Девочки:** из виса присев на нижней жерди махом одной и толчком другой в вис прогнувшись с опорой на верхнюю жердь, соскок.

**Лазанье:** лазанье по канату, шесту, гимнастической лестнице. Подтягивания. Упражнения в висах и упорах, набивными мячами.

**Опорные прыжки: мальчики:** прыжок согнув ноги (козел в длину, высота- 115 см). **Девочки:** прыжок боком с поворотом на 90° (конь в ширину, высота 110 см).

**Равновесие. девочки:** танцевальные шаги с махами ног и поворотами на носках; подскоки в полуприсед; соскоки. Упражнения с гимнастической скамейкой.

### Лыжная подготовка 18 часов

**Техника лыжных ходов:** Одновременный одношажный ход (стартовый вариант). Коньковый ход. Прохождение дистанции 4,5 км. **Повороты:** на месте махом;

**Подъемы:** «елочкой»; торможение «плугом»; **Спуски:** Преодоление бугров и впадин при спуске с горы.

### Русская народная игра «Лапта» 4 часа

удар сбоку, сверху, снизу, передача на точность, на дальность, бросок в неподвижную цель, в движущуюся цель, учебная игра

### Тематическое планирование

#### 5 класс

Тематический раздел/ количество часов	Контролируемые элементы содержания (КЭС)	Планируемые образовательные результаты			Направление воспитательной деятельности	Оценки и контроль
		Предметные	Метапредметные УУД	Личностные		
Лёгкая атлетик	Вводный инструкта	Изучают историю	<b>Р:</b> целеполагание: формулировать и	<b>Гражданское воспитание</b>	1	

<p><b>а / 11 часов</b></p>	<p>ж. ТБ на уроках лёгкой атлетики.</p>	<p>лёгкой атлетики. бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения.</p>	<p>удерживать учебную задачу; планирование –выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <b>П:</b> обще-учебные: использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. <b>К:</b> инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью</p>	<p>формирование активной гражданской позиции, гражданской позиции, гражданской ответственности, основанной на традиционных культурных, духовных и нравственных ценностях российского общества; <b>Физическое воспитание-</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни</p>	<p>5</p>	
	<p>Спринтерский бег. Высокий старт.</p>	<p>Выполняют бег с максимальной скоростью 30м.</p>	<p><b>Р:</b> целеполагание: формулировать и удерживать учебную задачу. <b>П:</b> общеучебные: использовать общие приемы решения поставленных задач. <b>К:</b> инициативное сотрудничество ставит вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – формулировать собственное мнение</p>	<p><b>Духовно-нравственное воспитание</b> развития у детей нравственных чувств (чести, долга, справедливости, милосердия и дружелюбия) <b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе</p>	<p>3          5</p>	

				жизни		
	Ускорения, бег по дистанции	Выполняют бег с максимальной скоростью 30м, прыжок в длину с места	<b>Р:</b> планирование: выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <b>П:</b> общие учебные – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. <b>К:</b> инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач.	<b>Патриотическое воспитание</b> формирование российской гражданской идентичности <b>Эстетическое воспитание</b> Популяризация российских культурных, нравственных и семейных ценностей <b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания	2  4  5	
	Спринтерский бег. Финиширование.	Выполняют бег с максимальной скоростью 60м.	<b>Р:</b> целеполагание: формулировать и удерживать учебную задачу. <b>П:</b> общеучебные контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. <b>К:</b> инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – формулировать собственное мнение и позицию	<b>Гражданское воспитание</b> развитие в детской среде ответственности, принципов коллективизма и социальной солидарности <b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек	1  5	
	Бег 60 м на результат.	Выбирают индивидуальный режим физической нагрузки, контролируют	<b>Р:</b> применять установленные правила в планировании способа решения задачи. <b>П:</b> общеучебные конт	<b>Духовно-нравственное воспитание</b> развитие сопереживания и формирования позитивного отношения к людям, в	3	Сдача нормативов

		ее по частоте сердечных сокращений.	ролировать и оценивать процесс в ходе выполнения упражнений. <b>К:</b> планирование учебного сотрудничества - задавать вопросы, обращаться за помощью.	том числе к лицам с ограниченными возможностями здоровья и инвалидам <b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни	5	
	Прыжок в длину способом «согнув ноги» с разбега.	Применяют прыжковые упражнения.	<b>Р:</b> контроль и самоконтроль – отличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона. <b>П:</b> общеучебные выбирать наиболее эффективные способы решения задач. <b>К:</b> планирование учебного сотрудничества – задавать вопросы, обращаться за помощью; определять общую цель и пути ее достижения	<b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания <b>Трудовое воспитание</b> формирования умений и навыков самообслуживания, потребности трудиться, добросовестного, ответственного и творческого отношения к разным видам трудовой деятельности, включая обучение и выполнение домашних обязанностей	5 6	
	Подбор разбега в прыжках в длину	Применяют прыжковые упражнения. Соблюдают правила безопасности при метании..	<b>Р:</b> планирование – определять общую цель и пути ее достижения; <i>прогнозирование</i> – предвосхищать результаты. <b>П:</b> общеучебные выбирать наиболее	<b>Патриотическое воспитание</b> формирование патриотизма, чувства гордости за свою Родину, готовности к защите интересов Отечества, ответственности за будущее России на	2	



			<p>эффективные способы решения задач;</p> <p>Контролировать и оценивать процесс в результате своей деятельности.</p> <p><b>К:</b> инициативное сотрудничество – формулировать свои затруднения</p>	<p>основе развития программ патриотического воспитания детей, в том числе военно-патриотического воспитания</p> <p><b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания</p>	5	
Прыжок в длину, отталкивание.	Выполняют прыжок в длину с разбега; метают мяч в мишень и на дальность.	<p><b>Р:</b> контроль и самоконтроль – различать способ и результат действия; прогнозирование– предвосхищать результаты.</p> <p><b>П:</b> общеучебные ориентироваться в разнообразии способов решения задач; самостоятельно создавать ход деятельности при решении проблем.</p> <p><b>К:</b> взаимодействие формулировать свое общественное мнение, слушать собеседника; управление коммуникацией разрешать конфликты на основе учета интересов и позиции всех участников</p>	<p><b>Гражданское воспитание</b> развитие в детской среде ответственности, принципов коллективизма и социальной солидарности</p> <p><b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек</p>	1	5	

	Эстафетный бег	Знать технику передачи эстафетной палочки	<p><b>Р:</b> <i>целеполагание-преобразовывать</i> практическую задачу в образовательную.</p> <p><b>П:</b> <i>общеучебные</i> осознанно строить сообщения в устной форме.</p> <p><b>К:</b> <i>взаимодействующие</i> - задавать вопросы, формулировать свою позицию</p>	<p><b>Патриотическое воспитание</b> формирование патриотизма, чувства гордости за свою Родину, готовности к защите интересов Отечества, ответственности за будущее</p> <p><b>Эстетическое воспитание</b> - популяризацию российских культурных, нравственных и семейных ценностей</p> <p><b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни</p>	2             4    5	
	Бег на средние и длинные дистанции.	Выбирают индивидуальный режим физической нагрузки, контролируют ее по частоте сердечных сокращений.	<p><b>Р:</b> <i>планирование</i> – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации</p> <p><b>П:</b> <i>общеучебные</i> – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.</p> <p><b>К:</b> <i>инициативное сотрудничество</i> слушать учителя, вести диалог, строить монологические высказывания</p>	<p><b>Духовно-нравственное воспитание</b> формирования выраженной в поведении нравственной позиции, в том числе способности к сознательному выбору добра</p> <p><b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания</p>	3            5	

	Метание мяча на дальность	Выбирают индивидуальный режим физической нагрузки, контролируют ее по частоте сердечных сокращений.	<p><b>Р:</b> <i>целенаправленное</i> формулировать и удерживать учебную задачу; <i>планирование</i> – выбрать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.</p> <p><b>П:</b> <i>общеучебные</i> использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми.</p> <p><b>К:</b> <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью</p>	<p><b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек</p> <p><b>Трудовое воспитание</b> развития навыков совместной работы, умения работать самостоятельно, мобилизуя необходимые ресурсы, правильно оценивая смысл и последствия своих действий</p>	5 6	Сдача нормативов
<b>Спортивные игры. Баскетбол / 18 часов</b>	Техника безопасности на уроках баскетбола	бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения.	находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;	<p><b>Духовно-нравственное воспитание</b> развития сопереживания и формирования позитивного отношения к людям, в том числе к лицам с ограниченными возможностями здоровья и инвалидам</p> <p><b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям</p>	3 5	

				физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания		
	Стойки и передвижения.	Взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр	<p><b>Р:</b> <i>целеполагание</i> – формулировать и удерживать учебную задачу.</p> <p><b>П:</b> <i>общеучебные</i> – контролировать и оценивать процесс и результат деятельности.</p> <p><b>К:</b> <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью</p>	<p><b>Гражданское воспитание</b> развитие в детской среде ответственности, принципов коллективизма и социальной солидарности</p> <p><b>Эстетическое воспитание:</b></p> <p>- популяризацию российских культурных, нравственных и семейных ценностей</p> <p><b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек</p>	1	
					4	
					5	
	Ловля и передача мяча в парах	Овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утрення зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры	<p><b>Р:</b> <i>целеполагание</i>-преобразовывать практическую задачу в образовательную.</p> <p><b>П:</b> <i>общеучебные</i> осознанно строить сообщения в устной форме.</p> <p><b>К:</b> <i>взаимодействующие</i> - задавать вопросы, формулировать свою позицию</p>	<p><b>Духовно-нравственное воспитание</b> развития у детей нравственных чувств (чести, долга, справедливости, милосердия и дружелюбия</p> <p><b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни</p>	3	
					5	
	Ловля мяча двумя	Изучают историю	<b>Р:</b> <i>планирование:</i> выбрать	<b>Патриотическое воспитание</b>	2	

	руками от груди.	<p>баскетбола. Овладевают основными приёмами игры в баскетбол.</p> <p>Соблюдают правила безопасности.</p>	<p>действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее решения.</p> <p><b>П: общеучебные:</b> узнавать, называть и определять объекты и явления в соответствии с содержанием учебного материала.</p> <p><b>К:</b> планирование учебного сотрудничества – определять общую цель и пути ее достижения; договариваться о распределении функций в совместной деятельности</p>	<p>формирование патриотизма, чувства гордости за свою Родину</p> <p><b>Эстетическое воспитание:</b> популяризацию российских культурных, нравственных и семейных ценностей</p> <p><b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек</p>	4	
	Ведение и передача мяча.	<p>Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.</p>	<p><b>Р: целеполагание</b> – удерживать учебную задачу; <i>осуществление учебных действий</i> - использовать речь для регуляции своего действия; <i>коррекция</i> – вносить изменения в способ действия.</p> <p><b>П: общеучебные</b> - ориентироваться в разнообразии способов решения задач.</p> <p><b>К: инициативное сотрудничество</b> – проявлять актив-</p>	<p><b>Духовно-нравственное воспитание</b> развития сопереживания и формирования позитивного отношения к людям, в том числе к лицам с ограниченными возможностями здоровья и инвалидам</p> <p><b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни</p>	3	5

			ность во взаимодействии для решения коммуникативных и познавательных задач .			
Бросок двумя руками от головы с места.	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно , выявляя и устраняя ошибки.	<p><b>Р:</b> <i>осуществление учебных действий</i> – выполнять учебные действия в материализованной форме</p> <p><b>П:</b> <i>общеучебные</i> – ставить и формулировать проблемы.</p> <p><b>К:</b> <i>инициативное сотрудничество</i> – задавать вопросы, проявлять активность</p>	<p><b>Гражданское воспитание</b> формирование активной гражданской позиции, гражданской ответственности, основанной на традиционных культурных, духовных и нравственных ценностях российского общества;</p> <p><b>Физическое воспитание</b>- формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни</p>	1	5	
Передача мяча двумя руками от груди в движении.	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно , выявляя и устраняя типичные ошибки. Освоить	<p><b>Р:</b> <i>целеполагание</i> преобразовывать практическую задачу в образовательную; <i>контроль и самоконтроль</i> – использовать установленные правила в контроле способа решения задачи.<b>П:</b> <i>общеучебные</i> -выбирать наиболее эффективные</p>	<p><b>Духовно-нравственное воспитание</b> развития у детей нравственных чувств (чести, долга, справедливости, милосердия и дружелюбия)</p> <p><b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего</p>	3	5	

		технику ведения мяча.	решения поставленной задачи. <b>К: взаимодействие</b> – формулировать собственное мнение и позицию	поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни		
	Ловля мяча двумя руками от груди в парах и тройках.	Уметь выполнять различные варианты ведения мяча.	<b>Р: контроль и самоконтроль</b> – различать способ и результат действия; <b>прогнозирование</b> – предвосхищать результаты. <b>П: общеучебные</b> – ориентироваться в разнообразии способов решения задач; самостоятельно создавать ход деятельности при решении проблем. <b>К: взаимодействие</b> – формулировать собственное мнение, слушать собеседника; разрешать конфликты на основе учета интересов участников	<b>Патриотическое воспитание</b> формирование российской гражданской идентичности <b>Эстетическое воспитание</b> Популяризация российских культурных, нравственных и семейных ценностей <b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания	2  4  5	
	Остановка двумя шагами. Бросок в кольцо.	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.	<b>Р: целеполагание</b> формулировать и удерживать учебную задачу. <b>П: общеучебные</b> использовать общие приемы решения задач. <b>К: инициативное сотрудничество</b> ставить вопросы и обращаться за помощью	<b>Гражданское воспитание</b> развитие в детской среде ответственности, принципов коллективизма и социальной солидарности <b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и	1  5	

				других вредных привычек		
	Сочетание приёмов: ведение, передача, бросок.	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.	<p><b>Р:</b> <i>целесолагание</i> – удерживать познавательную задачу и применять установленные правила.</p> <p><b>П:</b> <i>общеучебные</i> контролировать и оценивать процесс и результат деятельности.</p> <p><b>К:</b> <i>управление коммуникацией</i> – осуществлять взаимный контроль</p>	<p><b>Духовно-нравственное воспитание</b> развитие сопереживания и формирования позитивного отношения к людям, в том числе к лицам с ограниченными возможностями здоровья и инвалидам</p> <p><b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни</p>	3	5
	Ведение мяча с изменением скорости и направлением.	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.	<p><b>Р:</b> <i>коррекция</i> – вносить коррективы в выполнение правильных действий упражнений; сличать способ действия с заданным эталоном.</p> <p><b>П:</b> <i>общеучебные</i> – ставить и формулировать проблемы; выбирать наиболее эффективные способы решения задач.</p> <p><b>К:</b> <i>инициативное сотрудничество</i> – обращаться за помощью; строить монологическое высказывание, вести устный диалог</p>	<p><b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания</p> <p><b>Трудовое воспитание</b> формирования умений и навыков самообслуживания, потребности трудиться, добросовестного, ответственного и творческого отношения к разным видам трудовой деятельности, включая обучение и выполнение домашних обязанностей</p>	5	6





			мнение			
	Игра в защите, нападении	Овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умением использовать их игровой и соревновательной деятельности	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение.	<b>Патриотическое воспитание</b> формирование патриотизма, чувства гордости за свою Родину, готовности к защите интересов Отечества, ответственности за будущее <b>Эстетическое воспитание</b> - популяризацию российских культурных, нравственных и семейных ценностей <b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни	2  4  5	
	Бросок одной рукой от плеча с места.	Овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры)	<b>Р:</b> <i>целеполагание</i> -преобразовывать практическую задачу в образовательную. <b>П:</b> <i>общеучебные</i> осознанно строить сообщения в устной форме. <b>К:</b> <i>взаимодействующие</i> - задавать вопросы, формулировать свою позицию	<b>Духовно-нравственное воспитание</b> формирования выраженной в поведении нравственной позиции, в том числе способности к сознательному выбору добра <b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания	3  5	

	Бросок одной рукой от плеча в движении.	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.	<b>Р:</b> целеполагание: формулировать и удерживать учебную задачу. <b>П:</b> общеучебные: использовать общие приемы решения поставленных задач. <b>К:</b> инициативное сотрудничество– ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – формулировать собственное мнение	<b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек <b>Трудовое воспитание</b> развития навыков совместной работы, умения работать самостоятельно, мобилизуя необходимые ресурсы, правильно оценивая смысл и последствия своих действий	5 6	
	Взаимодействие двух игроков.	Овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умением использовать их игровой и соревновательной деятельности	<b>Р.-</b> формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; <b>П.-</b> определять наиболее эффективные способы достижения результата; <b>К.-</b> осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих	<b>Духовно-нравственное воспитание</b> развития сопереживания и формирования позитивного отношения к людям, в том числе к лицам с ограниченными возможностями здоровья и инвалидам <b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания	3 5	
	Вырывание и выбивание мяча.	Описывают технику изучаемых игровых приемов и	<b>Р.-</b> осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать	<b>Гражданское воспитание</b> развитие в детской среде ответственности, принципов коллективизма и	1	

		действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.	собственное поведение и поведение окружающих; <b>П.-</b> владение основами самоконт-роля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности; <b>К. -</b> готовность конструктивно разрешать конфликты	социальной солидарности <b>Эстетическое воспитание:</b> - популяризацию российских культурных, нравственных и семейных ценностей <b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек	4	
					5	
<b>Гимнастика/ 18 часов</b>	Техника безопасности. Строевые упражнения.	Соблюдают Т.Б. Изучают историю гимнастики регулярно обращаются с инвентарем и оборудованием	<b>Р:</b> <i>целеполагание</i> преобразовывать практическую задачу в образовательную. <b>П:</b> <i>общеучебные</i> – осознанно строить сообщения в устной форме. <b>К:</b> <i>инициативное сотрудничество</i> – формулировать свои затруднения	<b>Духовно-нравственное воспитание</b> развития у детей нравственных чувств (чести, долга, справедливости, милосердия и дружелюбия) <b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни	3	
					5	
	Вис согнувшись, вис прогнувшись, смешанные висы	Различают строевые команды, чётко выполняют строевые приёмы.	<b>Р:</b> <i>контроль и самоконтроль</i> – осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату. <b>П:</b> <i>общеучебные</i> – ставить, формулировать	<b>Патриотическое воспитание</b> формирование патриотизма, чувства гордости за свою Родину <b>Эстетическое воспитание:</b> популяризацию российских культурных, нравственных	2	
					4	
						и

			ть и решать проблемы. <b>К: взаимодействие</b> – задавать вопросы, строить понятные для партнера высказывания	семейных ценностей <b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек	5	
	Строевые упражнения. Подтягивания в висе.	Различают строевые команды, чётко выполняют строевые приёмы.  Повторяют подъем переворотом в упор, сед ноги врозь (м.), вис лежа, вис присев (д.).	<b>Р: контроль и самоконтроль</b> – осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату. <b>П: общеучебные</b> – ставить, формулировать и решать проблемы. <b>К: взаимодействие</b> – задавать вопросы, строить понятные для партнера высказывания	<b>Духовно-нравственное воспитание</b> развития сопереживания и формирования позитивного отношения к людям, в том числе к лицам с ограниченными возможностями здоровья и инвалидам <b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни	3    5	
	Подтягивания в висе на результат	Различают строевые команды, чётко выполняют строевые приёмы.  Повторяют (м.), вис лежа, вис присев (д.).	<b>Р: контроль и самоконтроль</b> – осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату. <b>П: общеучебные</b> – ставить, формулировать и решать проблемы. <b>К: взаимодействие</b> – задавать	<b>Гражданское воспитание</b> формирование активной гражданской позиции, гражданской ответственности, основанной на традиционных культурных, духовных и нравственных ценностях российского	1	Сдача нормативов

			вопросы, строить понятные для партнера высказывания	общества; <b>Физическое воспитание-</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни	5	
	Опорный прыжок через козла	Уметь демонстрировать технику опорного прыжка	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.К. - готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества.	<b>Духовно-нравственное воспитание</b> развития у детей нравственных чувств (чести, долга, справедливости, милосердия и дружелюбия) <b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни	3  5	
	Опорный прыжок через козла. Разбег	Знать технику опорного прыжка  <b>Уметь:</b> выполнять наскок на мостик  Выполнять опорный	Р: <i>контроль и самоконтроль</i> – осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату. П: <i>общеучебные</i> – ставить, формулировать и решать проблемы.	<b>Патриотическое воспитание</b> формирование российской гражданской идентичности <b>Эстетическое воспитание</b> Популяризация российских культурных,	2  4	

		прыжок на оценку	К: <i>взаимодействие</i> – задавать вопросы, строить понятные для партнера высказывания	нравственных и семейных ценностей <b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания	5	
	Вскок в упор присев. Соскок прогнувшись.	Выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корригирующих упражнений, учитывающих индивидуальные способности и особенности, состояние здоровья	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих	<b>Гражданское воспитание</b> развитие в детской среде ответственности, принципов коллективизма и социальной солидарности <b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек	1 5	
	Опорный прыжок, приземление	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных	Р. - формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей	<b>Духовно-нравственное воспитание</b> развитие сопереживания и формирования позитивного отношения к людям, в том числе к лицам с ограниченными	3	

		физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма.	и условиями ее реализации; П.- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности; К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение	возможностями здоровья и инвалидам <b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни	5	
	Упражнения на развитие гибкости и координации.	Овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренний зарядка)	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение.	<b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания <b>Трудовое воспитание</b> формирования умений и навыков самообслуживания, потребности трудиться, добросовестного, ответственного и творческого отношения к разным видам трудовой деятельности, включая обучение и выполнение домашних обязанностей	5 6	
	Поднимание туловища из положения	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных	Р. - формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в	<b>Патриотическое воспитание</b> формирование патриотизма, чувства гордости за свою Родину, готовности к	2	Сдача нормативов





	<p>группировке.</p>	<p>выполнение прыжка ноги врозь, выполнение комплекса ОРУ с обручем.</p>	<p>контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности; К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение</p>	<p>формирование патриотизма, чувства гордости за свою Родину, готовности к защите интересов Отечества, ответственности за будущее <b>Эстетическое воспитание</b> - популяризацию российских культурных, нравственных и семейных ценностей <b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни</p>	<p>4</p> <p>5</p>	
<p>Кувырок вперёд, стойка на лопатках</p>	<p>Описывают технику акробатических упражнений. Составляют акробатические комбинации из числа разученных упражнений.</p>	<p>Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать</p>	<p><b>Духовно-нравственное воспитание</b> формирования выраженной в поведении нравственной позиции, в том числе способности к сознательному выбору добра <b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания</p>	<p>3</p> <p>5</p>		

			собственное поведение.			
	Равновесие. Кувырок назад в группировке	Описывают технику акробатических упражнений. Составляют акробатические комбинации из числа разученных упражнений	Р.- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- определять наиболее эффективные способы достижения результата; К.- осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих	<b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек <b>Трудовое воспитание</b> развития навыков совместной работы, умения работать самостоятельно, мобилизуя необходимые ресурсы, правильно оценивая смысл и последствия своих действий	5 6	
	Кувырок вперед, назад, «Мост»	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма.	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности,	<b>Духовно-нравственное воспитание</b> развития сопереживания и формирования позитивного отношения к людям, в том числе к лицам с ограниченными возможностями здоровья и инвалидам <b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания	3 5	

			адекватно оценивать собственное поведение.			
Акробатическая комбинация	Формирование умений выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корригирующих упражнений	Р.- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- определять наиболее эффективные способы достижения результата; К.- осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих	<b>Гражданское воспитание</b> развитие в детской среде ответственности, принципов коллективизма и социальной солидарности <b>Эстетическое воспитание:</b> - популяризацию российских культурных, нравственных и семейных ценностей <b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек	1  4  5		
Акробатическая комбинация, лазание по канату	Формирование умений выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корригирующих упражнений	Р.-формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; П.- - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими связи между объектами и процессами, К.- умение формулировать, аргументировать и	<b>Духовно-нравственное воспитание</b> развития у детей нравственных чувств (чести, долга, справедливости, милосердия и дружелюбия) <b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни	3  5		

			отстаивать своё мнение			
	Наклон туловища из положения стоя	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма.	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение.	<b>Патриотическое воспитание</b> формирование патриотизма, чувства гордости за свою Родину <b>Эстетическое воспитание:</b> популяризацию российских культурных, нравственных и семейных ценностей <b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек	2  4  5	Сдача нормативов

<b>Лыжня</b> <b>я</b> <b>подгото</b> <b>вка/ 18</b> <b>часов</b>	Инструкта ж по ТБ. Одежда, лыжный инвентарь.	Изучают ис- торию лыж- ного спорта. Соблюдают правила, что- бы избежать травм при ходьбе на лыжах.. бережно обращаться с инвентарем и оборудованием , соблюдать требования техники безопасности к местам проведения.	Р.-определять наиболее эффективные способы достижения результата; П.- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; К.- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества	<b>Духовно- нравственное</b> <b>воспитание</b> развития сопереживания и формирования позитивного отношения к людям, в том числе к лицам с ограниченными возможностями здоровья и инвалидам <b>Физическое</b> <b>воспитание</b> формирование у подростающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни	3          5	
	Первая медицинск ая помощь при обморожен иях.	Описывают технику изучаемых лыжных ходов, осваивают их самостоятельно .	Р.- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- определять наиболее эффективные способы достижения результата; К.- осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих	<b>Гражданское</b> <b>воспитание</b> формирование активной гражданской позиции, гражданской позиции, гражданской ответственности, основанной на традиционных культурных, духовных и нравственных ценностях российского общества; <b>Физическое</b> <b>воспитание-</b> формирование у подростающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе	1          5	

				жизни		
	Одежда лыжника, переноска лыж	Уметь передвигаться на лыжах. Развитие физических качеств	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение.	<b>Духовно-нравственное воспитание</b> развития у детей нравственных чувств (чести, долга, справедливости, милосердия и дружелюбия) <b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни	3  5	
	Ступающий и скользящий шаг	Описывают технику изучаемых лыжных ходов, осваивают их самостоятельно	Р.-определять наиболее эффективные способы достижения результата; П.- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; К.- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества	<b>Патриотическое воспитание</b> формирование российской гражданской идентичности <b>Эстетическое воспитание</b> Популяризация российских культурных, нравственных и семейных ценностей <b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового	2  4  5	

				питания		
	Поворот переступанием, скользящий шаг	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей организма	Р.-формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; П.- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими связи между объектами и процессами, К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение	<b>Гражданское воспитание</b> развитие в детской среде ответственности, принципов коллективизма и социальной солидарности <b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек	1	5
	Одновременный бесшажный ход	Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. -овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное	<b>Духовно-нравственное воспитание</b> развитие сопереживания и формирования позитивного отношения к людям, в том числе к лицам с ограниченными возможностями здоровья и инвалидам <b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни	3	5



			поведение.			
	Спуски и подъемы на склонах.	Овладеть правилами поведения на склоне, самостраховки. Не подвергать опасности своих одноклассников.	Выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий; прогнозирование результата	<b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания <b>Трудовое воспитание</b> формирования умений и навыков самообслуживания, потребности трудиться, добросовестного, ответственного и творческого отношения к разным видам трудовой деятельности, включая обучение и выполнение домашних обязанностей	5 6	
	Попеременный двухшажный ход.	Описывают технику изучаемых спусков и торможений, осваивают их самостоятельно	Р.-формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; П.- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими связи между объектами и процессами, К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё	<b>Патриотическое воспитание</b> формирование патриотизма, чувства гордости за свою Родину, готовности к защите интересов Отечества, ответственности за будущее России на основе развития программ патриотического воспитания детей, в том числе военно-патриотического воспитания <b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям	2 5	

			мнение	физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания		
	Попеременный двухшажный ход.	Знать технику попеременного двухшажного хода Уметь ходить на лыжах попеременным двухшажным ходом	Р.-определять наиболее эффективные способы достижения результата; П.- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; К.- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества	<b>Гражданское воспитание</b> развитие в детской среде ответственности, принципов коллективизма и социальной солидарности <b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек	1           5	
	Попеременный двухшажный ход.	Овладеть техникой торможения самостраховки. Не подвергать опасности своих одноклассников	Р.- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- определять наиболее эффективные способы достижения результата; К.- осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих	<b>Патриотическое воспитание</b> формирование патриотизма, чувства гордости за свою Родину, готовности к защите интересов Отечества, ответственности за будущее <b>Эстетическое воспитание</b> - популяризацию российских культурных, нравственных и семейных ценностей <b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в	2        4    5	

				здоровом образе жизни		
Торможение «плугом».	Знать технику изученных лыжных ходов	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение.	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение.	<b>Духовно-нравственное воспитание</b> формирования выраженной в поведении нравственной позиции, в том числе способности к сознательному выбору добра <b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания	3  5	
Спуски и подъемы с горы	Научаться спуску и подъему с горы.	Р.- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- определять наиболее эффективные способы достижения результата; К.- осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное пове-	Р.- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- определять наиболее эффективные способы достижения результата; К.- осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное пове-	<b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек <b>Трудовое воспитание</b> развития навыков совместной работы, умения работать самостоятельно, мобилизуя необходимые ресурсы, правильно оценивая смысл и последствия своих действий	5  6	

			дение и поведение окружающих			
	Подъём «полуёлочкой»	Знать технику лыжных ходов. Уметь применять на практике	Р.-осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих; П.-владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности; К. - готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов	<b>Духовно-нравственное воспитание</b> развития сопереживания и формирования позитивного отношения к людям, в том числе к лицам с ограниченными возможностями здоровья и инвалидам <b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания	3  5	
	Повороты переступанием на месте	Знать технику передвижения на лыжах коньковым ходом  Уметь передвигаться на лыжах коньковым шагом	Р.-формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; П.- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими связи между объектами и процессами, К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё	<b>Гражданское воспитание</b> развитие в детской среде ответственности, принципов коллективизма и социальной солидарности <b>Эстетическое воспитание:</b> - популяризацию российских культурных, нравственных и семейных ценностей <b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости,	1  4  5	

			мнение	табакокурения и других вредных привычек		
	Повороты переступанием в движении	Знать технику передвижения на лыжах коньковым ходом  Уметь передвигаться на лыжах коньковым шагом	Р.-определять наиболее эффективные способы достижения результата; П.- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; К.- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества	<b>Духовно-нравственное воспитание</b> развития у детей нравственных чувств (чести, долга, справедливости, милосердия и дружелюбия <b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни	3  5	
	Лыжная эстафета.	Знать технику передвижения на лыжах.	Р.- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- определять наиболее эффективные способы достижения результата; К.- осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих	<b>Патриотическое воспитание</b> формирование патриотизма, чувства гордости за свою Родину <b>Эстетическое воспитание:</b> популяризацию российских культурных, нравственных и семейных ценностей <b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек	2  4  5	
	Прохожден	Осваивать технику спуска	<b>Р.:</b> применять правила подбора	<b>Духовно-нравственное</b>	3	

	ие дистанции 1 км.	на лыжах	одежды для занятий по лыжной подготовке. <b>П.:</b> контролировать физическую нагрузку по ЧСС. <b>К.:</b> взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техники передвижения на лыжах.	<b>воспитание</b> развития сопереживания и формирования позитивного отношения к людям, в том числе к лицам с ограниченными возможностями здоровья и инвалидам <b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни	5	
	Прохожден ие дистанции 2 км	Знать технику передвижения на лыжах.	<b>Р.:</b> применять правила подбора одежды для занятий по лыжной подготовке. <b>П.:</b> контролировать физическую нагрузку по ЧСС. <b>К.:</b> взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техники передвижения на лыжах.	<b>Гражданское воспитание</b> формирование активной гражданской позиции, гражданской ответственности, основанной на традиционных культурных, духовных и нравственных ценностях российского общества; <b>Физическое воспитание-</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни	1          5	Сдача нормативов

<p><b>Спортивные игры. Волейбол / 20 часов</b></p>	<p>Техника безопасности на уроках волейбола</p>	<p>бережно обращаться с инвентарем и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения.</p>	<p>Р.: уважительно относиться к партнеру. П.: моделировать технику игровых действий и приемов. К.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технических действий волейбола.</p>	<p><b>Духовно-нравственное воспитание</b> развития у детей нравственных чувств (чести, долга, справедливости, милосердия и дружелюбия) <b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни</p>	<p>3  5</p>	
	<p>Перемещение в стойке игрока.</p>	<p>Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно</p>	<p>Р.: уважительно относиться к сопернику и управлять своими эмоциями. П.: моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности. К.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технических действий волейбола.</p>	<p><b>Патриотическое воспитание</b> формирование российской гражданской идентичности <b>Эстетическое воспитание</b> Популяризация российских культурных, нравственных и семейных ценностей <b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания</p>	<p>2  4  5</p>	
	<p>Передачи мяча сверху двумя</p>	<p>Уметь демонстрировать технику приема и</p>	<p>Р.: использовать игру волейбол в организации активного отдыха.</p>	<p><b>Гражданское воспитание</b> развитие в детской среде ответственности, принципов</p>	<p>1</p>	

	руками	передачи мяча	<p><b>П.:</b> моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий.</p> <p><b>К.:</b> взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технических действий волейбола.</p>	<p>коллективизма и социальной солидарности</p> <p><b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек</p>	5	
	Передача мяча сверху двумя руками над собой	<p>Осуществлять судейство игры.</p> <p>Демонстрировать технику передачи мяча двумя руками сверху.</p>	<p><b>Р:</b> оценка – устанавливать соответствие полученного результата поставленной цели.</p> <p><b>П:</b> общеучебные – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; осознанно и произвольно строить сообщения в устной и письменной форме.</p> <p><b>К:</b> планирование учебного сотрудничества – задавать вопросы, строить высказывание</p>	<p><b>Духовно-нравственное воспитание</b> развитие сопереживания и формирования позитивного отношения к людям, в том числе к лицам с ограниченными возможностями здоровья и инвалидам</p> <p><b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни</p>	3	5
	Прием мяча снизу двумя руками в парах.	Описывать технику игровых действий и приемов волейбола.	<p><b>Р:</b> <i>коррекция</i> – вносить необходимые дополнения и изменения в план действий.</p> <p><b>П:</b> <i>общеучебные</i> – осознанно и произвольно строить сообщения</p>	<p><b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания</p> <p><b>Трудовое воспитание</b> формирования умений и навыков</p>	5	6



			<p>в устной форме.</p> <p><b>К:</b> <i>планирование учебного сотрудничества</i> - определять общую цель и пути ее достижения</p>	<p>самообслуживания, потребности трудиться, добросовестного, ответственного и творческого отношения к разным видам трудовой деятельности, включая обучение и выполнение домашних обязанностей</p>		
Передачи мяча двумя руками сверху через сетку	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно	<p><b>Р:</b> <i>прогнозирование</i> предвидеть возможности получения конкретного результата при решении задачи.</p> <p><b>П:</b> <i>информационные</i> - получать и обрабатывать информацию; <i>общее учебные</i></p> <p>- ставить и формулировать проблемы.</p> <p><b>К:</b> <i>взаимодействие</i> - формулировать собственное мнение и позицию</p>	<p><b>Патриотическое воспитание</b> формирование патриотизма, чувства гордости за свою Родину, готовности к защите интересов Отечества, ответственности за будущее России на основе развития программ патриотического воспитания детей, в том числе военно-патриотического воспитания</p> <p><b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания</p>	2	5	
Передача мяча сверху и прием мяча снизу.	Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических	<p><b>Р:</b> - формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; <b>П:</b> - определять наиболее</p>	<p><b>Гражданское воспитание</b> развитие в детской среде ответственности, принципов коллективизма и социальной солидарности</p> <p><b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной</p>	1	5	

		нагрузок	эффективные способы достижения результата; К.-осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих	жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек		
Нижняя прямая подача мяча.	Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. -овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение.	<b>Патриотическое воспитание</b> формирование патриотизма, чувства гордости за свою Родину, готовности к защите интересов Отечества, ответственности за будущее <b>Эстетическое воспитание</b> - популяризацию российских культурных, нравственных и семейных ценностей <b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни	2  4  5		
Нижняя прямая подача мяча, приём	Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием,	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. -овладение	<b>Духовно-нравственное воспитание</b> формирования выраженной в поведении нравственной позиции, в том числе способности к	3		

		величиной физических нагрузок	базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение.	сознательному выбору добра <b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания	5	
	Нижняя прямая подача в зону	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно	Р.-осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих; П.-владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности; К. - готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества	<b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек <b>Трудовое воспитание</b> развития навыков совместной работы, умения работать самостоятельно, мобилизуя необходимые ресурсы, правильно оценивая смысл и последствия своих действий	5 6	
	Прием мяча снизу двумя руками после	Овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность	Р.- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с	<b>Духовно-нравственное воспитание</b> развития сопереживания и формирования позитивного отношения к людям, в	3	

	подачи	ость (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия	поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- определять наиболее эффективные способы достижения результата; К.- осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих	том числе к лицам с ограниченными возможностями здоровья и инвалидам <b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания	5	
	Передача мяча в парах через сетку	Овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениями из базовых видов спорта	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. -овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение.	<b>Гражданское воспитание</b> развитие в детской среде ответственности, принципов коллективизма и социальной солидарности <b>Эстетическое воспитание:</b> - популяризацию российских культурных, нравственных и семейных ценностей <b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек	1  4  5	
	Прием мяча снизу двумя руками.	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска	<b>Духовно-нравственное воспитание</b> развития у детей нравственных чувств (чести, долга, справедливости, милосердия и	3	

		основных физических качеств	средств ее осуществления; П. -овладение базовыми предметными и межпредмет-ными понятиями, отражающи-ми существенные связи и отно-шения между объектами и про-цессами. К. - осуществлять вза-имный контроль в совместной деятельности	дружелюбия <b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни	5	
Прием мяча снизу двумя руками через сетку	Овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умением использовать их игровой деятельности	Р.-определять наиболее эффективные способы достижения результата; П.- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; К.- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества	<b>Патриотическое воспитание</b> формирование патриотизма, чувства гордости за свою Родину <b>Эстетическое воспитание:</b> популяризацию российских культурных, нравственных и семейных ценностей <b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек	2  4  5		

	Передачи мяча сверху двумя руками в парах	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.	Р.- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- определять наиболее эффективные способы достижения результата; К.- осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих	<b>Духовно-нравственное воспитание</b> развития сопереживания и формирования позитивного отношения к людям, в том числе к лицам с ограниченными возможностями здоровья и инвалидам <b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни	3  5	
	Нижняя прямая подача с 3-6 м.	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.	Р.-осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих; П.- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности; К. - готовность конструктивно разрешать конфликты	<b>Гражданское воспитание</b> - формирование активной гражданской позиции <b>Эстетическое воспитание</b> - популяризацию российских культурных, нравственных и семейных ценностей	1.  4.	
	Передачи мяча	Описывают технику	Р.-формирование умения понимать	<b>Духовно-нравственное</b>	3	

	сверху во встречных колоннах	изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.	причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; П.- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими связи между объектами и процессами, К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение	<b>воспитание</b> - содействия формированию у детей позитивных жизненных ориентиров и планов  <b>Физическое воспитание</b> - формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни	5	
	Нижняя прямая подача, приём мяча	Овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умением использовать их игровой деятельности	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. -овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности	<b>Патриотическое воспитание</b> - формирование российской гражданской идентичности <b>Физическое воспитание</b> - формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания	2  5	
	Комбинации из освоенных	Овладение основами технических	Р.-формирование умения понимать причины успеха/не-	<b>Эстетическое воспитание</b> - воспитание уважения к культуре, языкам,	4	







			отстаивать своё мнение	жизни			
	Спринтерский бег, ускорения	Выполняют бег с максимальной скоростью 40-50м.	<p><b>Р:</b> целеполагание: формулировать и удерживать учебную задачу;</p> <p><b>П:</b> общеучебные: использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми.</p> <p><b>К:</b> инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью</p>	<p><b>Патриотическое воспитание</b> формирование российской гражданской идентичности</p> <p><b>Эстетическое воспитание</b> Популяризация российских культурных, нравственных и семейных ценностей</p> <p><b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания</p>	2	4	5
	Высокий старт, бег по дистанции	Выполняют бег с максимальной скоростью 30м.	<p><b>Р:</b> целеполагание: формулировать и удерживать учебную задачу.</p> <p><b>П:</b> общеучебные: использовать общие приемы решения поставленных задач.</p> <p><b>К:</b> инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – формулировать собственное мнение</p>	<p><b>Гражданское воспитание</b> развитие в детской среде ответственности, принципов коллективизма и социальной солидарности</p> <p><b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек</p>	1		5
	Высокий старт, стартовый разгон	Выполняют бег с максимальной скоростью 60м.	<p><b>Р:</b> формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в</p>	<p><b>Духовно-нравственное воспитание</b> развитие сопереживания и формирования позитивного</p>	3		

			соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- определять наиболее эффективные способы достижения результата; К.- осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих	отношения к людям, в том числе к лицам с ограниченными возможностями здоровья и инвалидам <b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни	5	
	Бег по дистанции. Финиширование.	Выполняют бег с максимальной скоростью 60м. Уметь правильно финишировать.	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности	<b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания <b>Трудовое воспитание</b> формирования умений и навыков самообслуживания, потребности трудиться, добросовестного, ответственного и творческого отношения к разным видам трудовой деятельности, включая обучение и выполнение домашних обязанностей	5 6	
	Ускорения, прыжки в длину с	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированн	<b>Р: целеполагание-</b> преобразовывать практическую задачу в образовательную.	<b>Патриотическое воспитание</b> формирование патриотизма, чувства гордости за свою	2	Сдача нормативов

	места	ых на развитие основных физических качеств	<p><b>П:</b> <i>общеучебные</i> осознанно строить сообщения в устной форме.</p> <p><b>К:</b> <i>взаимодействующие</i> - задавать вопросы, формулировать свою позицию</p>	<p>Родину, готовности к защите интересов Отечества, ответственности за будущее России на основе развития программ патриотического воспитания детей, в том числе военно-патриотического воспитания</p> <p><b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания</p>	5	
	Бег 60 м на результат	Расширение двигательного опыта за счет упражнений	<p><b>Р:</b> <i>планирование</i> – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации</p> <p><b>П:</b> <i>общеучебные</i> – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.</p>	<p><b>Гражданское воспитание</b> развитие в детской среде ответственности, принципов коллективизма и социальной солидарности</p> <p><b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек</p>	1  5	Сдача нормативов
	Метание малого мяча на дальность с места	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств,	<p><b>Р:</b> <i>целеполагание</i> формулировать и удерживать учебную задачу; <i>планирование</i> – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации</p>	<p><b>Патриотическое воспитание</b> формирование патриотизма, чувства гордости за свою Родину, готовности к защите интересов Отечества, ответственности за будущее</p>	2	

		повышение функциональных возможностей основных систем организма	<p>ции.</p> <p><b>П:</b> <i>общеучебные</i> использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми.</p> <p><b>К:</b> <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью</p>	<p><b>Эстетическое воспитание</b></p> <p>- популяризацию российских культурных, нравственных и семейных ценностей</p> <p><b>Физическое воспитание</b></p> <p>формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни</p>	4	
	Метание малого мяча на дальность с разбега	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма	<p><b>Р:</b> <i>целеполагание</i>- преобразовывать практическую задачу в образовательную.</p> <p><b>П:</b> <i>общеучебные</i> осознанно строить сообщения в устной форме.</p> <p><b>К:</b> <i>взаимодействующие</i> - задавать вопросы, формулировать свою позицию</p>	<p><b>Духовно-нравственное воспитание</b></p> <p>формирования выраженной в поведении нравственной позиции, в том числе способности к сознательному выбору добра</p> <p><b>Физическое воспитание</b></p> <p>формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания</p>	3	5

	Метание мяча на результат	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности	<b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек <b>Трудовое воспитание</b> развития навыков совместной работы, умения работать самостоятельно, мобилизуя необходимые ресурсы, правильно оценивая смысл и последствия своих действий	5 6	Сдача нормативов
<b>Спортивная игра. Футбол/ 6 уроков</b>	Эстафетный бег, игра в футбол	Взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения игры	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности	<b>Духовно-нравственное воспитание</b> развития сопереживания и формирования позитивного отношения к людям, в том числе к лицам с ограниченными возможностями здоровья и инвалидам <b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания	3 5	

	Прыжки через скакалку, игра в футбол	Взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения игры	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности	<b>Гражданское воспитание</b> развитие в детской среде ответственности, принципов коллективизма и социальной солидарности <b>Эстетическое воспитание:</b> - популяризацию российских культурных, нравственных и семейных ценностей <b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек	1  4  5	
	Встречная эстафета, игра в футбол (Резервный урок)	Взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения игры	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности	<b>Духовно-нравственное воспитание</b> развития у детей нравственных чувств (чести, долга, справедливости, милосердия и дружелюбия) <b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни	3  5	
	Игра «Салки», футбол (Резервный)	Взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения	Активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения	<b>Патриотическое воспитание</b> формирование патриотизма, чувства гордости за свою	2	

	урок)	игры	и доброжелательности	Родину <b>Эстетическое воспитание:</b> популяризацию российских культурных, нравственных и семейных ценностей <b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек	4  5	
	Режим дня, игра в футбол (Резервный урок)	представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека.	организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности	<b>Духовно-нравственное воспитание</b> развития сопереживания и формирования позитивного отношения к людям, в том числе к лицам с ограниченными возможностями здоровья и инвалидам <b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни	3  5	
	Закаливание, игра в футбол (Резервный урок)	представлять физическую культуру как средство укрепления здоровья	планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения	<b>Духовно-нравственное воспитание</b> развития у детей нравственных чувств (чести, долга, справедливости, милосердия и дружелюбия	3	



				<b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни	5	
--	--	--	--	---	---	--

### Модуль Школьный урок

Школьный урок призван формировать у учащихся жизненную стратегию: активная образовательная деятельность для достижения успешного результата. На уроках путем многократного упражнения достигается баланс послушания и ответственности, инициативности и исполнительности, свободы выбора и регламентированность. Воспитательный потенциал урока высок и реализуется через различные стороны функционирования классно-урочной системы современной школы. Основой развивающей образовательной системы становится воспитание и обучение учащихся. Получение фундаментальных знаний в школе важно, однако образование личности должно быть сориентировано не только на усвоение определенной суммы знаний, но и в первую очередь на развитие самостоятельности, личной ответственности, созидательных способностей и качеств человека, позволяющих ему учиться, действовать и эффективно взаимодействовать в социуме. Поэтому школьный урок играет важную роль в воспитательной системе образования.

Реализация воспитательного потенциала содержания учебных программ достигается при условии:

- решения воспитательных задач в ходе каждого урока в единстве с задачами обучения и развития личности школьника;
- целенаправленного отбора содержания и форм учебного материала, представляющего ученикам образцы подлинной нравственности;
- использования современных образовательных технологий;
- организации творческой исследовательской и проектной деятельности учащихся на уроке и во внеурочное время.

Воспитательные задачи урока:

- формирование основных мировоззренческих понятий;
- развитие эстетических чувств;
- воспитание нравственных качеств (патриотизм, гуманизм, активная жизненная позиция и др.);
- формирование навыка соблюдения этических норм;
- привитие аккуратности, сосредоточенности, ответственности;
- воспитание сознательного отношения к процессу обучения и к любой другой деятельности;
- формирование бережного отношения к окружающему миру;
- воспитание чувства товарищества, взаимопомощи, сочувствия, сострадания.

Реализация школьными педагогами воспитательного потенциала урока предполагает следующее:

- установление доверительных отношений между учителем и его учениками;
- побуждение школьников соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (учителями) и сверстниками (учащимися), принципы учебной дисциплины и самоорганизации;
- привлечение внимания школьников к ценностному аспекту изучаемых на

уроках явлений, организация их работы с получаемой на уроке социально значимой информацией – инициирование ее обсуждения, высказывания учащимися своего мнения по ее поводу, выработки своего к ней отношения;

- использование воспитательных возможностей содержания учебного предмета через демонстрацию детям примеров ответственного, гражданского поведения, проявления человеколюбия и добросердечности, через подбор соответствующих текстов для чтения, задач для решения, проблемных ситуаций и кейсов для обсуждения в классе;

- применение на уроке интерактивных форм работы учащихся: интеллектуальных, деловых, ситуационных игр, стимулирующих познавательную мотивацию школьников; дискуссий, дебатов, которые дают учащимся возможность приобрести опыт ведения конструктивного диалога; групповой работы или работы в парах, которые учат школьников командной работе и взаимодействию с другими детьми;

- включение в урок игровых процедур, в том числе использование настольных игр, которые помогают поддержать мотивацию детей к получению знаний, налаживанию позитивных межличностных отношений в классе, помогают установлению доброжелательной атмосферы во время урока;

- организация шефства, наставничества мотивированных и эрудированных учащихся над их неуспевающими одноклассниками, дающего школьникам социально значимый опыт сотрудничества и взаимопомощи;

- инициирование и поддержка исследовательской деятельности школьников в рамках реализации ими индивидуальных и групповых исследовательских проектов как возможность приобрести навык самостоятельного решения теоретической проблемы, навык генерирования и оформления собственных идей, навык уважительного отношения к чужим идеям, оформленным в работах других исследователей, навык публичного выступления перед аудиторией, аргументирования и отстаивания своей точки зрения;

- организация деятельности, предполагающей использование современных инструментов образования (социальные сети, интернет-платформы для обучения, вебинары, онлайн-квесты, сетевые сообщества).

Виды уроков:

- Онлайн-урок
- Дистанционный урок
- Интерактивный урок

## 6 класс

Тематический раздел/ количество часов	Контролируемые элементы содержания (КЭС)	Планируемые результаты			Направление воспитательной деятельности	Оценка и контроль
		Предметные	Метапредметные УУД	Личностные		

<p><b>Лёгкая атлетика /18 часов</b></p>	<p>Вводный инструктаж. ТБ на уроках лёгкой атлетике.</p>	<p>Изучают историю легкой атлетики. Рассказывают ТБ. Выполняют бег с максимальной скоростью 30м.</p>	<p><b>Р:</b> целеполагание: формулировать и удерживать учебную задачу; планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <b>П:</b> общеучебные: использовать общие приемы решения поставленных задач; <b>К:</b> инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью</p>	<p><b>Гражданское воспитание</b> формирование активной гражданской позиции, гражданской ответственности, основанной на традиционных культурных, духовных и нравственных ценностях российского общества; <b>Физическое воспитание</b>- формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни</p>	<p>1          5</p>	
	<p>Спринтерский бег. Высокий старт.</p>	<p>Выполняют бег с максимальной скоростью 30м.</p>	<p><b>Р:</b> целеполагание: формулировать и удерживать учебную задачу. <b>П:</b> общеучебные: использовать общие приемы решения поставленных задач. <b>К:</b> инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – формулировать собственное мнение</p>	<p><b>Духовно-нравственное воспитание</b> развития у детей нравственных чувств (чести, долга, справедливости, милосердия и дружелюбия) <b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни</p>	<p>3       5</p>	
	<p>Ускорения, бег по</p>	<p>Выполняют бег с</p>	<p><b>Р:</b> планирование: выбирать действия</p>	<p><b>Патриотическое воспитание</b></p>	<p>2</p>	



			упражнений. <b>К:</b> планирование учебного сотрудничества - задавать вопросы, обращаться за помощью.	формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни		
	Прыжок в длину способом «согнув ноги» с разбега.	Применяют прыжковые упражнения.	<b>Р:</b> контроль и самоконтроль – отличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона. <b>П:</b> общеучебные выбирать наиболее эффективные способы решения задач. <b>К:</b> планирование учебного сотрудничества – задавать вопросы, обращаться за помощью; определять общую цель и пути ее достижения	<b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания <b>Трудовое воспитание</b> формирования умений и навыков самообслуживания, потребности трудиться, добросовестного, ответственного и творческого отношения к разным видам трудовой деятельности, включая обучение и выполнение домашних обязанностей	5  6	
	Подбор разбега в прыжках в длину	Применяют прыжковые упражнения. Соблюдают правила безопасности при прыжках в длину	<b>Р:</b> планирование – определять общую цель и пути ее достижения; <i>прогнозирование</i> – предвосхищать результат. <b>П:</b> общеучебные выбирать наиболее эффективные способы решения	<b>Патриотическое воспитание</b> формирование патриотизма, чувства гордости за свою Родину, готовности к защите интересов Отечества, ответственности за будущее России на основе развития программ патриотического воспитания детей, в том	2	



			<i>взаимодействующе</i> - задавать вопросы, формулировать свою позицию	- популяризацию российских культурных, нравственных и семейных ценностей <b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни	5	
	Бег на средние и длинные дистанции.	Выбирают индивидуальный режим физической нагрузки, контролируют ее по частоте сердечных сокращений.	<b>Р:</b> <i>планирование</i> – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации <b>П:</b> <i>общеучебные</i> – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. <b>К:</b> <i>инициативное сотрудничество</i> слушать учителя, вести диалог, строить монологические высказывания	<b>Духовно-нравственное воспитание</b> формирования выраженной в поведении нравственной позиции, в том числе способности к сознательному выбору добра <b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания	3  5	
	Метание мяча на дальность	Выбирают индивидуальный режим физической нагрузки, контролируют ее по частоте сердечных	<b>Р:</b> <i>целеполагание</i> формулировать и удерживать учебную задачу; <i>планирование</i> – выбирать действия в соответствии с поставленной	<b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек	5	Сдача нормативов





		проведения подвижных игр	<p><b>П: общеучебные</b> – контролировать и оценивать процесс и результат деятельности.</p> <p><b>К: инициативное сотрудничество</b> – ставить вопросы, обращаться за помощью</p>	<p>принципов коллективизма и социальной солидарности</p> <p><b>Эстетическое воспитание:</b></p> <p>- популяризацию российских культурных, нравственных и семейных ценностей</p> <p><b>Физическое воспитание</b></p> <p>развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек</p>	4	
					5	
	Ловля и передача мяча в парах	<p>Овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры)</p>	<p><b>Р: целеполагание</b>- преобразовывать практическую задачу в образовательную.</p> <p><b>П: общеучебные</b> о сознательно строить сообщения в устной форме.</p> <p><b>К:</b> <i>взаимодействующая</i> - задавать вопросы, формулировать свою позицию</p>	<p><b>Духовно-нравственное воспитание</b> развития у детей нравственных чувств (чести, долга, справедливости, милосердия и дружелюбия)</p> <p><b>Физическое воспитание</b></p> <p>формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни</p>	3	
	Ловля мяча двумя руками от груди.	<p>Изучают историю баскетбола. Овладевают основными приёмами игры в баскетбол.</p> <p>Соблюдают правила</p>	<p><b>Р: планирование:</b> выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее решения.</p> <p><b>П: общеучебные:</b> узнавать, на-</p>	<p><b>Патриотическое воспитание</b></p> <p>формирование патриотизма, чувства гордости за свою Родину</p> <p><b>Эстетическое воспитание:</b></p> <p>популяризацию российских</p>	2	
					4	



			решения коммуни- кативных и познавательных за- дач.			
	Бросок двумя руками от головы с места.	Описывают технику изу- чаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельн о, выявляя и устраняя ошибки.	<b>Р:</b> <i>осуществление учебных действий</i> – выполнять учебные действия  в материализован ной форме <b>П:</b> <i>общеучебные</i> – ставить и формул ировать проб- лемы. <b>К:</b> <i>инициативное со- трудничество</i> – задавать воп- росы, проявлять активность	<b>Гражданское воспитание</b> формирование активной гражданской позиции, гражданской позиции, гражданской ответственности, основанной на традиционных культурных, духовных и нравственных ценностях российского общества; <b>Физическое воспитание-</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни	1	5
	Передача мяча двумя руками от груди в движении .	Описывают технику изу- чаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельн о, выявляя и устраняя ошибки.	<b>Р:</b> <i>осуществление учебных действий</i> – выполнять учебные действия  в материализован ной форме <b>П:</b> <i>общеучебные</i> – ставить и формул ировать проб- лемы. <b>К:</b> <i>инициативное со- трудничество</i> – задавать воп- росы, проявлять активность	<b>Духовно- нравственное воспитание</b> развития у детей нравственных чувств (чести, долга, справедливости, милосердия и дружелюбия) <b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в	3	5

				здоровом образе жизни			
	Ловля мяча двумя руками от груди в парах и тройках.	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя ошибки.	<p><b>Р:</b> <i>осуществление учебных действий</i> – выполнять учебные действия в материализованной форме</p> <p><b>П:</b> <i>общеучебные</i> – ставить и формулировать проблемы.</p> <p><b>К:</b> <i>инициативное сотрудничество</i> – задавать вопросы, проявлять активность</p>	<p><b>Патриотическое воспитание</b> формирование российской гражданской идентичности</p> <p><b>Эстетическое воспитание</b> Популяризация российских культурных, нравственных и семейных ценностей</p> <p><b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания</p>	2	4	5
	Остановка двумя шагами. Бросок в кольцо.	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя ошибки.	<p><b>Р:</b> <i>осуществление учебных действий</i> – выполнять учебные действия в материализованной форме</p> <p><b>П:</b> <i>общеучебные</i> – ставить и формулировать проблемы.</p> <p><b>К:</b> <i>инициативное сотрудничество</i> – задавать вопросы, проявлять активность</p>	<p><b>Гражданское воспитание</b> развитие в детской среде ответственности, принципов коллективизма и социальной солидарности</p> <p><b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактики наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек</p>	1	5	
	Сочетание приёмов: ведение, передача,	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий,	<p><b>Р:</b> <i>осуществление учебных действий</i> – выполнять учебные действия в материализованной форме</p>	<p><b>Духовно-нравственное воспитание</b> развитие сопереживания и формирования позитивного отношения к людям, в</p>	3		

	бросок.	осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя ошибки.	ной форме <b>П: общеучебные</b> – ставить и формулировать проблемы. <b>К: инициативное сотрудничество</b> – задавать вопросы, проявлять активность	том числе к лицам с ограниченными возможностями здоровья и инвалидам <b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни	5	
	Ведение мяча с изменением скорости и направлением.	Знать технику безопасности на уроке лапты, уметь ловить и передавать мяч в парах	находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;	<b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания <b>Трудовое воспитание</b> формирования умений и навыков самообслуживания, потребности трудиться, добросовестного, ответственного и творческого отношения к разным видам трудовой деятельности, включая обучение и выполнение домашних обязанностей	5 6	
	Сочетание приемов: ведения, передач и бросков.	Взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр	<b>Р: целеполагание</b> – формулировать и удерживать учебную задачу. <b>П: общеучебные</b> – контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. <b>К: инициативное сотрудничество</b> – ставить вопросы, обращаться за помощью	<b>Патриотическое воспитание</b> формирование патриотизма, чувства гордости за свою Родину, готовности к защите интересов Отечества, ответственности за будущее России на основе развития программ патриотического воспитания детей, в том числе военно-	2	

				патриотического воспитания <b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания	5	
	Позиционное нападение.	Овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренний зарядка)	<b>Р:</b> <i>целенаправленно</i> -преобразовывать практическую задачу в образовательную. <b>П:</b> <i>общеучебные</i> осознанно строить сообщения в устной форме. <b>К:</b> <i>взаимодействующая</i> - задавать вопросы, формулировать свою позицию	<b>Гражданское воспитание</b> развитие в детской среде ответственности, принципов коллективизма и социальной солидарности <b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек	1          5	
	Игра в защите, нападение и	Изучают историю баскетбола. Овладевают основными приемами игры в баскетбол.  Соблюдают правила безопасности.	<b>Р:</b> <i>планирование:</i> выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее решения.  <b>П:</b> <i>общеучебные:</i> узнавать, называть и определять объекты и явления в соответствии с содержанием учебного материала.  <b>К:</b>	<b>Патриотическое воспитание</b> формирование патриотизма, чувства гордости за свою Родину, готовности к защите интересов Отечества, ответственности за будущее <b>Эстетическое воспитание</b> - популяризацию российских культурных, нравственных и семейных ценностей <b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения	2          4       5	

			<p><i>планирование учебного сотрудничества – определять общую цель и пути ее достижения; договариваться о распределении функций в совместной деятельности</i></p>	<p>ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни</p>		
	<p>Бросок одной рукой от плеча с места.</p>	<p>Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.</p>	<p><b>Р: целеполагание</b> – удерживать учебную задачу; <i>осуществление учебных действий</i> - использовать речь для регуляции своего действия; <b>коррекция</b> – вносить изменения в способ действия.</p> <p><b>П: общеучебные</b> - ориентироваться в разнообразии способов решения задач.</p> <p><b>К: инициативное сотрудничество</b> – проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных и познавательных задач.</p>	<p><b>Духовно-нравственное воспитание</b> формирования выраженной в поведении нравственной позиции, в том числе способности к сознательному выбору добра</p> <p><b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания</p>	<p>3</p> <p>5</p>	
	<p>Бросок одной рукой от плеча в движении</p>	<p>Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий,</p>	<p><b>Р: осуществление учебных действий</b> – выполнять учебные действия</p>	<p><b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику</p>	<p>5</p>	

	.	осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя ошибки.	в материализованной форме <b>П:</b> <i>общеучебные</i> – ставить и формулировать проблемы. <b>К:</b> <i>инициативное сотрудничество</i> – задавать вопросы, проявлять активность	наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек <b>Трудовое воспитание</b> развития навыков совместной работы, умения работать самостоятельно, мобилизуя необходимые ресурсы, правильно оценивая смысл и последствия своих действий	6	
	Взаимодействие двух игроков.	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Освоить технику ведения мяча.	<b>Р:</b> <i>целеполагание</i> преобразовывать практическую задачу в образовательную; <i>контроль и самоконтроль</i> – использовать установленные правила в контроле способа решения задачи. <b>П:</b> <i>общеучебные</i> -выбирать наиболее эффективные решения поставленной задачи. <b>К:</b> <i>взаимодействие</i> – формулировать собственное мнение и позицию	<b>Духовно-нравственное воспитание</b> развития сопереживания и формирования позитивного отношения к людям, в том числе к лицам с ограниченными возможностями здоровья и инвалидам <b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания	3          5	
	Вырывание и выбивание мяча.	Уметь выполнять различные варианты ведения мяча.	<b>Р:</b> <i>контроль и самоконтроль</i> – различать способ и результат действия; <i>прогнозирование</i> – предвосхищать результаты.  <b>П:</b> <i>общеучебные</i> – ориентироваться в разнообразии способов решения	<b>Гражданское воспитание</b> развитие в детской среде ответственности, принципов коллективизма и социальной солидарности <b>Эстетическое воспитание:</b> - популяризацию российских культурных, нравственных и	1       4	





			<p><i>коммуникацией</i> – осуществлять взаимный контроль</p>	<p>развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек</p>		
<p>Строевые упражнения. Подтягивания в висе.</p>	<p>Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.</p>	<p><i>Р:коррекция</i> – вносить коррективы в выполнение правильных действий упражнений; сличать способ действия с заданным эталоном.</p> <p><i>П:обще учебные</i> – ставить и формулировать проблемы; выбирать наиболее эффективные способы решения задач.</p> <p><i>К:инициативное отруд-ничество</i> – обращаться за помощью; строить монологическое высказывание, вести устный диалог</p>	<p><b>Духовно-нравственное воспитание</b> развития сопереживания и формирования позитивного отношения к людям, в том числе к лицам с ограниченными возможностями здоровья и инвалидам</p> <p><b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни</p>	<p>3</p> <p>5</p>		
<p>Поднимание прямых ног в висе.</p>	<p>Овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениями из базовых</p>	<p><i>Р.-определять</i> наиболее эффективные способы достижения результата; <i>П.-</i> овладение способностью</p>	<p><b>Гражданское воспитание</b> формирование активной гражданской позиции, гражданской ответственности, основанной на</p>	<p>1</p>		

		видов спорта, умением использовать их в игровой деятельности	принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; К.- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества	традиционных культурных, духовных и нравственных ценностей российского общества; <b>Физическое воспитание</b> - формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни	5	
	Подтягивания в висе на результат	Овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениями из базовых видов спорта,	Р.-формирование умения понимать причины успеха/не-успеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; П.- - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими связи между объектами и процессами, К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение	<b>Духовно-нравственное воспитание</b> развития у детей нравственных чувств (чести, долга, справедливости, милосердия и дружелюбия)  <b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни	3  5	Сдача нормативов
	Опорный прыжок через	Овладение основами технических	Р. - овладение способностью принимать и	<b>Патриотическое воспитание</b> формирование российской	2	

	<p>козла. Разбег</p>	<p>действий, приёмами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умением использовать их игровой и соревновательной деятельности</p>	<p>сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение.</p>	<p>гражданской идентичности <b>Эстетическое воспитание</b> Популяризация российских культурных, нравственных и семейных ценностей <b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания</p>	<p>4  5</p>	
	<p>Вскок в упор присев. Соскок прогнувшись.</p>	<p>Овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры</p>	<p><b>Р:</b> <i>целеполагание</i>- преобразовывать практическую задачу в образовательную. <b>П:</b> <i>общеучебные</i> о сознано строить сообщения в устной форме. <b>К:</b> <i>взаимодействующ</i> ие - задавать вопросы, формулировать свою позицию</p>	<p><b>Гражданское воспитание</b> развитие в детской среде ответственности, принципов коллективизма и социальной солидарности <b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек</p>	<p>1  5</p>	
	<p>Опорный прыжок, приземление</p>	<p>Описывают технику изучаемых игровых приемов и</p>	<p><b>Р:</b> целеполагание: формулировать и удерживать учебную задачу.<b>П:</b> общеуч</p>	<p><b>Духовно-нравственное воспитание</b> развитие сопереживания и формирования позитивного</p>	<p>3</p>	

		действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.	ебные: использовать общие приемы решения поставленных задач. <b>К:</b> инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – формулировать собственное мнение	отношения к людям, в том числе к лицам с ограниченными возможностями здоровья и инвалидам <b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни	5	
	Упражнения на развитие гибкости и координации.	Овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умением использовать их игровой и соревновательной деятельности	Р.- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- определять наиболее эффективные способы достижения результата; К.- осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих	<b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания <b>Трудовое воспитание</b> формирования умений и навыков самообслуживания, потребности трудиться, добросовестного, ответственного и творческого отношения к разным видам трудовой деятельности, включая обучение и выполнение домашних обязанностей	5 6	
	Поднимание туловища из	Описывают технику изучаемых игровых приемов и	Р.-осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности,	<b>Патриотическое воспитание</b> формирование патриотизма, чувства гордости за свою Родину, готовности к	2	Сдача нормативов



			и отстаивать своё мнение				
	Кувырок вперед в группировке.	Соблюдают Т.Б. Изучают историю гимнастики. Различают строевые команды, чётко выполняют строевые приёмы.	<p><b>Р:</b> <i>целеполагание</i> преобразовывать практическую задачу в образовательную.</p> <p><b>П:</b> <i>общеучебные</i> – осознанно строить сообщения в устной форме.</p> <p><b>К:</b> <i>инициативное сотрудничество</i> – формулировать свои затруднения</p>	<p><b>Патриотическое воспитание</b> формирование патриотизма, чувства гордости за свою Родину, готовности к защите интересов Отечества, ответственности за будущее</p> <p><b>Эстетическое воспитание</b> - популяризацию российских культурных, нравственных и семейных ценностей</p> <p><b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни</p>	2		
	Кувырок вперёд, стойка на лопатках	Различают строевые команды, чётко выполняют строевые приёмы.	<p><b>Р:</b> <i>контроль и самоконтроль</i> – осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату.</p> <p><b>П:</b> <i>общеучебные</i> – ставить, формулировать и решать проблемы.</p> <p><b>К:</b> <i>взаимодействие</i> – задавать вопросы, строить понятные</p>	<p><b>Духовно-нравственное воспитание</b> формирования выраженной в поведении нравственной позиции, в том числе способности к сознательному выбору добра</p> <p><b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания</p>	3		

			для партнера высказывания			
	Равносите. Кувырок назад в группировке	Различают строевые команды, чётко выполняют строевые приёмы.  Повторяют подъем переворотом в упор, сед ноги врозь (м.), вис лежа, вис присев (д.).	<b>Р:</b> <i>контроль и самоконтроль</i> – осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату. <b>П:</b> <i>общеучебные</i> – ставить, формулировать и решать проблемы. <b>К:</b> <i>взаимодействие</i> – задавать вопросы, строить понятные для партнера высказывания	<b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек <b>Трудовое воспитание</b> развития навыков совместной работы, умения работать самостоятельно, мобилизуя необходимые ресурсы, правильно оценивая смысл и последствия своих действий	5  6	
	Кувырок вперед, назад, «Мост»	Различают строевые команды, чётко выполняют строевые приёмы.  Повторяют (м.), вис лежа, вис присев (д.).	<b>Р:</b> <i>контроль и самоконтроль</i> – осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату. <b>П:</b> <i>общеучебные</i> – ставить, формулировать и решать проблемы. <b>К:</b> <i>взаимодействие</i> – задавать вопросы, строить понятные для партнера высказывания	<b>Духовно-нравственное воспитание</b> развития сопереживания и формирования позитивного отношения к людям, в том числе к лицам с ограниченными возможностями здоровья и инвалидам <b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания	3  5	
	Акробатическая	Уметь демонстриро-	Р. - овладение способностью	<b>Гражданское воспитание</b> развитие в детской среде	1	



	комбинация	<p>вать технику выполнения упражнений. Вис лежа. Вис присев (д.). Выполнение подтягивания в висе.</p>	<p>принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;</p> <p>П. -овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.К. - готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества.</p>	<p>ответственности, принципов коллективизма и социальной солидарности</p> <p><b>Эстетическое воспитание:</b></p> <p>- популяризацию российских культурных, нравственных и семейных ценностей</p> <p><b>Физическое воспитание</b></p> <p>развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактики наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек</p>	4	
	Акробатическая комбинация, лазание по канату	<p>Знать технику опорного прыжка</p> <p><b>Уметь:</b></p> <p>выполнять наскок на мостик</p> <p>Выполнять опорный прыжок на оценку</p>	<p>Р: <i>контроль и самоконтроль</i> – осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату.</p> <p>П: <i>общеучебные</i> – ставить, формулировать и решать проблемы.</p> <p>К: <i>взаимодействие</i> – задавать вопросы, строить понятные для партнера высказывания</p>	<p><b>Духовно-нравственное воспитание</b> развития у детей нравственных чувств (чести, долга, справедливости, милосердия и дружелюбия</p> <p><b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни</p>	3	5
	Наклон туловища из	Выполнять комплексы общеразвиваю	Р. - овладение способностью принимать и	<b>Патриотическое воспитание</b> формирование	2	Сдача нормативов

	положения стоя	ших, оздоровительных и корригирующих упражнений, учитывающих индивидуальные способности и особенности, состояние здоровья	сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих	патриотизма, чувства гордости за свою Родину <b>Эстетическое воспитание:</b> популяризацию российских культурных, нравственных и семейных ценностей <b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек	4 5	
<b>Лыжная подготовка /18 часов</b>	Инструктор по ТБ. Одежда, лыжный инвентарь	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма.	Р. - формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления	<b>Духовно-нравственное воспитание</b> развития сопереживания и формирования позитивного отношения к людям, в том числе к лицам с ограниченными возможностями здоровья и инвалидам <b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни	3 5	

			осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности; К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение			
	Вкатывание, скользящий шаг	Овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка)	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение.	<b>Гражданское воспитание</b> формирование активной гражданской позиции, гражданской ответственности, основанной на традиционных культурных, духовных и нравственных ценностях российского общества; <b>Физическое воспитание</b> - формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни	1	5
	Поворот переступанием, скользящий шаг	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических	Р. - формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с	<b>Духовно-нравственное воспитание</b> развития у детей нравственных чувств (чести, долга, справедливости, милосердия и	3	

		качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма.	поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности; К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение	дружелюбия) <b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни	5	
Одновременный бесшажный ход	Овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка)	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать	<b>Патриотическое воспитание</b> формирование российской гражданской идентичности <b>Эстетическое воспитание</b> Популяризация российских культурных, нравственных и семейных ценностей <b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания	2  4  5		

			собственное поведение.			
Одновременный одношажный ход	Уметь демонстрировать выполнение прыжка ноги врозь, выполнение комплекса ОРУ с обручем.	Р. - формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности; К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение	<b>Гражданское воспитание</b> развитие в детской среде ответственности, принципов коллективизма и социальной солидарности <b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек	1	5	
Одновременный двухшажный ход	Описывают технику акробатических упражнений. Составляют акробатические комбинации из числа разученных упражнений.	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные	<b>Духовно-нравственное воспитание</b> развитие сопереживания и формирования позитивного отношения к людям, в том числе к лицам с ограниченными возможностями здоровья и инвалидам <b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного	3	5	

			связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение.	отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни		
Спуски и подъемы на склонах.	Описывают технику акробатических упражнений. Составляют акробатические комбинации из числа разученных упражнений	Р.- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- определять наиболее эффективные способы достижения результата; К.- осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих	Физическое воспитание формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания Трудовое воспитание формирования умений и навыков самообслуживания, потребности трудиться, добросовестного, ответственного и творческого отношения к разным видам трудовой деятельности, включая обучение и выполнение домашних обязанностей	5 6		
Попеременный двухшажный ход.	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной	Патриотическое воспитание формирование патриотизма, чувства гордости за свою Родину, готовности к	2		



			оценивать собственное поведение и поведение окружающих			
Попеременный двухшажный ход.	Формирование умений выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корригирующих упражнений	Р.-формирование умения понимать причины успеха/не-успеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими связи между объектами и процессами, К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение	<b>Патриотическое воспитание</b> формирование патриотизма, чувства гордости за свою Родину, готовности к защите интересов Отечества, ответственности за будущее <b>Эстетическое воспитание</b> - популяризацию российских культурных, нравственных и семейных ценностей <b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни	2  4  5		
Торможение «плугом».	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими	<b>Духовно-нравственное воспитание</b> формирования выраженной в поведении нравственной позиции, в том числе способности к сознательному выбору добра <b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и здоровому образу	3  5		



		организма.	существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение.	жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания		
	Спуски и подъемы с горы	Изучают историю лыжного спорта. Соблюдают правила, чтобы избежать травм при ходьбе на лыжах. Правиласоблюдения режима дня, его основное содержание и правила планирования.	Р.-определять наиболее эффективные способы достижения результата; П.- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; К.- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества	<b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек <b>Трудовое воспитание</b> развития навыков совместной работы, умения работать самостоятельно, мобилизуя необходимые ресурсы, правильно оценивая смысл и последствия своих действий	5  6	
	Подъем «полуёлочкой»	Описывают технику изучаемых лыжных ходов, осваивают их самостоятельно.	Р.- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с	<b>Духовно- нравственное воспитание</b> развития сопереживания и формирования позитивного отношения к людям, в том числе к лицам с	3	

			поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- определять наиболее эффективные способы достижения результата; К.- осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих	ограниченными возможностями здоровья и инвалидам <b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания	5	
	Повороты переступанием на месте	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей организма	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно	<b>Гражданское воспитание</b> развитие в детской среде ответственности, принципов коллективизма и социальной солидарности <b>Эстетическое воспитание:</b> - популяризацию российских культурных, нравственных и семейных ценностей <b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек	1  4  5	

			оценивать собственное поведение.			
	Повороты переступанием в движении	Описывают технику изучаемых лыжных ходов, осваивают их самостоятельно.	Р.-определять наиболее эффективные способы достижения результата; П.- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; К.- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества	<b>Духовно-нравственное воспитание</b> развития у детей нравственных чувств (чести, долга, справедливости, милосердия и дружелюбия <b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни	3  5	
	Лыжная эстафета.	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей организма	Р.-формирование умения понимать причины успеха/не-успеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; П.- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими связи между объектами и	<b>Патриотическое воспитание</b> формирование патриотизма, чувства гордости за свою Родину <b>Эстетическое воспитание:</b> популяризацию российских культурных, нравственных и семейных ценностей <b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости,	2  4  5	

			процессами, К.- умение формулировать, аргументиро-вать и отстаивать своё мнение	табакокурения и других вредных привычек		
	Прохожде- ние дистанци и 2 км.	Формирова- ние навыка систематиче- ского наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществ-ления; П. -овладение базовыми предметными и межпредмет- ными понятиями, отражающи-ми существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение.	<b>Духовно- нравственное воспитание</b> развития сопереживания и формирования позитивного отношения к людям, в том числе к лицам с ограниченными возможностями здоровья и инвалидам <b>Физическое воспитание</b> формирование у подростающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни	3  5	
	Прохожде- ние дистанци и 3 км	Описывают технику изучаемых спусков и торможений, осваивают их самостоятельн о.	Р.- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.-	<b>Гражданское воспитание</b> формирование активной гражданской позиции, гражданской позиции, гражданской ответственности, основанной на традиционных культурных, духовных и нравственных	1	Сдача нормат ивов

			определять наиболее эффективные способы достижения результата; К.-осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих	ценностях российского общества; <b>Физическое воспитание-</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни	5	
<b>Спортивные игры. Волейбол/ 21 час</b>	Техника безопасности на уроках волейбола	Описывают технику изучаемых спусков и торможений, осваивают их самостоятельно.	Р.-формирование умения понимать причины успеха/не-успеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; П.- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими связи между объектами и процессами, К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение	<b>Духовно-нравственное воспитание</b> развития у детей нравственных чувств (чести, долга, справедливости, милосердия и дружелюбия) <b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни	3  5	
	Перемещение в	Формирование навыка	Р.-определять наиболее	<b>Патриотическое воспитание</b>	2	



			поведение окружающих			
	Передача мяча сверху двумя руками над собой	Знать технику изученных лыжных ходов	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение.	<b>Духовно-нравственное воспитание</b> развитие сопереживания и формирования позитивного отношения к людям, в том числе к лицам с ограниченными возможностями здоровья и инвалидам <b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни	3  5	
	Прием мяча снизу двумя руками в парах.	Научаться одновременному одношажному ходу  Работа рук при ходьбе на лыжах	Р.- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- определять наиболее эффективные способы достиже-	<b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания <b>Трудовое воспитание</b> формирования умений и навыков самообслуживания, потребности трудиться, добросовестного, ответственного и	5  6	

			<p>ния результата;  К.-осуществ-лять  взаимный  контроль в сов-  местной  деятельности,  адекват-но  оценивать  собственное пове-  дение и поведение  окружающих</p>	<p>творческого отношения  к разным видам  трудовой деятельности,  включая обучение и  выполнение домашних  обязанностей</p>		
	<p>Передачи  мяча  двумя  руками  сверху  через  сетку</p>	<p>Знать технику  лыжных ходов.  Уметь  применять на  практике</p>	<p>Р.-осуществлять  взаимный  контроль в  совместной дея-  тельности,  адекватно  оценивать  собственное  поведение и пове-  дение  окружающих; П.-  владение  основами  самоконт-роля,  самооценки,  принятия  решений и  осуществления  осознанного  выбора в учебной  и познавательной  деятельности; К. -  готовность  конструктивно  разрешать  конфликты  посредством  учета интересов</p>	<p><b>Патриотическое  воспитание</b>  формирование  патриотизма, чувства  гордости за свою  Родину, готовности к  защите интересов  Отечества,  ответственности за  будущее России на  основе развития  программ  патриотического  воспитания детей, в том  числе военно-  патриотического  воспитания  <b>Физическое  воспитание</b>  формирование системы  мотивации к активному  и здоровому образу  жизни, занятиям  физической культурой  и спортом, развитие  культуры здорового  питания</p>	<p>2</p> <p>5</p>	
	<p>Передача  мяча  сверху и  прием  мяча</p>	<p>Знать технику  передвижения  на лыжах  коньковым  ходом</p>	<p>Р.-формирование  умения понимать  причины  успеха/не-успеха  учебной</p>	<p><b>Гражданское  воспитание</b> развитие в  детской среде  ответственности,  принципов  коллективизма и</p>	<p>1</p>	



	снизу.	Уметь передвигаться на лыжах коньковым шагом	деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; П.- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими связи между объектами и процессами, К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение	социальной солидарности <b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек	5	
	Нижняя прямая подача мяча.	Знать технику передвижения на лыжах коньковым ходом  Уметь передвигаться на лыжах коньковым шагом	Р.-определять наиболее эффективные способы достижения результата; П.- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; К.- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества	<b>Патриотическое воспитание</b> формирование патриотизма, чувства гордости за свою Родину, готовности к защите интересов Отечества, ответственности за будущее <b>Эстетическое воспитание</b> - популяризацию российских культурных, нравственных и семейных ценностей <b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни	2   4  5	

	Нижняя прямая подача мяча, приём	Знать технику передвижения на лыжах.	<b>Р.-</b> формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реали-зации; <b>П.-</b> определять наиболее эффективные способы достижения результата; <b>К.-</b> осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих	<b>Духовно-нравственное воспитание</b> формирования выраженной в поведении нравственной позиции, в том числе способности к сознательному выбору добра <b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания	3   5	
	Нижняя прямая подача в зону	Осваивать технику спуска на лыжах	<b>Р.:</b> применять правила подбора одежды для занятий по лыжной подготовке. <b>П.:</b> контролировать физическую нагрузку по ЧСС. <b>К.:</b> взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техники передвижения на лыжах.	<b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек <b>Трудовое воспитание</b> развития навыков совместной работы, умения работать самостоятельно, мобилизуя необходимые ресурсы, правильно оценивая смысл и последствия своих действий	5   6	
	Прием мяча	Знать технику передвижения	<b>Р.:</b> применять правила подбора одежды для	<b>Духовно-нравственное воспитание</b> развития	3	

	снизу двумя руками после подачи	на лыжах.	занятий по лыжной подготовке. <b>П.:</b> контролировать физическую нагрузку по ЧСС. <b>К.:</b> взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техники передвижения на лыжах.	сопереживания и формирования позитивного отношения к людям, в том числе к лицам с ограниченными возможностями здоровья и инвалидам <b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания	5	
	Передача мяча в парах через сетку	Изучают историю волейбола. Овладевают основными приемами игры в волейбол.	Р.: уважительно относиться к партнеру.  П.: моделировать технику игровых действий и приемов.  К.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технических действий волейбола.	<b>Гражданское воспитание</b> развитие в детской среде ответственности, принципов коллективизма и социальной солидарности <b>Эстетическое воспитание:</b> - популяризацию российских культурных, нравственных и семейных ценностей <b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек	1  4  5	
	Прием мяча снизу двумя руками.	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно	Р.: уважительно относиться к сопернику и управлять своими эмоциями. П.: моделировать технику игровых действий и	<b>Духовно-нравственное воспитание</b> развития у детей нравственных чувств (чести, долга, справедливости, милосердия и дружелюбия <b>Физическое</b>	3	

		о	<p>приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игры деятельности.</p> <p>К.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технических действий волейбола.</p>	<p><b>воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни</p>	5	
	Прием мяча снизу двумя руками через сетку	Уметь демонстрировать технику приема и передачи мяча	<p>Р.: использовать игру волейбол в организации активного отдыха.</p> <p>П.: моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий.</p> <p>К.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технических действий волейбола.</p>	<p><b>Патриотическое воспитание</b> формирование патриотизма, чувства гордости за свою Родину</p> <p><b>Эстетическое воспитание:</b> популяризацию российских культурных, нравственных и семейных ценностей</p> <p><b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек</p>	2  4  5	
	Передачи мяча сверху двумя руками в	Осуществлять судейство игры. Демонстриро-	Р: оценка – устанавливать соответствие полученного результата	<b>Духовно-нравственное воспитание</b> развития сопереживания и формирования позитивного	3	

	парах	вать технику передачи мяча двумя руками сверху.	<p>поставленной цели.</p> <p><b>П:</b> общеучебные – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; осознанно и произвольно строить сообщения в устной и письменной форме.</p> <p><b>К:</b> планирование учебное сотрудничества – задавать вопросы, строить высказывание</p>	<p>отношения к людям, в том числе к лицам с ограниченными возможностями здоровья и инвалидам</p> <p><b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни</p>	5	
	Нижняя прямая подача с 3-6 м.	Описывать технику игровых действий и приемов волейбола.	<p><b>Р:</b> <i>коррекция</i> – вносить необходимые дополнения и изменения в план действий.</p> <p><b>П:</b> <i>общеучебные</i> – осознанно и произвольно строить сообщения в устной форме.</p> <p><b>К:</b> <i>планирование учебного сотрудничества</i> - определять общую цель и пути ее достижения</p>	<p><b>Гражданское воспитание</b> - формирование активной гражданской позиции</p> <p><b>Эстетическое воспитание</b> - популяризацию российских культурных, нравственных и семейных ценностей</p>	1. 4.	
	Передачи мяча сверху во	Описывают технику изучаемых	<b>Р:</b> <i>прогнозирование</i> предвидеть возможности	<b>Духовно-нравственное воспитание</b> -	3	

	встречных колоннах	игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно.	<p>получения конкретного результата при решении задачи.</p> <p><b>И:</b> <i>информационные</i> – получать и обрабатывать информацию; <i>общие учебные</i></p> <p>– ставить и формулировать проблемы.</p> <p><b>К:</b> <i>взаимодействие</i> – формулировать собственное мнение и позицию</p>	<p>содействия формированию у детей позитивных жизненных ориентиров и планов</p> <p><b>Физическое воспитание-</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни</p>	5	
	Нижняя прямая подача, приём мяча	Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок	<p>Р.- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- определять наиболее эффективные способы достижения результата; К.- осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и</p>	<p><b>Патриотическое воспитание-</b> формирование российской гражданской идентичности</p> <p><b>Физическое воспитание -</b> формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания</p>	2  5	

			поведение окружающих			
Комбинации из освоенных элементов	Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение.	<b>Эстетическое воспитание</b> - воспитание уважения к культуре, языкам, традициям и обычаям народов, проживающих в Российской Федерации <b>Физическое воспитание</b> - развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек	4	5	
Учебная игра в волейбол, прыжки	Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные	<b>Физическое воспитание</b> - формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания <b>Трудовое воспитание</b> - формирования умений и навыков самообслуживания, потребности трудиться	5	6	

			связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение.			
	Учебная игра в волейбол	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно	Р.-осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих; П.- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности; К. - готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества	<b>Гражданское воспитание</b> формирование активной гражданской позиции, гражданской ответственности, основанной на традиционных культурных, духовных и нравственных ценностях российского общества; <b>Физическое воспитание</b> - формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни	1	5
<b>Лёгкая</b>	Техника	Овладение	Р.- формирование	<b>Духовно-</b>	3	



<p><b>атлетик а/10 часов</b></p>	<p>безопасности на уроках легкой атлетике.</p>	<p>умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренний зарядка, оздоровительные мероприятия)</p>	<p>умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- определять наиболее эффективные способы достижения результата; К.-осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих</p>	<p><b>нравственное воспитание</b> развития у детей нравственных чувств (чести, долга, справедливости, милосердия и дружелюбия)</p> <p><b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни</p>	<p>5</p>	
	<p>Спринтерский бег, ускорения</p>	<p>Овладение основами технических действий, приемами и физическими упражнениями из базовых видов спорта</p>	<p>Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. -овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный</p>	<p><b>Патриотическое воспитание</b> формирование российской гражданской идентичности</p> <p><b>Эстетическое воспитание</b> Популяризация российских культурных, нравственных и семейных ценностей</p> <p><b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания</p>	<p>2  4  5</p>	

			контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение.			
Высокий старт, бег по дистанции и	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности	<b>Гражданское воспитание</b> развитие в детской среде ответственности, принципов коллективизма и социальной солидарности <b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек	1	5	
Высокий старт, стартовый разгон	Овладение основами технических действий, приемами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умением использовать их игровой деятельности	Р.-определять наиболее эффективные способы достижения результата; П.- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее	<b>Духовно-нравственное воспитание</b> развитие сопереживания и формирования позитивного отношения к людям, в том числе к лицам с ограниченными возможностями здоровья и инвалидам <b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего	3	5	

			<p>осуществления; К.- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества</p>	<p>поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни</p>		
	<p>Бег по дистанции. Финиширование.</p>	<p>Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.</p>	<p>Р.- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- определять наиболее эффективные способы достижения результата; К.-осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих</p>	<p><b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания <b>Трудовое воспитание</b> формирования умений и навыков самообслуживания, потребности трудиться, добросовестного, ответственного и творческого отношения к разным видам трудовой деятельности, включая обучение и выполнение домашних обязанностей</p>	<p>5</p> <p>6</p>	
	<p>Ускорения, прыжки в длину с места</p>	<p>Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно</p>	<p>Р.-осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное</p>	<p><b>Патриотическое воспитание</b> формирование патриотизма, чувства гордости за свою Родину, готовности к защите интересов Отечества, ответственности за будущее России на</p>	<p>2</p>	



	<p>Метание малого мяча на дальность с места</p>	<p>Овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умением использовать их игровой деятельности</p>	<p>Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности</p>	<p><b>Патриотическое воспитание</b> формирование патриотизма, чувства гордости за свою Родину, готовности к защите интересов Отечества, ответственности за будущее <b>Эстетическое воспитание</b> - популяризацию российских культурных, нравственных и семейных ценностей <b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни</p>	<p>2  4  5</p>	
	<p>Метание малого мяча на дальность с разбега</p>	<p>Овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умением использовать их игровой деятельности</p>	<p>Р.-формирование умения понимать причины успеха/не-успеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; П.- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими связи между объектами и процессами, К.-</p>	<p><b>Духовно-нравственное воспитание</b> формирования выраженной в поведении нравственной позиции, в том числе способности к сознательному выбору добра <b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания</p>	<p>3  5</p>	

			умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение			
	Метание мяча на результат	Знать технику приёма мяча, уметь принимать мяч	Р.-формирование умения понимать причины успеха/не-успеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; П.- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими связи между объектами и процессами, К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение	<b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек <b>Трудовое воспитание</b> развития навыков совместной работы, умения работать самостоятельно, мобилизуя необходимые ресурсы, правильно оценивая смысл и последствия своих действий	5  6	Сдача нормативов
<b>Русская лапта / 6 часов</b>	Лапта. Правила игры. Подача мяча.	Взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения игры	Р.-формирование умения понимать причины успеха/не-успеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; П.- овладение базовыми предметными и	<b>Духовно-нравственное воспитание</b> развития сопереживания и формирования позитивного отношения к людям, в том числе к лицам с ограниченными возможностями здоровья и инвалидам <b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и здоровому образу	3  5	

			<p>межпредметными понятиями, отражающими связи между объектами и процессами, К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение</p>	<p>жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания</p>		
<p>Подача мяча, ловля, передача</p>	<p>Взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения игры</p>	<p><b>Р:</b> целеполагание: формулировать и удерживать учебную задачу; <b>П:</b> общеучебные: использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. <b>К:</b> инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью</p>	<p><b>Гражданское воспитание</b> развитие в детской среде ответственности, принципов коллективизма и социальной солидарности <b>Эстетическое воспитание:</b> - популяризацию российских культурных, нравственных и семейных ценностей <b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек</p>	<p>1</p> <p>4</p> <p>5</p>		
<p>Осаживание в игре</p>	<p>Взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения игры</p>	<p><b>Р:</b> целеполагание: формулировать и удерживать учебную задачу. <b>П:</b> общеучебные: использовать общие приемы решения поставленных</p>	<p><b>Духовно-нравственное воспитание</b> развития у детей нравственных чувств (чести, долга, справедливости, милосердия и дружелюбия <b>Физическое воспитание</b></p>	<p>3</p> <p>5</p>		

			задач. <b>К:</b> инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – формулировать собственное мнение	формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни		
	Самооценивание	Взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения игры	<b>Р:</b> <i>целеполагание</i> – формулировать и удерживать учебную задачу. <b>П:</b> <i>общеучебные</i> – контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. <b>К:</b> <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью	<b>Патриотическое воспитание</b> формирование патриотизма, чувства гордости за свою Родину <b>Эстетическое воспитание:</b> популяризацию российских культурных, нравственных и семейных ценностей <b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек	2  4  5	
	Поддача мяча, ловля, игра	Взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения игры	<b>Р:</b> <i>целеполагание</i> – формулировать и удерживать учебную задачу. <b>П:</b> <i>общеучебные</i> – контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. <b>К:</b> <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за	<b>Духовно-нравственное воспитание</b> развития сопереживания и формирования позитивного отношения к людям, в том числе к лицам с ограниченными возможностями здоровья и инвалидам <b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения	3  5	



			помощью	ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни		
	Учебная игра в лапту	Взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения игры	Р: <i>целеполагание</i> – формулировать и удерживать учебную задачу. П: <i>общеучебные</i> – контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. <i>взаимодействие</i> – формулировать собственное мнение и позицию	<b>Духовно-нравственное воспитание</b> развития у детей нравственных чувств (чести, долга, справедливости, милосердия и дружелюбия <b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни	3	5

### Модуль Школьный урок

Школьный урок призван формировать у учащихся жизненную стратегию: активная образовательная деятельность для достижения успешного результата. На уроках путем многократного упражнения достигается баланс послушания и ответственности, инициативности и исполнительности, свободы выбора и регламентированность. Воспитательный потенциал урока высок и реализуется через различные стороны функционирования классно-урочной системы современной школы. Основой развивающей образовательной системы становится воспитание и обучение учащихся. Получение фундаментальных знаний в школе важно, однако образование личности должно быть сориентировано не только на усвоение определенной суммы знаний, но и в первую очередь на развитие самостоятельности, личной ответственности, созидательных способностей и качеств человека, позволяющих ему учиться, действовать и эффективно взаимодействовать в социуме. Поэтому школьный урок играет важную роль в воспитательной системе образования.

Реализация воспитательного потенциала содержания учебных программ достигается при условии:

- решения воспитательных задач в ходе каждого урока в единстве с задачами обучения и развития личности школьника;
- целенаправленного отбора содержания и форм учебного материала, представляющего ученикам образцы подлинной нравственности;
- использования современных образовательных технологий;
- организации творческой исследовательской и проектной деятельности учащихся на уроке и во внеурочное время.

Воспитательные задачи урока:

- формирование основных мировоззренческих понятий;
- развитие эстетических чувств;
- воспитание нравственных качеств (патриотизм, гуманизм, активная жизненная позиция и др.);
- формирование навыка соблюдения этических норм;

- привитие аккуратности, сосредоточенности, ответственности;
- воспитание сознательного отношения к процессу обучения и к любой другой деятельности;
- формирование бережного отношения к окружающему миру;
- воспитание чувства товарищества, взаимопомощи, сочувствия, сострадания.

Реализация школьными педагогами воспитательного потенциала урока предполагает следующее:

- установление доверительных отношений между учителем и его учениками;
- побуждение школьников соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (учителями) и сверстниками (учащимися), принципы учебной дисциплины и самоорганизации;
- привлечение внимания школьников к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений, организация их работы с получаемой на уроке социально значимой информацией – инициирование ее обсуждения, высказывания учащимися своего мнения по ее поводу, выработки своего к ней отношения;
- использование воспитательных возможностей содержания учебного предмета через демонстрацию детям примеров ответственного, гражданского поведения, проявления человеколюбия и добросердечности, через подбор соответствующих текстов для чтения, задач для решения, проблемных ситуаций и кейсов для обсуждения в классе;
- применение на уроке интерактивных форм работы учащихся: интеллектуальных, деловых, ситуационных игр, стимулирующих познавательную мотивацию школьников; дискуссий, дебатов, которые дают учащимся возможность приобрести опыт ведения конструктивного диалога; групповой работы или работы в парах, которые учат школьников командной работе и взаимодействию с другими детьми;
- включение в урок игровых процедур, в том числе использование настольных игр, которые помогают поддержать мотивацию детей к получению знаний, налаживанию позитивных межличностных отношений в классе, помогают установлению доброжелательной атмосферы во время урока;
- организация шефства, наставничества мотивированных и эрудированных учащихся над их неуспевающими одноклассниками, дающего школьникам социально значимый опыт сотрудничества и взаимопомощи;
- инициирование и поддержка исследовательской деятельности школьников в рамках реализации ими индивидуальных и групповых исследовательских проектов как возможность приобрести навык самостоятельного решения теоретической проблемы, навык генерирования и оформления собственных идей, навык уважительного отношения к чужим идеям, оформленным в работах других исследователей, навык публичного выступления перед аудиторией, аргументирования и отстаивания своей точки зрения;
- организация деятельности, предполагающей использование современных инструментов образования (социальные сети, интернет-платформы для обучения, вебинары, онлайн-квесты, сетевые сообщества).

Виды уроков:

- Онлайн-урок
- Дистанционный урок
- Интерактивный урок



			<p>поставлен-ных задач.</p> <p><b>К:</b> инициативное сотрудничество ставит вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – формулировать собственное мнение</p>	<p>долга, справедливости, милосердия и дружелюбия)</p> <p><b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни</p>	5	
	Высокий старт, финиширование	Выполняют бег с максимальной скоростью 30м, прыжок в длину с места	<p><b>Р:</b> планирование: выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <b>П:</b> общие учебные – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.</p> <p><b>К:</b> проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач.</p>	<p><b>Патриотическое воспитание</b> формирование российской гражданской идентичности</p> <p><b>Эстетическое воспитание</b> Популяризация российских культурных, нравственных и семейных ценностей</p> <p><b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания</p>	2  4  5	
	Бег на короткие и средние дистанции	Выполняют бег с максимальной скоростью 60м.	<p><b>Р:</b> целеполагание: формулировать и удерживать учебную задачу. <b>П:</b> общеучебные контролировать и оценивать проц</p>	<p><b>Гражданское воспитание</b> развитие в детской среде ответственности, принципов коллективизма и</p>	1	

			есс и результат деятельности.	социальной солидарности <b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек	5	
	Бег 60 м на результат	Выбирают индивидуальный режим физической нагрузки, контролируют ее по частоте сердечных сокращений.	<b>Р:</b> планирование принимать установленные правила в планировании способа решения задачи. <b>П:</b> общеучебные контролировать и оценивать процесс в ходе выполнения упражнений. <b>К:</b> планирование сотрудничества - задавать вопросы, обращаться за помощью.	<b>Духовно-нравственное воспитание</b> развитие сопереживания и формирования позитивного отношения к людям, в том числе к лицам с ограниченными возможностями здоровья и инвалидам <b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни	3  5	Сдача нормативов
	Прыжок в длину с разбега.	Применяют прыжковые упражнения.	<b>Р:</b> контроль и самоконтроль – отличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона. <b>П:</b> общеучебные выбирать наиболее	<b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания <b>Трудовое</b>	5  6	

			<p>эффективные способы решения задач.</p> <p><b>К:</b> планирование учебного сотрудничества – задавать вопросы, обращаться за помощью; определять общую цель и пути ее достижения</p>	<p><b>воспитание</b> формирования умений и навыков самообслуживания, потребности трудиться, добросовестного, ответственного и творческого отношения к разным видам трудовой деятельности, включая обучение и выполнение домашних обязанностей</p>		
	Прыжок в длину с разбега, разбег	<p>Применяют прыжковые упражнения. Соблюдают правила безопасности при прыжках в длину</p>	<p><b>Р:</b> планирование – определять общую цель и пути ее достижения; <i>прогнозирование</i> – предвосхищать результаты.</p> <p><b>П:</b> общеучебные выбрать наиболее эффективные способы решения задач;</p> <p>Контролировать и оценивать процесс в результате своей деятельности.</p> <p><b>К:</b> инициативное сотрудничество – формулировать свои затруднения</p>	<p><b>Патриотическое воспитание</b> формирование патриотизма, чувства гордости за свою Родину, готовности к защите интересов Отечества, ответственности за будущее России на основе развития программ патриотического воспитания детей, в том числе военно-патриотического воспитания</p> <p><b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания</p>	2	5
	Прыжок в длину с разбега, отталкива	Выполняют прыжок в длину с разбега;	<p><b>Р:</b> контроль и самоконтроль – различать способ и результат</p>	<p><b>Гражданское воспитание</b> развитие в детской среде ответственности,</p>	1	

	ние	метают мяч в мишень и на дальность.	действия; прогнозирование— предвосхищать результаты. <b>П:</b> общеучебные ориентируются в разнообразии способов решения задач; самостоятельно создавать ход деятельности при решении проблем. <b>К:</b> взаимодействие формулировать собственное мнение, слушать собеседника	принципов коллективизма и социальной солидарности <b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек	5	
	Прыжок в длину с разбега на результат .	Выполняют прыжок в длину с разбега; метаут мяч в мишень и на дальность.	<b>Р:</b> <i>целеполагание</i> - преобразовывать практическую задачу в образовательную. <b>П:</b> <i>общеучебные</i> осознанно строить сообщения в устной форме. <b>К:</b> <i>взаимодействующие</i> - задавать вопросы, формулировать свою позицию	<b>Патриотическое воспитание</b> формирование патриотизма, чувства гордости за свою Родину, готовности к защите интересов Отечества, ответственности за будущее <b>Эстетическое воспитание</b> - популяризацию российских культурных, нравственных и семейных ценностей <b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни	2          4          5	Сдача нормативов

	Метание мяча на дальность с разбега	Выбирают индивидуальный режим физической нагрузки, контролируют ее по частоте сердечных сокращений.	<b>Р:</b> <i>планирование</i> – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации <b>П:</b> <i>общеучебные</i> – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. <b>К:</b> <i>инициативное сотрудничество</i> слушать учителя, вести диалог, строить монологические высказывания	<b>Духовно-нравственное воспитание</b> формирования выраженной в поведении нравственной позиции, в том числе способности к сознательному выбору добра <b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания	3  5	
	Метание мяча на результат	Выбирают индивидуальный режим физической нагрузки, контролируют ее по частоте сердечных сокращений.	<b>Р:</b> <i>целеполагание</i> формулировать и удерживать учебную задачу; <i>планирование</i> – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей <b>П:</b> <i>общеучебные</i> использовать общие приемы решения поставленных задач <b>К:</b> ставить вопросы, обращаться за помощью	<b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек <b>Трудовое воспитание</b> развития навыков совместной работы, умения работать самостоятельно, мобилизуя необходимые ресурсы, правильно оценивая смысл и последствия своих действий	5  6	Сдача нормативов
<b>Спортивные игры, баскетбол / 18</b>	Техника безопасности по баскетболу.	Знать технику безопасности на уроке лапты, уметь ловить и передавать	находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;	<b>Духовно-нравственное воспитание</b> развития сопереживания и формирования	3	



часов		мча в парах		ПОЗИТИВНОГО отношения к людям, в том числе к лицам с ограниченными возможностями здоровья и инвалидам <b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания	5	
	Стойка игрока, ведение мяча, передачи.	Взаимодейств овать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр	<b>Р:</b> <i>целеполагание</i> – формулировать и удерживать учебную задачу. <b>П:</b> <i>общеучебные</i> – контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. <b>К:</b> <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью	<b>Гражданское воспитание</b> развитие в детской среде ответственности, принципов коллективизма и социальной солидарности <b>Эстетическое воспитание:</b> - популяризацию российских культурных, нравственных и семейных ценностей <b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек	1  4  5	
	Стойки и передвиж ения,	Овладение умениями организовать	<b>Р:</b> <i>целеполагание</i> - преобразовывать практическую	<b>Духовно- нравственное воспитание</b> развития у детей	3	

	повороты , остановки.	здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренний зарядка)	задачу в образовательную. <b>П:</b> <i>общеучебные</i> осознанно строить сообщения в устной форме. <b>К:</b> <i>взаимодействующие</i> - задавать вопросы, формулировать свою позицию	нравственных чувств (чести, долга, справедливости, милосердия и дружелюбия) <b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни	5	
	Сочетание приёмов: ведения, передач, бросков	Изучают историю баскетбола. Овладевают основными приёмами игры в баскетбол.  Соблюдают правила безопасности.	<b>Р:</b> <i>планирование:</i> выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее решения.  <b>П:</b> <i>общеучебные:</i> узнавать, называть и определять объекты и явления в соответствии с содержанием учебного материала.  <b>К:</b> <i>планирование учебного сотрудничества</i> – определять общую цель и пути ее достижения; договариваться о распределении функций в совместной деятельности	<b>Патриотическое воспитание</b> формирование патриотизма, чувства гордости за свою Родину <b>Эстетическое воспитание:</b> популяризацию российских культурных, нравственных и семейных ценностей <b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек	2  4  5	
	Вырывание и выбивание мяча	Описывают технику изучаемых игровых приемов и	<b>Р:</b> <i>целеполагание</i> – удерживать учебную задачу; <i>осуществление учебных действий</i> -	<b>Духовно-нравственное воспитание</b> развития сопереживания и формирования	3	

		действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.	использовать речь для регуляции своего действия; <i>коррекция</i> – вносить изменения в способ действия.  <b>П: общеучебные</b> – ориентироваться в разнообразии способов решения задач.  <b>К: инициативное сотрудничество</b> – проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных и познавательных задач.	позитивного отношения к людям, в том числе к лицам с ограниченными возможностями здоровья и инвалидам  <b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни	5	
	Ведение мяча. Варианты ловли и передачи мяча.	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя ошибки.	<b>Р: осуществление учебных действий</b> – выполнять учебные действия в материализованной форме  <b>П: общеучебные</b> – ставить и формулировать проблемы. <b>К: инициативное сотрудничество</b> – задавать вопросы, проявлять активность	<b>Гражданское воспитание</b> формирование активной гражданской позиции, гражданской позиции, гражданской ответственности, основанной на традиционных культурных, духовных и нравственных ценностях российского общества;  <b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к	1	5

				своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни		
	Ведение мяча, передачи в тройках	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Освоить технику ведения мяча.	<b>Р:</b> <i>целенаправленное</i> преобразовывать практическую задачу в образовательную; <i>контроль и самоконтроль</i> – использовать установленные правила в контроле способа решения задачи. <b>П:</b> <i>общеучебные</i> – выбирать наиболее эффективные решения поставленной задачи. <b>К:</b> <i>взаимодействие</i> – формулировать собственное мнение и позицию	<b>Духовно-нравственное воспитание</b> развития у детей нравственных чувств (чести, долга, справедливости, милосердия и дружелюбия) <b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни	3  5	
	Сочетание приемов: передвижений и остановок, ведения и бросков мяча.	Уметь выполнять различные варианты ведения мяча.	<b>Р:</b> <i>контроль и самоконтроль</i> – различать способ и результат действия; <i>прогнозирование</i> – предвосхищать результаты. <b>П:</b> <i>общеучебные</i> – ориентироваться в разнообразии способов решения задач; самостоятельно создавать ход деятельности при решении проблем. <b>К:</b> <i>взаимодействие</i> – формулировать собственное мнение,	<b>Патриотическое воспитание</b> формирование российской гражданской идентичности <b>Эстетическое воспитание</b> Популяризация российских культурных, нравственных и семейных ценностей <b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической	2  4  5	



	<p>Тактика свободно го нападения</p>	<p>Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.</p>	<p><b>Р:</b> <i>коррекция</i> – вносить коррективы в выполнение правильных действий упражнений; сличать способ действия с заданным эталоном.</p> <p><b>П:</b> <i>обще учебные</i> – ставить и формулировать проблемы; выбирать наиболее эффективные способы решения задач.</p> <p><b>К:</b> <i>инициативное сотрудничество</i> – обращаться за помощью; строить монологическое высказывание, вести устный диалог</p>	<p><b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания</p> <p><b>Трудовое воспитание</b> формирования умений и навыков самообслуживания, потребности трудиться, добросовестного, ответственного и творческого отношения к разным видам трудовой деятельности, включая обучение и выполнение домашних обязанностей</p>	<p>5</p> <p>6</p>	
	<p>Групповые и индивидуальные действия в нападениях и</p>	<p>Овладение основами технических действий, приемами и физическими упражнениями и из базовых видов спорта, умением использовать их в игровой деятельности</p>	<p><b>Р.-</b>определять наиболее эффективные способы достижения результата; овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; <b>К.-</b> готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества</p> <p><b>П.-</b></p>	<p><b>Патриотическое воспитание</b> формирование патриотизма, чувства гордости за свою Родину, готовности к защите интересов Отечества, ответственности за будущее России на основе развития программ патриотического воспитания детей, в том числе военно-патриотического воспитания</p> <p><b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и</p>	<p>2</p> <p>5</p>	

				здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания		
Быстрый прорыв (2 х 1). Учебная игра.	Овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениям и из базовых видов спорта,	Р.-формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; П.- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими связи между объектами и процессами, К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение	<b>Гражданское воспитание</b> развитие в детской среде ответственности, принципов коллективизма и социальной солидарности <b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек	1	5	
Взаимодействие двух игроков	Овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениям и из базовых видов спорта, умением использовать их игровой и соревновательной деятельности	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять	<b>Патриотическое воспитание</b> формирование патриотизма, чувства гордости за свою Родину, готовности к защите интересов Отечества, ответственности за будущее <b>Эстетическое воспитание</b> - популяризацию российских культурных, нравственных и семейных ценностей <b>Физическое</b>	2	4	5

			взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение.	<b>воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни		
	Игровые задания (2 х2, 3х3).	Овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утрення зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры	<b>Р:</b> <i>целеполагание</i> -преобразовывать практическую задачу в образовательную. <b>П:</b> <i>общеучебные</i> осознано строить сообщения в устной форме. <b>К:</b> <i>взаимодействующие</i> - задавать вопросы, формулировать свою позицию	<b>Духовно-нравственное воспитание</b> формирования выраженной в поведении нравственной позиции, в том числе способности к сознательному выбору добра <b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания	3	
	Передача мяча в тройках со сменой места	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.	<b>Р:</b> целеполагание: формулировать и удерживать учебную задачу. <b>П:</b> общеучебные: использовать общие приемы решения поставленных задач. <b>К:</b> инициативное сотрудничество— ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – формулировать собственное мнение	<b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек <b>Трудовое воспитание</b> развития навыков совместной работы, умения работать самостоятельно, мобилизуя	5	6



				необходимые ресурсы, правильно оценивая смысл и последствия своих действий		
Тактика свободно го нападения. Игра	Овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениям и из базовых видов спорта, умением использовать их игровой и соревновательной деятельности	Р.- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- определять наиболее эффективные способы достижения результата; К.- осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих		<b>Духовно-нравственное воспитание</b> развития сопереживания и формирования позитивного отношения к людям, в том числе к лицам с ограниченными возможностями здоровья и инвалидам <b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания	3  5	
Игровые задания (2 x 2, 3 x 2).	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.	Р.-осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих; П.- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности; К. - готовность		<b>Гражданское воспитание</b> развитие в детской среде ответственности, принципов коллективизма и социальной солидарности <b>Эстетическое воспитание:</b> - популяризацию российских культурных, нравственных и семейных ценностей <b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности,	1  4  5	

			конструктивно разрешать конфликты	профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек		
<b>Гимнастика /18 часов</b>	Т.Б при проведении занятий по гимнастике.	Овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениями и из базовых видов спорта, умением использовать их в игровой деятельности	Р.-формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; П.- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими связи между объектами и процессами, К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение	<b>Духовно-нравственное воспитание</b> развития у детей нравственных чувств (чести, долга, справедливости, милосердия и дружелюбия <b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни	3  5	
	Строевые упражнения. Висы и упоры.	Соблюдают Т.Б. Изучают историю гимнастики. Различают строевые команды, чётко выполняют строевые приёмы.	<b>Р: целеполагание</b> преобразовывать практическую задачу в образовательную. <b>П: общеучебные</b> – осознанно строить сообщения в устной форме. <b>К: инициативное сотрудничество</b> – формулировать свои затруднения	<b>Патриотическое воспитание</b> формирование патриотизма, чувства гордости за свою Родину <b>Эстетическое воспитание:</b> популяризацию российских культурных, нравственных и семейных ценностей <b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику	2  4  5	

				наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек		
	Подтягивания, упражнения на гибкость	Различают строевые команды, чётко выполняют строевые приёмы.	<p><b>Р:</b> <i>контроль и самоконтроль</i> – осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату.</p> <p><b>П:</b> <i>общеучебные</i> – ставить, формулировать и решать проблемы.</p> <p><b>К:</b> <i>взаимодействие</i> – задавать вопросы, строить понятные для партнера высказывания</p>	<p><b>Духовно-нравственное воспитание</b> развития сопереживания и формирования позитивного отношения к людям, в том числе к лицам с ограниченными возможностями здоровья и инвалидам</p> <p><b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни</p>	3	5
	Лазание по канату, упражнения на пресс	<p>Различают строевые команды, чётко выполняют строевые приёмы.</p> <p>Повторяют подъем переворотом в упор, сед ноги врозь (м.), вис лежа, вис присев (д.).</p>	<p><b>Р:</b> <i>контроль и самоконтроль</i> – осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату.</p> <p><b>П:</b> <i>общеучебные</i> – ставить, формулировать и решать проблемы.</p> <p><b>К:</b> <i>взаимодействие</i> – задавать вопросы, строить понятные</p>	<p><b>Гражданское воспитание</b> формирование активной гражданской позиции, гражданской позиции, гражданской ответственности, основанной на традиционных культурных, духовных и нравственных ценностях российского</p>	1	

			для партнера высказывания	общества; <b>Физическое воспитание-</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни	5	
	Равновес ие, упражнен ия на координа цию	Различают строевые команды, чётко выполняют строевые приёмы.  Повторяют (м.), вис лежа, вис присев (д.).	<b>Р:</b> <i>контроль и самоконтроль</i> – осуществлять итоговый и пошаговый контрол ь по результату. <b>П:</b> <i>общеуч ебные</i> – ставить, формулирова ть и решать проблемы.  <b>К:</b> <i>взаимодействие</i> – задавать вопросы, строить понятные для партнера высказывания	<b>Духовно- нравственное воспитание</b> развития у детей нравственных чувств (чести, долга, справедливости, милосердия и дружелюбия)  <b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни	3          5	
	Подтягив ания – учёт	Уметь демонстриро вать технику выполнения упражнений. Вис лежа. Вис присев (д.). Выполнение подтягивания в висе.	<b>Р.</b> - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; <b>П.</b> - овладение базовыми предметными и межпредметными	<b>Патриотическое воспитание</b> формирование российской гражданской идентичности <b>Эстетическое воспитание</b> Популяризация российских культурных, нравственных и семейных	2    4	Сдача нормати вов

			<p>понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества.</p>	<p>ценностей</p> <p><b>Физическое воспитание</b></p> <p>формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания</p>	5	
	Опорный прыжок, отжимание	<p>Знать технику опорного прыжка</p> <p><b>Уметь:</b></p> <p>выполнять наскок на мостик</p> <p>Выполнять опорный прыжок на оценку</p>	<p>Р: <i>контроль и самоконтроль</i> – осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату.</p> <p>П: <i>общеучебные</i> – ставить, формулировать и решать проблемы.</p> <p>К: <i>взаимодействие</i> – задавать вопросы, строить понятные для партнера высказывания</p>	<p><b>Гражданское воспитание</b></p> <p>развитие в детской среде ответственности, принципов коллективизма и социальной солидарности</p> <p><b>Физическое воспитание</b></p> <p>развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек</p>	1	5
	Опорный прыжок, разбег и отталкивание	<p>Выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корригирующих упражнений, учитывающих индивидуальные способности и особенности, состояние здоровья</p>	<p>Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между</p>	<p><b>Духовно-нравственное воспитание</b></p> <p>развитие сопереживания и формирования позитивного отношения к людям, в том числе к лицам с ограниченными возможностями здоровья и инвалидам</p> <p><b>Физическое воспитание</b></p> <p>формирование у подрастающего</p>	3	5

			объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих	поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни		
	Опорный прыжок, приземление	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма.	Р. - формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности; К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение	<b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания <b>Трудовое воспитание</b> формирования умений и навыков самообслуживания, потребности трудиться, добросовестного, ответственного и творческого отношения к разным видам трудовой деятельности, включая обучение и выполнение домашних обязанностей	5 6	
	Кувырок вперед, стойка на лопатках.	Овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. -	<b>Патриотическое воспитание</b> формирование патриотизма, чувства гордости за свою Родину, готовности к защите интересов Отечества, ответственности за	2	



	«мост»	гающую жизнедеятельность (режим дня, утрення зарядка)	задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение.	свою Родину, готовности к защите интересов Отечества, ответственности за будущее <b>Эстетическое воспитание</b> - популяризацию российских культурных, нравственных и семейных ценностей <b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни	4		
	Кувырок вперед в стойку на лопатках, кувырок назад.	Уметь демонстрировать выполнение прыжка ноги врозь, выполнение комплекса ОРУ с обручем.	Р. - формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности; К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение	<b>Духовно-нравственное воспитание</b> формирования выраженной в поведении нравственной позиции, в том числе способности к сознательному выбору добра <b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания	3		



	Лазание по канату, упражнения на гибкость	Описывают технику акробатических упражнений. Составляют акробатические комбинации из числа разученных упражнений.	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение.	<b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек <b>Трудовое воспитание</b> развития навыков совместной работы, умения работать самостоятельно, мобилизуя необходимые ресурсы, правильно оценивая смысл и последствия своих действий	5 6	
	Стойка на голове и руках, «Мост»	Описывают технику акробатических упражнений. Составляют акробатические комбинации из числа разученных упражнений	Р.- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- определять наиболее эффективные способы достижения результата; К.- осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение	<b>Духовно-нравственное воспитание</b> развития сопереживания и формирования позитивного отношения к людям, в том числе к лицам с ограниченными возможностями здоровья и инвалидам <b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры	3 5	

			окружающих	здорового питания		
Акробатическая комбинация	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма.	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение.	<b>Гражданское воспитание</b> развитие в детской среде ответственности, принципов коллективизма и социальной солидарности <b>Эстетическое воспитание:</b> - популяризацию российских культурных, нравственных и семейных ценностей <b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек	1  4  5		
Учёт техники выполнения акробатической комбинации.	Формирование умений выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корректирующих упражнений, учитывающих индивидуальные способности и особенности, состояния здоровья	Р.- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- определять наиболее эффективные способы достижения результата; К.- осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное	<b>Духовно-нравственное воспитание</b> развития у детей нравственных чувств (чести, долга, справедливости, милосердия и дружелюбия) <b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни	3  5	Учёт техники выполнения	

			поведение и поведение окружающих			
	Поднимание туловища из положения лёжа	Формирование умений выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корригирующих упражнений	Р.-формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; П.- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими связи между объектами и процессами, К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение	<b>Патриотическое воспитание</b> формирование патриотизма, чувства гордости за свою Родину <b>Эстетическое воспитание:</b> популяризацию российских культурных, нравственных и семейных ценностей <b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек	2  4  5	Сдача нормативов
<b>Лыжная подготовка /18 часов</b>	Инструктаж по технике безопасности на уроках лыжной подготовки.	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма.	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в	<b>Духовно-нравственное воспитание</b> развития сопереживания и формирования позитивного отношения к людям, в том числе к лицам с ограниченными возможностями здоровья и инвалидам <b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и	3  5	

			совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение.	потребности в здоровом образе жизни		
Одежда, обувь и лыжный инвентарь.	Изучают историю лыжного спорта. Соблюдают правила, чтобы избежать травм при ходьбе на лыжах. Правиласоблюдения режима дня, его основное содержание и правила планирования .	Р.-определять наиболее эффективные способы достижения результата; овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; К.- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества	П.- гражданской позиции, гражданской позиции, гражданской ответственности, основанной на традиционных культурных, духовных и нравственных ценностях российского общества;	<b>Гражданское воспитание</b> формирование активной гражданской позиции, гражданской ответственности, основанной на традиционных культурных, духовных и нравственных ценностях российского общества;	1	
				<b>Физическое воспитание</b> - формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни	5	
Одновременный бесшажный ход	Описывают технику изучаемых лыжных ходов, осваивают их самостоятельно.	Р.- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- определять наиболее эффективные способы	Духовно-нравственное воспитание развития у детей нравственных чувств (чести, долга, справедливости, милосердия и дружелюбия)		3	
					5	

			достижения результата; К.-осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих	<b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни		
	Одновременный двухшажный ход	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей организма	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. -овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение.	<b>Патриотическое воспитание</b> формирование российской гражданской идентичности <b>Эстетическое воспитание</b> Популяризация российских культурных, нравственных и семейных ценностей <b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания	2  4  5	
	Одновременный одношажный ход, основной вариант	Описывают технику изучаемых лыжных ходов, осваивают их самостоятельно.	Р.-определять наиболее эффективные способы достижения результата; П.- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной	<b>Гражданское воспитание</b> развитие в детской среде ответственности, принципов коллективизма и социальной солидарности <b>Физическое воспитание</b>	1  5	

			деятельности, поиска средств ее осуществления; К.-готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества	развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек		
	Одновременный одношажный ход	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей организма	Р.-формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; П.- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими связи между объектами и процессами, К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение	<b>Духовно-нравственное воспитание</b> развитие сопереживания и формирования позитивного отношения к людям, в том числе к лицам с ограниченными возможностями здоровья и инвалидам <b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни	3  5	
	Одновременный одношажный ход, стартовый вариант	Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. -овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и	<b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания <b>Трудовое воспитание</b> формирования умений и навыков	5  6	

			отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение.	самообслуживания, потребности трудиться, добросовестного, ответственного и творческого отношения к разным видам трудовой деятельности, включая обучение и выполнение домашних обязанностей		
	Попеременный двухсменный ход	Описывают технику изучаемых спусков и торможений, осваивают их самостоятельно.	Р.- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- определять наиболее эффективные способы достижения результата; К.- осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих	<b>Патриотическое воспитание</b> формирование патриотизма, чувства гордости за свою Родину, готовности к защите интересов Отечества, ответственности за будущее России на основе развития программ патриотического воспитания детей, в том числе военно-патриотического воспитания <b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания	2	5
	Переход с хода на ход	Описывают технику изучаемых спусков и торможений, осваивают их самостоятельно	Р.-формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно	<b>Гражданское воспитание</b> развитие в детской среде ответственности, принципов коллективизма и социальной	1	

		но.	действовать даже в ситуациях неуспеха; П.- - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими связи между объектами и процессами, К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение	солидарности <b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек	5	
	Поворот на месте «махом»	Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок	Р.-определять наиболее эффективные способы достижения результата; П.- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; К.- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества	<b>Патриотическое воспитание</b> формирование патриотизма, чувства гордости за свою Родину, готовности к защите интересов Отечества, ответственности за будущее <b>Эстетическое воспитание</b> - популяризацию российских культурных, нравственных и семейных ценностей <b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни	2  4  5	
	Переход с хода на ход	Знать технику попеременног о двухшажного хода	Р.- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные	<b>Духовно-нравственное воспитание</b> формирования выраженной в	3	



		<p>Уметь ходить на лыжах попеременно двухшажным ходом</p> <p>Работа рук при ходьбе на лыжах</p>	<p>действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- определять наиболее эффективные способы достижения результата; К.- осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих</p>	<p>поведении нравственной позиции, в том числе способности к сознательному выбору добра</p> <p><b>Физическое воспитание</b></p> <p>формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания</p>	5	
	<p>Подъём в гору скользящим шагом</p>	<p>Знать технику изученных лыжных ходов</p>	<p>Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение.</p>	<p><b>Физическое воспитание</b></p> <p>развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек</p> <p><b>Трудовое воспитание</b></p> <p>развития навыков совместной работы, умения работать самостоятельно, мобилизуя необходимые ресурсы, правильно оценивая смысл и последствия своих действий</p>	5 6	
	<p>Торможение и поворот</p>	<p>Научаться одновременному</p>	<p>Р.- формирование умения планировать, контролировать и</p>	<p><b>Духовно-нравственное воспитание</b></p>	3	

	«упором»	одношажному ходу  Работа рук при ходьбе на лыжах	оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- определять наиболее эффективные способы достижения результата; К.- осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих	развития сопереживания и формирования позитивного отношения к людям, в том числе к лицам с ограниченными возможностями здоровья и инвалидам <b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания	5	
	Прохождение дистанции и 2 км на время	Знать технику лыжных ходов. Уметь применять на практике	Р.-осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих; П.- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности; К. - готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов	<b>Гражданское воспитание</b> развитие в детской среде ответственности, принципов коллективизма и социальной солидарности <b>Эстетическое воспитание:</b> - популяризацию российских культурных, нравственных и семейных ценностей <b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек	1  4  5	

	Спуски с изменением стоек	<p>Знать технику передвижения на лыжах коньковым ходом</p> <p>Уметь передвигаться на лыжах коньковым шагом</p>	<p>Р.-формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;</p> <p>П.- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими связи между объектами и процессами, К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение</p>	<p><b>Духовно-нравственное воспитание</b> развития у детей нравственных чувств (чести, долга, справедливости, милосердия и дружелюбия)</p> <p><b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни</p>	3	
	Прохождение дистанции и 2, 3 км.	<p>Знать технику передвижения на лыжах коньковым ходом</p> <p>Уметь передвигаться на лыжах коньковым шагом</p>	<p>Р.-определять наиболее эффективные способы достижения результата; П.- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; К.- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества</p>	<p><b>Патриотическое воспитание</b> формирование патриотизма, чувства гордости за свою Родину</p> <p><b>Эстетическое воспитание:</b> популяризацию российских культурных, нравственных и семейных ценностей</p> <p><b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек</p>	2	

	<p>Прохождение дистанции и 3 км</p>	<p>Знать технику передвижения на лыжах.</p>	<p><b>Р.-</b> формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; <b>П.-</b> определять наиболее эффективные способы достижения результата; <b>К.-</b> осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих</p>	<p><b>Духовно-нравственное воспитание</b> развития сопереживания и формирования позитивного отношения к людям, в том числе к лицам с ограниченными возможностями здоровья и инвалидам <b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни</p>	<p>3  5</p>	<p>Сдача нормативов</p>
	<p>Лыжные эстафеты</p>	<p>Осваивать технику спуска на лыжах</p>	<p><b>Р.:</b> применять правила подбора одежды для занятий по лыжной подготовке. <b>П.:</b> контролировать физическую нагрузку по ЧСС. <b>К.:</b> взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техники передвижения на лыжах.</p>	<p><b>Гражданское воспитание</b> формирование активной гражданской позиции, гражданской позиции, гражданской ответственности, основанной на традиционных культурных, духовных и нравственных ценностях российского общества; <b>Физическое воспитание-</b> формирование у подрастающего поколения</p>	<p>1  5</p>	

				ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни		
<b>Спортивные игры, волейбол / 21 час</b>	Правила ТБ на уроках спортивных игр, волейбол	Знать технику передвижения на лыжах.	<p><b>Р.:</b> применять правила подбора одежды для занятий по лыжной подготовке.</p> <p><b>П.:</b> контролировать физическую нагрузку по ЧСС.</p> <p><b>К.:</b> взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техники передвижения на лыжах.</p>	<p><b>Духовно-нравственное воспитание</b> развития у детей нравственных чувств (чести, долга, справедливости, милосердия и дружелюбия)</p> <p><b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни</p>	3	5
	Стойка и перемещение игрока в волейболе	Изучают историю волейбола. Овладевают основными приемами игры в волейбол.	<p><b>Р.:</b> уважительно относиться к партнеру.</p> <p><b>П.:</b> моделировать технику игровых действий и приемов.</p> <p><b>К.:</b> взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технических действий волейбола.</p>	<p><b>Патриотическое воспитание</b> формирование российской гражданской идентичности</p> <p><b>Эстетическое воспитание</b> Популяризация российских культурных, нравственных и семейных ценностей</p> <p><b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и здоровому образу</p>	2	4
					5	

				жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания		
	Передача мяча сверху двумя руками на месте.	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно	Р.: уважительно относиться к сопернику и управлять своими эмоциями. П.: моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности.  К.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технических действий волейбола.	<b>Гражданское воспитание</b> развитие в детской среде ответственности, принципов коллективизма и социальной солидарности <b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек	1	5
	Передачи мяча сверху двумя руками в парах	Уметь демонстрировать технику приема и передачи мяча	Р.: использовать игру волейбол в организации активного отдыха.  П.: моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий.  К.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технических действий волейбола.	<b>Духовно-нравственное воспитание</b> развитие сопереживания и формирования позитивного отношения к людям, в том числе к лицам с ограниченными возможностями здоровья и инвалидам <b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в	3	5

				здоровом образе жизни		
	Передачи мяча над собой.	Осуществлять судейство игры.  Демонстрировать технику передачи мяча двумя руками сверху.	Р: оценка – устанавливать соответствие полученного результата поставленной цели.  П: общеучебные – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель; осознанно и произвольно строить сообщения в устной и письменной форме.  К: планирование учебного сотрудничества – задавать вопросы, строить высказывание	<b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания <b>Трудовое воспитание</b> формирования умений и навыков самообслуживания, потребности трудиться, добросовестного, ответственного и творческого отношения к разным видам трудовой деятельности, включая обучение и выполнение домашних обязанностей	5  6	
	Подача мяча	Описывать технику игровых действий и приемов волейбола.	Р: <i>коррекция</i> – вносить необходимые дополнения и изменения в план действий.  П: <i>общеучебные</i> – осознанно и произвольно строить сообщения в устной форме.  К: <i>планирование учебного сотрудничества</i> - определять общую цель и пути ее	<b>Патриотическое воспитание</b> формирование патриотизма, чувства гордости за свою Родину, готовности к защите интересов Отечества, ответственности за будущее России на основе развития программ патриотического воспитания детей, в том числе военно-патриотического воспитания <b>Физическое воспитание</b>	2  5	

			достижения	формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания		
Приём мяча двумя руками снизу	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно.	<p><b>Р:</b> <i>прогнозирование</i> предвидеть возможности получения конкретного результата при решении задачи.</p> <p><b>П:</b> <i>информационные</i> – получать и обрабатывать информацию; <i>общееучебные</i></p> <p>– ставить и формулировать проблемы.</p> <p><b>К:</b> <i>взаимодействие</i> – формулировать собственное мнение и позицию</p>	<p><b>Гражданское воспитание</b> развитие в детской среде ответственности, принципов коллективизма и социальной солидарности</p> <p><b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек</p>	1	5	
Приём мяча с подачи	Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок	<p>Р.- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- определять наиболее эффективные способы достижения результата; К.- осуществлять взаимный контроль в совместной</p>	<p><b>Патриотическое воспитание</b> формирование патриотизма, чувства гордости за свою Родину, готовности к защите интересов Отечества, ответственности за будущее</p> <p><b>Эстетическое воспитание</b> - популяризацию российских культурных, нравственных и семейных</p>	2	4	5



			деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих	ценностей <b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни		
	Комбинации из освоенных элементов, игра	Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение.	<b>Духовно-нравственное воспитание</b> формирования выраженной в поведении нравственной позиции, в том числе способности к сознательному выбору добра <b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания	3  5	
	Передачи мяча сверху, приём снизу	Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и	<b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек	5  6	

		нагрузок	межпредмет-ными понятиями, отражающи-ми существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение.	<b>Трудовое воспитание</b> развития навыков совместной работы, умения работать самостоятельно, мобилизуя необходимые ресурсы, правильно оценивая смысл и последствия своих действий		
	Приём мяча двумя руками снизу	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно	Р.-осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих; П.- владение основами самоконт-роля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности; К. - готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества	<b>Духовно-нравственное воспитание</b> развития сопереживания и формирования позитивного отношения к людям, в том числе к лицам с ограниченными возможностями здоровья и инвалидам <b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания	3  5	
	Передача и приём мяча через сетку в парах	Овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятель	Р.- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с	<b>Гражданское воспитание</b> развитие в детской среде ответственности, принципов коллективизма и	1	

		ность (режим дня, утрення зарядка, оздоровительные мероприятия	поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- определять наиболее эффективные способы достижения результата; К.- осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих	социальной солидарности <b>Эстетическое воспитание:</b> - популяризацию российских культурных, нравственных и семейных ценностей <b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек	4  5	
	Передача и приём мяча во встречных колоннах	Овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениям и из базовых видов спорта	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение.	<b>Духовно-нравственное воспитание</b> развития у детей нравственных чувств (чести, долга, справедливости, милосердия и дружелюбия) <b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни	3  5	
	Приём мяча с	Расширение двигательного	Р. - овладение способностью	<b>Патриотическое воспитание</b> формирование	2	

	подачи, игра	опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств	принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности	патриотизма, чувства гордости за свою Родину <b>Эстетическое воспитание:</b> популяризацию российских культурных, нравственных и семейных ценностей <b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактики наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек	4  5	
	Приём и передача мяча во встречных колоннах	Овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениями и из базовых видов спорта, умением использовать их игровой деятельности	Р.-определять наиболее эффективные способы достижения результата; П.- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; К.- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества	<b>Духовно-нравственное воспитание</b> развития сопереживания и формирования позитивного отношения к людям, в том числе к лицам с ограниченными возможностями здоровья и инвалидам <b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни	3  5	
	Подача	Описывают	Р.- формирование	<b>Гражданское воспитание</b>	1.	

	мяча, учебная игра	технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.	умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- определять наиболее эффективные способы достижения результата; К.- осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих	- формирование активной гражданской позиции <b>Эстетическое воспитание</b> - популяризацию российских культурных, нравственных и семейных ценностей	4.	
	Верхняя подача мяча, учебная игра	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.	Р.-осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих; П.- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности; К. - готовность конструктивно разрешать конфликты	<b>Духовно-нравственное воспитание</b> - содействия формированию у детей позитивных жизненных ориентиров и планов  <b>Физическое воспитание</b> - формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни	3  5	
	Приём мяча с подачи,	Описывают технику изучаемых	Р.-формирование умения понимать причины успеха/не-	<b>Патриотическое воспитание</b> - формирование российской	2	

	учебная игра	игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.	успеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; П.- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими связи между объектами и процессами, К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение	гражданской идентичности <b>Физическое воспитание</b> - формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания	5	
	Нападающий удар, блок	Овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениям и из базовых видов спорта, умением использовать их игровой деятельности	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. -овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности	<b>Эстетическое воспитание</b> - воспитание уважения к культуре, языкам, традициям и обычаям народов, проживающих в Российской Федерации <b>Физическое воспитание</b> - развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек	4 5	
	Подача, приём мяча, учебная	Овладение основами технических действий,	Р.-формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной	<b>Физическое воспитание</b> - формирование системы мотивации к активному и	5	



<p><b>Лёгкая атлетика / 10 часов</b></p>	<p>Т.Б по легкой атлетике. Высокий старт</p>	<p>Овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениям и из базовых видов спорта, умением использовать их игровой деятельности</p>	<p>Р.-формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; П.- овладение базовыми предметными и межпред-метными понятиями, отражающими связи между объектами и процессами, К.- умение формулировать, аргументиро-вать и отстаивать своё мнение</p>	<p><b>Духовно-нравственное воспитание</b> развития у детей нравственных чувств (честь, долга, справедливости, милосердия и дружелюбия)</p> <p><b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни</p>	<p>3          5</p>	
	<p>Стартовый разгон, финиширование.</p>	<p>Выполняют бег с максимальной скоростью 30м.</p>	<p>Р.-формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; П.- овладение базовыми предметными и межпред-метными понятиями, отражающими связи между объектами и процессами, К.- умение формулировать, аргументиро-вать и отстаивать своё мнение</p>	<p><b>Патриотическое воспитание</b> формирование российской гражданской идентичности</p> <p><b>Эстетическое воспитание</b> Популяризация российских культурных, нравственных и семейных ценностей</p> <p><b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания</p>	<p>2       4    5</p>	



	Стартовый разгон, ускорение	Выполняют бег с максимальной скоростью 40-50м.	<p><b>Р:</b> целеполагание: формулировать и удерживать учебную задачу;</p> <p><b>П:</b> общеучебные: использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми.</p> <p><b>К:</b> инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью</p>	<p><b>Гражданское воспитание</b> развитие в детской среде ответственности, принципов коллективизма и социальной солидарности</p> <p><b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек</p>	1	
	Бег 60 метров на результат	Выполняют бег с максимальной скоростью 30м.	<p><b>Р:</b> целеполагание: формулировать и удерживать учебную задачу.</p> <p><b>П:</b> общеучебные: использовать общие приемы решения поставленных задач.</p> <p><b>К:</b> инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – формулировать собственное мнение</p>	<p><b>Духовно-нравственное воспитание</b> развитие сопереживания и формирования позитивного отношения к людям, в том числе к лицам с ограниченными возможностями здоровья и инвалидам</p> <p><b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни</p>	3	Сдача нормативов
					5	

	Бег на средние и длинные дистанции и	Выполняют бег с максимальной скоростью 60м.	Р.- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- определять наиболее эффективные способы достижения результата; К.- осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих	<b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания <b>Трудовое воспитание</b> формирования умений и навыков самообслуживания, потребности трудиться, добросовестного, ответственного и творческого отношения к разным видам трудовой деятельности, включая обучение и выполнение домашних обязанностей	5 6	
	Бег в гору, бег по дистанции и	Выполняют бег с максимальной скоростью 60м. Уметь правильно финишировать.	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной	<b>Патриотическое воспитание</b> формирование патриотизма, чувства гордости за свою Родину, готовности к защите интересов Отечества, ответственности за будущее России на основе развития программ патриотического воспитания детей, в том числе военно-патриотического воспитания <b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и	2 5	

			деятельности	здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания		
Эстафетный бег	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств	<p><b>Р:</b> <i>целеполагание</i>-преобразовывать практическую задачу в образовательную.</p> <p><b>П:</b> <i>общеучебные</i> осознанно строить сообщения в устной форме.</p> <p><b>К:</b> <i>взаимодействующие</i> - задавать вопросы, формулировать свою позицию</p>	<p><b>Гражданское воспитание</b> развитие в детской среде ответственности, принципов коллективизма и социальной солидарности</p> <p><b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек</p>	1	5	
Бег 1000м на результат	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств	<p><b>Р:</b> <i>планирование</i> – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации</p> <p><b>П:</b> <i>общеучебные</i> – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.</p> <p><b>К:</b> <i>инициативное сотрудничество</i> слушать учителя, вести диалог, строить монологические высказывания</p>	<p><b>Патриотическое воспитание</b> формирование патриотизма, чувства гордости за свою Родину, готовности к защите интересов Отечества, ответственности за будущее</p> <p><b>Эстетическое воспитание</b> - популяризацию российских культурных, нравственных и семейных ценностей</p> <p><b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения</p>	2	4	Сдача нормативов
					5	

				ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни		
Метание мяча на дальность	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств	<p><b>Р:</b> <i>целеполагание</i> формулировать и удерживать учебную задачу; <i>планирование</i> – выбрать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.</p> <p><b>П:</b> <i>общеучебные</i> использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми.</p> <p><b>К:</b> <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью</p>	<p><b>Духовно-нравственное воспитание</b> формирования выраженной в поведении нравственной позиции, в том числе способности к сознательному выбору добра</p> <p><b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания</p>	3	5	
Метание мяча на дальность на результат	Расширение двигательного опыта за счет упражнений	<p><b>Р:</b> <i>целеполагание-преобразовывать</i> практическую задачу в образовательную.</p> <p><b>П:</b> <i>общеучебные</i> осознанно строить сообщения в устной форме.</p> <p><b>К:</b> <i>взаимодействующие</i> - задавать вопросы,</p>	<p><b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек</p> <p><b>Трудовое</b></p>	5	6	Сдача нормативов

			формулировать свою позицию	<b>воспитание</b> развития навыков совместной работы, умения работать самостоятельно, мобилизуя необходимые ресурсы, правильно оценивая смысл и последствия своих действий		
<b>Лапта /6 часов</b>	Лапта. Правила игры.	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности	<b>Духовно-нравственное воспитание</b> развития сопереживания и формирования позитивного отношения к людям, в том числе к лицам с ограниченными возможностями здоровья и инвалидам <b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания	3  5	
	Подача мяча, осаливание.	Взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения игры	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности,	<b>Гражданское воспитание</b> развитие в детской среде ответственности, принципов коллективизма и социальной солидарности <b>Эстетическое воспитание:</b> - популяризацию российских	1  4	

				культурных, нравственных и семейных ценностей <b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек	5	
	Осаливание и самоосливание.	Взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения игры	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности	<b>Духовно-нравственное воспитание</b> развитие у детей нравственных чувств (чести, долга, справедливости, милосердия и дружелюбия) <b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни	3  5	
	Самоосливание	Взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения игры	Р: <i>целеполагание</i> – формулировать и удерживать учебную задачу. П: <i>общеучебные</i> – контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. <i>взаимодействие</i> –	<b>Патриотическое воспитание</b> формирование патриотизма, чувства гордости за свою Родину <b>Эстетическое воспитание:</b> популяризацию российских	2  4	

			формулировать собственное мнение и позицию	культурных, нравственных и семейных ценностей <b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек	5	
	Подача мяча, ловля, игра	взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения игры	Р: <i>целеполагание</i> – формулировать и удерживать учебную задачу. П: <i>общеучебные</i> – контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. К: <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью	<b>Духовно-нравственное воспитание</b> развития сопереживания и формирования позитивного отношения к людям, в том числе к лицам с ограниченными возможностями здоровья и инвалидам <b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни	3  5	
	Учебная игра в лапту	взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр	Р: <i>целеполагание</i> – формулировать и удерживать учебную задачу. П: <i>общеучебные</i> – контролировать и оценивать процесс и результат деятельности.	<b>Духовно-нравственное воспитание</b> развития у детей нравственных чувств (чести, долга, справедливости, милосердия и дружелюбия	3  5	

				<b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни		
--	--	--	--	---	--	--

### Модуль Школьный урок

Школьный урок призван формировать у учащихся жизненную стратегию: активная образовательная деятельность для достижения успешного результата. На уроках путем многократного упражнения достигается баланс послушания и ответственности, инициативности и исполнительности, свободы выбора и регламентированность. Воспитательный потенциал урока высок и реализуется через различные стороны функционирования классно-урочной системы современной школы. Основой развивающей образовательной системы становится воспитание и обучение учащихся. Получение фундаментальных знаний в школе важно, однако образование личности должно быть сориентировано не только на усвоение определенной суммы знаний, но и в первую очередь на развитие самостоятельности, личной ответственности, созидательных способностей и качеств человека, позволяющих ему учиться, действовать и эффективно взаимодействовать в социуме. Поэтому школьный урок играет важную роль в воспитательной системе образования.

Реализация воспитательного потенциала содержания учебных программ достигается при условии:

- решения воспитательных задач в ходе каждого урока в единстве с задачами обучения и развития личности школьника;
- целенаправленного отбора содержания и форм учебного материала, представляющего ученикам образцы подлинной нравственности;
- использования современных образовательных технологий;
- организации творческой исследовательской и проектной деятельности учащихся на уроке и во внеурочное время.

Воспитательные задачи урока:

- формирование основных мировоззренческих понятий;
- развитие эстетических чувств;
- воспитание нравственных качеств (патриотизм, гуманизм, активная жизненная позиция и др.);
- формирование навыка соблюдения этических норм;
- привитие аккуратности, сосредоточенности, ответственности;
- воспитание сознательного отношения к процессу обучения и к любой другой деятельности;
- формирование бережного отношения к окружающему миру;
- воспитание чувства товарищества, взаимопомощи, сочувствия, сострадания.

Реализация школьными педагогами воспитательного потенциала урока предполагает следующее:

- установление доверительных отношений между учителем и его учениками;
- побуждение школьников соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (учителями) и сверстниками (учащимися), принципы учебной дисциплины и самоорганизации;
- привлечение внимания школьников к ценностному аспекту изучаемых на



уроках явлений, организация их работы с получаемой на уроке социально значимой информацией – инициирование ее обсуждения, высказывания учащимися своего мнения по ее поводу, выработки своего к ней отношения;

- использование воспитательных возможностей содержания учебного предмета через демонстрацию детям примеров ответственного, гражданского поведения, проявления человеколюбия и добросердечности, через подбор соответствующих текстов для чтения, задач для решения, проблемных ситуаций и кейсов для обсуждения в классе;

- применение на уроке интерактивных форм работы учащихся: интеллектуальных, деловых, ситуационных игр, стимулирующих познавательную мотивацию школьников; дискуссий, дебатов, которые дают учащимся возможность приобрести опыт ведения конструктивного диалога; групповой работы или работы в парах, которые учат школьников командной работе и взаимодействию с другими детьми;

- включение в урок игровых процедур, в том числе использование настольных игр, которые помогают поддержать мотивацию детей к получению знаний, налаживанию позитивных межличностных отношений в классе, помогают установлению доброжелательной атмосферы во время урока;

- организация шефства, наставничества мотивированных и эрудированных учащихся над их неуспевающими одноклассниками, дающего школьникам социально значимый опыт сотрудничества и взаимопомощи;

- инициирование и поддержка исследовательской деятельности школьников в рамках реализации ими индивидуальных и групповых исследовательских проектов как возможность приобрести навык самостоятельного решения теоретической проблемы, навык генерирования и оформления собственных идей, навык уважительного отношения к чужим идеям, оформленным в работах других исследователей, навык публичного выступления перед аудиторией, аргументирования и отстаивания своей точки зрения;

- организация деятельности, предполагающей использование современных инструментов образования (социальные сети, интернет-платформы для обучения, вебинары, онлайн-квесты, сетевые сообщества).

Виды уроков:

- Онлайн-урок
- Дистанционный урок

## 8 класс

Тематический раздел/ часы	Контролируемые элементы содержания (КЭС)	Планируемые результаты			Направление воспитательной деятельности	Оценка и контроль
		Предметные УУД	Метапредметные УУД	Личностные УУД		
Лёгкая атлетика / 11	Вводный инструктаж.	Знать разновидности	П. Правильно выполнять движения при	Гражданское воспитание	1	

<b>часов</b>	Техника безопасности.	ходьбы. Распределять свои силы во время продолжительного бега	ходьбе и беге. Пробегать с максимальной скоростью до 60 м <b>К.</b> Использовать общие приемы решения поставленных задач <b>Р.</b> Планировать наиболее эффективные способы достижения результата.	формирование активной гражданской позиции, гражданской ответственности, основанной на традиционных культурных, духовных и нравственных ценностях российского общества; <b>Физическое воспитание-</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни	5	
	Техника спринтерского бега.	Распределять свои силы во время бега; выполнять упражнения по профилактике нарушения осанки выполнять легкоатлетические упражнения (ходьба, бег); технически правильно держать корпус и руки в медленном беге в сочетании с дыханием	<b>П.</b> Правильно выполнять движения при ходьбе и беге. Пробегать с максимальной скоростью до 60 м <b>К.</b> использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. <b>Р.</b> формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной	<b>Духовно-нравственное воспитание</b> развития у детей нравственных чувств (чести, долга, справедливости, милосердия и дружелюбия)  <b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни	3  5	

			задачей и условиями ее реализации				
	Высокий старт. Эстафетный бег.	Знать и уметь выполнять технику прыжков.	<p><b>П.</b> Правильно выполнять движения при ходьбе и беге. Пробегать с максимальной скоростью до 60 м</p> <p><b>К.</b> определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями</p> <p><b>Р.</b> Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации</p>	<p><b>Патриотическое воспитание</b> формирование российской гражданской идентичности</p> <p><b>Эстетическое воспитание</b> Популяризация российских культурных, нравственных и семейных ценностей</p> <p><b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания</p>	2		
					4		
					5		
	Бег по дистанции. Финиширование.	Распределять свои силы во время бега; выполнять, технически правильно держать корпус и руки в медленном беге в сочетании с дыханием	<p><b>П.</b> Правильно выполнять движения при ходьбе и беге. Пробегать с максимальной скоростью до 60 м</p> <p><b>К.</b> использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми.</p> <p><b>Р.</b> формирование умения</p>	<p><b>Гражданское воспитание</b> развитие в детской среде ответственности, принципов коллективизма и социальной солидарности</p> <p><b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек</p>	1		
					5		

			планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата.		
	Стартовый разгон, ускорение	<p>Описывать технику метания малого мяча.</p> <p>Осваивать технику метания малого мяча.</p> <p>Соблюдать правила техники безопасности при метании малого мяча.</p> <p>Проявлять качества силы, быстроты и координации при метании малого мяча</p>	<p><b>П.</b> Уметь правильно выполнять движения при метании различными способами; метать мяч в цель.</p> <p><b>К.</b> Формулировать учебные задачи вместе с учителем; коррекция – вносить изменения в план действия..</p> <p><b>Р.</b> Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата.</p>	<p><b>Духовно-нравственное воспитание</b> развитие сопереживания и формирования позитивного отношения к людям, в том числе к лицам с ограниченными возможностями здоровья и инвалидам</p> <p><b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни</p>	<p>3</p> <p>5</p>

	Бег 60 м на результат.	Уметь с максимальной скоростью пробегать 60 м на результат	<b>П.</b> Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями <b>К.</b> планирование учебного сотрудничества – определять общую цель и пути ее достижения <b>Р.</b> планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее решения.	<b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания <b>Трудовое воспитание</b> формирования умений и навыков самообслуживания, потребности трудиться, добросовестного, ответственного и творческого отношения к разным видам трудовой деятельности, включая обучение и выполнение домашних обязанностей	5 6	Сдача нормативов
	Прыжок в длину с разбега	Уметь выполнять технику прыжка в длину с разбега	<b>П.</b> Уметь правильно выполнять о движения при метании различными способами; метать мяч в цель. <b>К.</b> Формулировать учебные задачи вместе с учителем; коррекция – вносить изменения в план действия.. <b>Р.</b> Планировать эффективные способы достижения результата.	<b>Патриотическое воспитание</b> формирование патриотизма, чувства гордости за свою Родину, готовности к защите интересов Отечества, ответственности за будущее России на основе развития программ патриотического воспитания детей, в том числе военно-патриотического воспитания <b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания	2 5	

	Прыжок в длину, отталкивание.	Уметь выполнять технику прыжка в длину с разбега	<p><b>П.</b> Уметь правильно выполнять о движения при метании различными способами; метать мяч в цель.</p> <p><b>К.</b> Формулировать учебные задачи вместе с учителем</p> <p><b>Р.</b> Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия</p>	<p><b>Гражданское воспитание</b> развитие в детской среде ответственности, принципов коллективизма и социальной солидарности</p> <p><b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек</p>	1  5	
	Прыжок в длину, приземление	<i>Уметь</i> выполнять прыжок в длину с 11–13 беговых шагов, технически правильно отталкиваться и приземляться.	<p><b>П.</b> Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями</p> <p><b>К.</b> планирование учебного сотрудничества – определять общую цель и пути ее достижения</p> <p><b>Р.</b> планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее решения.</p>	<p><b>Патриотическое воспитание</b> формирование патриотизма, чувства гордости за свою Родину, готовности к защите интересов Отечества, ответственности за будущее</p> <p><b>Эстетическое воспитание</b> - популяризацию российских культурных, нравственных и семейных ценностей</p> <p><b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни</p>	2  4  5	

	Техника бега на средние дистанции	Умение распределять силы по дистанции	<p><b>П.</b> Правильно выполнять движения при прыжке; прыгать в длину с места и с разбега.</p> <p><b>К.</b> использовать общие приемы решения поставленных задач.</p> <p><b>Р.</b> Формирование умения планировать, определять наиболее эффективные способы достижения результата.</p>	<p><b>Духовно-нравственное воспитание</b> формирования выраженной в поведении нравственной позиции, в том числе способности к сознательному выбору добра</p> <p><b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания</p>	3  5	
	Бег 1000 м на результат	Умение распределять силы по дистанции	<p><b>П.</b> Правильно выполнять движения при прыжке; прыгать в длину с места и с разбега.</p> <p><b>К.</b> использовать общие приемы решения поставленных задач.</p> <p><b>Р.</b> контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации</p>	<p><b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек</p> <p><b>Трудовое воспитание</b> развития навыков совместной работы, умения работать самостоятельно, мобилизуя необходимые ресурсы, правильно оценивая смысл и последствия своих действий</p>	5  6	Сдача нормативов

<p><b>Русская лапта / 4 часа</b></p>	<p>Техника безопасности и. Правила игры в лапту.</p>	<p>Знать правила игры в лапту</p>	<p><b>П.</b> Правильно выполнять движения при прыжке; прыгать в длину с разбега. <b>К.</b> использовать общие приемы решения поставленных задач. <b>Р.</b> Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей</p>	<p><b>Духовно-нравственное воспитание</b> развития сопереживания и формирования позитивного отношения к людям, в том числе к лицам с ограниченными возможностями здоровья и инвалидам <b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания</p>	<p>3  5</p>	
	<p>Ловля и передача мяча в парах</p>	<p>Уметь ловить мяч при передаче</p>	<p><b>П.</b> Правильно выполнять движения при прыжке; прыгать в длину с разбега. <b>К.</b> использовать общие приемы решения поставленных задач. <b>Р.</b> Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия</p>	<p><b>Гражданское воспитание</b> развитие в детской среде ответственности, принципов коллективизма и социальной солидарности <b>Эстетическое воспитание:</b> - популяризацию российских культурных, нравственных и семейных ценностей <b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек</p>	<p>1  4  5</p>	



	Осаливание, самоосаливание	Моделировать технику выполнения игровых действий, в зависимости и от изменения задач	<p><b>П.</b> Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями</p> <p><b>К.</b> планирование учебного сотрудничества – определять общую цель и пути ее достижения</p> <p><b>Р.</b> планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее решения.</p>	<p><b>Духовно-нравственное воспитание</b> развития у детей нравственных чувств (чести, долга, справедливости, милосердия и дружелюбия</p> <p><b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни</p>	3  5	
	Учебная игра в лапту	Уметь технически правильно играть в лапту	<p><b>К.</b> использовать общие приемы решения поставленных задач.</p> <p><b>Р.</b> Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации</p>	<p><b>Патриотическое воспитание</b> формирование патриотизма, чувства гордости за свою Родину</p> <p><b>Эстетическое воспитание:</b> популяризацию российских культурных, нравственных и семейных ценностей</p> <p><b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактики наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек</p>	2  4  5	
<b>Спортивные игры: баскетбол / 10 часов</b>	Техника безопасности и Баскетбол.	Знать и соблюдать ТБ при занятиях баскетболом	<p><b>П.</b> Правильно выполнять движения при прыжке</p> <p><b>К.</b> использовать общие приемы решения поставленных задач.</p> <p><b>Р.</b> Формирование умения планировать, контролировать и</p>	<p><b>Духовно-нравственное воспитание</b> развития сопереживания и формирования позитивного отношения к людям, в том числе к лицам с ограниченными возможностями здоровья и инвалидам</p> <p><b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения</p>	3  5	

			оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей	ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни		
	Передачи мяча, броски в кольцо	Знать технику передач мяча, и технику бросков в кольцо	<b>Регулятивные</b> - умения принимать и сохранять учебную задачу, направленную на формирование и развитие двигательных качеств (скоростно-силовой направленности)	<b>Гражданское воспитание</b> формирование активной гражданской позиции, гражданской ответственности, основанной на традиционных культурных, духовных и нравственных ценностях российского общества; <b>Физическое воспитание</b> - формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни	1	
	Личная защита. Учебная игра.	Знать и уметь применять технику личной защиты.	<b>П.</b> Правильно выполнять технику личной защиты <b>К.</b> характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, спортивными играми. <b>Р.</b> формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей	<b>Духовно-нравственное воспитание</b> развития у детей нравственных чувств (чести, долга, справедливости, милосердия и дружелюбия) <b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни	3	5
	Техника игры в	Знать и уметь	<b>П.</b> Уметь выполнять	<b>Патриотическое воспитание</b>	2	

	нападении	выполнять технику игры в нападении	строевые команды, висы на перекладине <b>К.</b> инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью, слушать собеседника <b>Р.</b> планирование – выполнять действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.	формирование российской гражданской идентичности <b>Эстетическое воспитание</b> Популяризация российских культурных, нравственных и семейных ценностей <b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания	4 5	
	Техника игры в защите	Выбор правильной защиты	<b>П.</b> Уметь выполнять <b>К.</b> инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью, слушать собеседника <b>Р.</b> планирование – выполнять действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.	<b>Гражданское воспитание</b> развитие в детской среде ответственности, принципов коллективизма и социальной солидарности <b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек	1 5	
	Позиционное нападение	Выбор правильной позиции игрока	<b>П.</b> Уметь выполнять <b>К.</b> инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью, слушать собеседника <b>Р.</b> планирование – выполнять действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.	<b>Духовно-нравственное воспитание</b> развитие сопереживания и формирования позитивного отношения к людям, в том числе к лицам с ограниченными возможностями здоровья и инвалидам <b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности	3 5	

				в здоровом образе жизни		
	Тактика игры в защите	Знать и уметь применять в игре тактику игры в защите	<p><b>П.</b> Уметь выполнять</p> <p><b>К.</b> инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью, слушать собеседника</p> <p><b>Р.</b> планирование – выполнять действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.</p>	<p><b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания</p> <p><b>Трудовое воспитание</b> формирования умений и навыков самообслуживания, потребности трудиться, добросовестного, ответственного и творческого отношения к разным видам трудовой деятельности, включая обучение и выполнение домашних обязанностей</p>	5	
	Тактика свободного нападения	Знать и уметь выполнять тактику нападения	<p><b>П.</b> Уметь выполнять</p> <p><b>К.</b> инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью, слушать собеседника</p> <p><b>Р.</b> планирование – выполнять действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.</p>	<p><b>Патриотическое воспитание</b> формирование патриотизма, чувства гордости за свою Родину, готовности к защите интересов Отечества, ответственности за будущее России на основе развития программ патриотического воспитания детей, в том числе военно-патриотического воспитания</p> <p><b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания</p>	2	
	Подбор мяча из под щита, игра	Технически правильно выполнять	<p><b>П.</b> Уметь выполнять</p> <p><b>К.</b> инициативное</p>	<b>Гражданское воспитание</b> развитие в детской среде	1	

		подбор мяча из под кольца	сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью, слушать собеседника <b>Р.</b> планирование – выполнять действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.	ответственности, принципов коллективизма и социальной солидарности <b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек	5	
	Штрафной бросок, учебная игра 3*3	Соблюдать правила игры	<b>П.</b> Уметь выполнять <b>К.</b> инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью, слушать собеседника <b>Р.</b> планирование – выполнять действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.	<b>Патриотическое воспитание</b> формирование патриотизма, чувства гордости за свою Родину, готовности к защите интересов Отечества, ответственности за будущее <b>Эстетическое воспитание</b> - популяризацию российских культурных, нравственных и семейных ценностей <b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни	2  4  5	
<b>Гимнастика / 12 часов</b>	Техника безопасности и на уроках гимнастики. Висы.	Знать и соблюдать ТБ Выполнять висы	<b>П.</b> Уметь выполнять <b>К.</b> инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью, слушать собеседника <b>Р.</b> планирование – выполнять действия в соответствии с поставленной	<b>Духовно-нравственное воспитание</b> формирования выраженной в поведении нравственной позиции, в том числе способности к сознательному выбору добра <b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям	3  5	

			задачей	физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания		
	Строевые упражнения, висы и упоры.	Закрепить умения в висах и упорах	<b>П.</b> Уметь выполнять <b>К.</b> инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью, слушать собеседника <b>Р.</b> планирование – выполнять действия в соответствии с поставленной задачей	<b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек <b>Трудовое воспитание</b> развития навыков совместной работы, умения работать самостоятельно, мобилизуя необходимые ресурсы, правильно оценивая смысл и последствия своих действий	5 6	
	Выход силой, подъём переворотом	Уметь технически правильно выполнять	<b>П.</b> Уметь выполнять <b>К.</b> инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью, слушать собеседника <b>Р.</b> планирование – выполнять действия в соответствии с поставленной задачей	<b>Духовно-нравственное воспитание</b> развития сопереживания и формирования позитивного отношения к людям, в том числе к лицам с ограниченными возможностями здоровья и инвалидам <b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания	3 5	
	Лазание по канату, упражнения на гибкость	выполнять технически правильно лазание по канату	<b>П.</b> Уметь выполнять строевые команды, акробатические элементы отдельно и в комбинации <b>К.</b> инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за	<b>Гражданское воспитание</b> развитие в детской среде ответственности, принципов коллективизма и социальной солидарности <b>Эстетическое воспитание:</b> - популяризацию	1 4	

			помощью, слушать собеседника <b>Р.</b> планирование – выполнять действия в соответствии с поставленной задачей	российских культурных, нравственных и семейных ценностей <b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек	5	
	Опорный прыжок, разбег	Знать технику опорного прыжка	<b>П.</b> Осмысление, объяснение своего двигательного опыта. Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений <b>К.</b> Умение объяснять ошибки при выполнении упражнений. <b>Р.</b> Умение планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения.	<b>Духовно-нравственное воспитание</b> развития у детей нравственных чувств (чести, долга, справедливости, милосердия и дружелюбия <b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни	3  5	
	Опорный прыжок, полёт и приземление	Знать технику опорного прыжка	<b>П.</b> Осмысление, объяснение своего двигательного опыта. Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений <b>К.</b> Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах	<b>Патриотическое воспитание</b> формирование патриотизма, чувства гордости за свою Родину <b>Эстетическое воспитание:</b> популяризацию российских культурных, нравственных и семейных ценностей <b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности,	2  4  5	





			технику выполнения упражнений	здоровью и потребности в здоровом образе жизни		
	Стойка на голове и руках, равновесие	Знать технику и уметь правильно выполнять акробатические элементы	<p><b>П.</b> Осмысление, объяснение своего двигательного опыта.</p> <p>Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений</p> <p><b>К.</b> Умение объяснять ошибки при выполнении упражнений.</p> <p><b>Р.</b> Умение планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения.</p>	<p><b>Духовно-нравственное воспитание</b> развития у детей нравственных чувств (чести, долга, справедливости, милосердия и дружелюбия)</p> <p><b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни</p>	3	
	Длинный кувырок, «Мост», равновесие	Знать технику и уметь правильно выполнять акробатические элементы	<p><b>П.</b> Осмысление, объяснение своего двигательного опыта.</p> <p>Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений</p> <p><b>К.</b> Умение объяснять ошибки при выполнении упражнений.</p> <p><b>Р.</b> Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации мест занятий.</p>	<p><b>Патриотическое воспитание</b> формирование российской гражданской идентичности</p> <p><b>Эстетическое воспитание</b> Популяризация российских культурных, нравственных и семейных ценностей</p> <p><b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания</p>	2	
	Акробатичес	Знать	<b>П.</b> Осмысление	<b>Гражданское</b>	1	

	кая комбинация	технику и уметь правильно выполнять акробатические элементы	техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений. <b>К.</b> Умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, сохранять хладнокровие, сдержанность, рассудительность. Умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами урока, владение специальной терминологией. <b>Р.</b> давать объективную оценку технике выполнения упражнений на основе освоенных знаний и имеющегося опыта.	<b>воспитание</b> развитие в детской среде ответственности, принципов коллективизма и социальной солидарности <b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактики наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек	5	
	Акробатическая комбинация - учёт	Знать технику и уметь правильно выполнять акробатические элементы	<b>П.</b> Осмысление, объяснение своего двигательного опыта. Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений <b>К.</b> Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений.	<b>Духовно-нравственное воспитание</b> развитие сопереживания и формирования позитивного отношения к людям, в том числе к лицам с ограниченными возможностями здоровья и инвалидам <b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни	3           5	Учёт техники выполнения акробатической комбинации

			Умение объяснять ошибки при выполнении упражнений.			
<b>Лыжня я подгот овка / 12 часов</b>	Техника безопасности и при проведении занятий по лыжной подготовке.	Знать и соблюдать технику безопасности при проведении и занятий лыжной подготовкой	<b>П.</b> Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений. <b>К.</b> Умение управлять эмоциями при общении со сверстниками <b>Р.</b> Умение характеризовать, выполнять задание в соответствии с целью и анализировать технику выполнения упражнений	<b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания <b>Трудовое воспитание</b> формирования умений и навыков самообслуживания, потребности трудиться, добросовестного, ответственного и творческого отношения к разным видам трудовой деятельности, включая обучение и выполнение домашних обязанностей	5  6	
	Одновременный одношажный ход	Уметь: передвигаться в одновременном одношажном ходе.	<b>П.</b> Осмысление, объяснение своего двигательного опыта. Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений <b>К.</b> Формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах при разучивании упражнений. Умение объяснять ошибки при выполнении упражнений. <b>Р.</b> Умение организовать самостоятельную деятельность с учетом требований ее безопасности	<b>Патриотическое воспитание</b> формирование патриотизма, чувства гордости за свою Родину, готовности к защите интересов Отечества, ответственности за будущее России на основе развития программ патриотического воспитания детей, в том числе военно-патриотического воспитания <b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания	2  5	

	Одновременный двухшажный ход.	Уметь: Переходить с попеременного двухшажного хода на одновременный одношажный ход.	<b>П.</b> Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений. <b>К.</b> Умение управлять эмоциями при общении со сверстниками <b>Р.</b> давать объективную оценку технике выполнения упражнений на основе освоенных знаний и имеющегося опыта.	<b>Гражданское воспитание</b> развитие в детской среде ответственности, принципов коллективизма и социальной солидарности <b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактики наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек	1	5		
	Одновременный двухшажный ход, стартовый вариант	Зать и уметь применять технику лыжных ходов	<b>П.</b> Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений. <b>К.</b> Умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми <b>Р.</b> Умение технически правильно выполнять двигательные действия	<b>Патриотическое воспитание</b> формирование патриотизма, чувства гордости за свою Родину, готовности к защите интересов Отечества, ответственности за будущее <b>Эстетическое воспитание</b> - популяризацию российских культурных, нравственных и семейных ценностей <b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни	2	4	5	
	Попеременный четырёхшажный ход	Зать и уметь применять технику лыжных ходов	<b>П.</b> Осмысление, объяснение своего двигательного опыта. Осознание важности освоения универсальных	<b>Духовно-нравственное воспитание</b> формирования выраженной в поведении нравственной позиции, в том числе способности к сознательному выбору	3			

			<p>умений связанных с выполнением упражнений  <b>К.</b> Умение объяснять ошибки при выполнении упражнений.  <b>Р.</b> Умение планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения.</p>	<p>добра  <b>Физическое воспитание</b>  формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания</p>	5	
	<p>Попеременный четырёхшажный ход</p>	<p>Зать и уметь применять технику лыжных ходов</p>	<p><b>Р:</b> <i>саморегуляция</i> – стабилизировать эмоциональное состояние для решения различных задач.  <b>П:</b> <i>общеучебные</i> – самостоятельно создавать фон деятельности для решения проблем или ситуаций различного характера.  <b>К:</b> <i>взаимодействие</i> – формировать собственное мнение и позицию; координировать и принимать различные позиции во взаимодействии</p>	<p><b>Физическое воспитание</b>  развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек  <b>Трудовое воспитание</b>  развития навыков совместной работы, умения работать самостоятельно, мобилизуя необходимые ресурсы, правильно оценивая смысл и последствия своих действий</p>	5  6	
	<p>Техника спусков и подъемов на склонах.</p>	<p>Зать и уметь применять технику лыжных ходов</p>	<p><b>Р:</b> <i>прогнозирование</i> – предвидеть возможности получения конкретного результата при решении задачи.  <b>П:</b> <i>информационные</i> – получать и обрабатывать информацию;  <i>общеучебные</i> – ставить и формулировать проблемы.</p>	<p><b>Духовно-нравственное воспитание</b> развития сопереживания и формирования позитивного отношения к людям, в том числе к лицам с ограниченными возможностями здоровья и инвалидам  <b>Физическое воспитание</b>  формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие</p>	3  5	

			<b>К: взаимодействие</b> – формулировать собственное мнение и позицию	культуры здорового питания		
Торможение и поворот «плугом».	Зать и уметь применять технику торможения и поворотов	<b>Р: прогнозирование</b> – предвидеть возможности получения конкретного результата при решении задачи. <b>П:</b> <i>информационные</i> – получать и обрабатывать информацию; <i>общеучебные</i> – ставить и формулировать проблемы. <b>К: взаимодействие</b> – формулировать собственное мнение и позицию	<b>Гражданское воспитание</b> развитие в детской среде ответственности, принципов коллективизма и социальной солидарности <b>Эстетическое воспитание:</b> - популяризацию российских культурных, нравственных и семейных ценностей <b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек	1  4  5		
Спуски и подъемы на склонах.	Уметь и правильно выполнять технику спусков и подъемов	<b>П.</b> Осмысление техники выполнения разучиваемых заданий и упражнений. <b>К.</b> Умение управлять эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми характеризовать	<b>Духовно-нравственное воспитание</b> развитие у детей нравственных чувств (чести, долга, справедливости, милосердия и дружелюбия) <b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни	3  5		
Коньковый ход	Соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время	<b>П.</b> Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями <b>К.</b> планирование учебного сотрудничества – определять общую	<b>Патриотическое воспитание</b> формирование патриотизма, чувства гордости за свою Родину <b>Эстетическое воспитание:</b> популяризацию	2  4		

		занятий	цель и пути ее достижения; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности <b>Р.</b> планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее решения.	российских культурных, нравственных и семейных ценностей <b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек	5	
	Прохождение дистанции 3 км.	Уметь применять технику лыжных ходов	<b>П.</b> Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями <b>К.</b> планирование учебного сотрудничества – определять общую цель и пути ее достижения; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности <b>Р.</b> планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее решения.	<b>Духовно-нравственное воспитание</b> развития сопереживания и формирования позитивного отношения к людям, в том числе к лицам с ограниченными возможностями здоровья и инвалидам <b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни	3         5	Сдача нормативов
	Лыжные эстафеты	Знать и технически правильно выполнять эстафеты	<b>П.</b> Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями <b>К.</b> планирование учебного сотрудничества <b>Р.</b> планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее решения.	<b>Гражданское воспитание</b> формирование активной гражданской позиции, гражданской ответственности, основанной на традиционных культурных, духовных и нравственных ценностях российского общества; <b>Физическое воспитание-</b>	1	

				формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни	5	
<b>Спортивные игры / волейбол 12 часов</b>	Волейбол. Техника безопасности	Соблюдать правила поведения и предупреждения травматизма во время занятий	Р.: использовать игровые действия баскетбола для развития физических качеств.П.: моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий.  К.: соблюдать правила безопасности.	<b>Духовно-нравственное воспитание</b> развития у детей нравственных чувств (чести, долга, справедливости, милосердия и дружелюбия)  <b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни	3  5	
	Передача мяча в тройках после перемещения.	Освоить комбинации и игры в волейбол	Р.: использовать игровые действия волейбола для развития физических качеств.П.: моделировать технику игровых действий и приемов К.: соблюдать правила	<b>Патриотическое воспитание</b> формирование российской гражданской идентичности <b>Эстетическое воспитание</b> Популяризация российских культурных, нравственных и семейных ценностей <b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания	2  4  5	
	Передача мяча во	Осваивать технику	Р.: использовать игровые действия	<b>Гражданское воспитание</b> развитие в	1	



	встречных колоннах	игровых действий и приемов самостоятельно	баскетбола для развития физических качеств. П.: моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий. К.: соблюдать правила безопасности	детской среде ответственности, принципов коллективизма и социальной солидарности <b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек	5	
	Передача и приём мяча сверху	Осваивать технику игровых действий и приемов самостоятельно.	Р.: использовать игровые действия баскетбола для развития физических качеств. П.: моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий. К.: соблюдать правила безопасности	<b>Духовно-нравственное воспитание</b> развитие сопереживания и формирования позитивного отношения к людям, в том числе к лицам с ограниченными возможностями здоровья и инвалидам <b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни	3  5	
	Подача мяча, приём мяча с подачи	Владеть техникой игры.	Р: <i>целеполагание</i> – формулировать и удерживать учебную задачу. П: <i>общеучебные</i> – контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. К: <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью	<b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания <b>Трудовое воспитание</b> формирования умений и навыков самообслуживания, потребности трудиться, добросовестного,	5  6	

				ответственного и творческого отношения к разным видам трудовой деятельности, включая обучение и выполнение домашних обязанностей		
	Подача, приём мяча	Знать и технически правильно выполнять	Р: <i>целеполагание</i> – формулировать и удерживать учебную задачу. П: <i>общеучебные</i> – контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. К: <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью	<b>Патриотическое воспитание</b> формирование патриотизма, чувства гордости за свою Родину, готовности к защите интересов Отечества, ответственности за будущее России на основе развития программ патриотического воспитания детей, в том числе военно-патриотического воспитания <b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания	2	
	Нападающий удар в тройках через сетку.	Знать и технически правильно выполнять	Р: <i>целеполагание</i> – формулировать и удерживать учебную задачу. П: <i>общеучебные</i> – контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. К: <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью	<b>Гражданское воспитание</b> развитие в детской среде ответственности, принципов коллективизма и социальной солидарности <b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек	1	5
	Блок,	Знать и технически	Р: <i>целеполагание</i> – формулировать и	<b>Патриотическое воспитание</b>	2	



			освоения технических действий волейбола.	совместной работы, умения работать самостоятельно, мобилизуя необходимые ресурсы, правильно оценивая смысл и последствия своих действий		
	Прямой нападающий удар	Знать и технически правильно выполнять	<b>Р.:</b> выполнять правила игры. <b>П.:</b> моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий. <b>К.:</b> соблюдать правила безопасности.	<b>Духовно-нравственное воспитание</b> развития сопереживания и формирования позитивного отношения к людям, в том числе к лицам с ограниченными возможностями здоровья и инвалидам <b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания	3	
	Учебная игра	<b>Уметь</b> играть в игру по правилам, выполнять технически е действия в игре.	<b>П.</b> Правильно выполнять движения при прыжке; прыгать в длину с места и с разбега. <b>К.</b> использовать общие приемы решения поставленных задач. <b>Р.</b> Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей	<b>Гражданское воспитание</b> развитие в детской среде ответственности, принципов коллективизма и социальной солидарности <b>Эстетическое воспитание:</b> - популяризацию российских культурных, нравственных и семейных ценностей <b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек	1 4 5	
<b>Лёгкая</b>	Бег на	<b>Уметь</b>	<b>П.</b> Правильно	<b>Духовно-нравственное</b>	3	

<b>атлети ка /7 часов</b>	короткие и средние дистанции	грамотно распределять силы по дистанции	выполнять движения при прыжке; прыгать в длину с места и с разбега. <b>К.</b> использовать общие приемы решения поставленных задач. <b>Р.</b> Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации	<b>воспитание</b> развития у детей нравственных чувств (чести, долга, справедливости, милосердия и дружелюбия <b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни	5	
	Техника низкого старта.	Знать и уметь выполнять технику низкого старта	<b>П.</b> Уметь играть в подвижные игры с бегом, прыжками, метаниями <b>К.</b> определять общую цель и пути ее достижения <b>Р.</b> планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее решения.	<b>Патриотическое воспитание</b> формирование патриотизма, чувства гордости за свою Родину <b>Эстетическое воспитание:</b> популяризацию российских культурных, нравственных и семейных ценностей <b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек	2  4  5	
	Стартовый разгон и финиширование	<b>Уметь</b> грамотно распределять силы по дистанции	<b>П.</b> Уметь правильно выполнять взаимный контроль в совместной деятельности. <b>Р.</b> формирование умения планировать, контролировать и	<b>Духовно-нравственное воспитание</b> развития сопереживания и формирования позитивного отношения к людям, в том числе к лицам с ограниченными возможностями здоровья и инвалидам <b>Физическое воспитание</b>	3	



	Метания мяча на дальность на результат	Технически и правильно выполнять метание мяча	Р: <i>целеполагание</i> – формулировать и удерживать учебную задачу. П: <i>общеучебные</i> – контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. К: <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью	<b>Патриотическое воспитание</b> формирование российской гражданской идентичности <b>Эстетическое воспитание</b> Популяризация российских культурных, нравственных и семейных ценностей <b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания	2  4  5	Сдача нормативов
	Эстафетный бег		Р: <i>целеполагание</i> – формулировать и удерживать учебную задачу. П: <i>общеучебные</i> – контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. К: <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью	<b>Гражданское воспитание</b> развитие в детской среде ответственности, принципов коллективизма и социальной солидарности <b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек	1  5	

### Модуль Школьный урок

Школьный урок призван формировать у учащихся жизненную стратегию: активная образовательная деятельность для достижения успешного результата. На уроках путем многократного упражнения достигается баланс послушания и ответственности, инициативности и исполнительности, свободы выбора и регламентированность. Воспитательный потенциал урока высок и реализуется через различные стороны функционирования классно-урочной системы современной школы. Основой развивающей образовательной системы становится воспитание и обучение учащихся. Получение фундаментальных знаний в школе важно, однако образование личности должно быть ориентировано не только на усвоение определенной суммы знаний, но и в первую очередь на развитие самостоятельности, личной ответственности, созидательных способностей и качеств человека, позволяющих ему учиться, действовать и эффективно взаимодействовать в социуме. Поэтому школьный урок играет важную роль в воспитательной системе образования.

Реализация воспитательного потенциала содержания учебных программ достигается при условии:

- решения воспитательных задач в ходе каждого урока в единстве с задачами обучения и развития личности школьника;
- целенаправленного отбора содержания и форм учебного материала, представляющего ученикам образцы подлинной нравственности;
- использования современных образовательных технологий;
- организации творческой исследовательской и проектной деятельности учащихся на уроке и во внеурочное время.

Воспитательные задачи урока:

- формирование основных мировоззренческих понятий;
- развитие эстетических чувств;
- воспитание нравственных качеств (патриотизм, гуманизм, активная жизненная позиция и др.);
- формирование навыка соблюдения этических норм;
- привитие аккуратности, сосредоточенности, ответственности;
- воспитание сознательного отношения к процессу обучения и к любой другой деятельности;
- формирование бережного отношения к окружающему миру;
- воспитание чувства товарищества, взаимопомощи, сочувствия, сострадания.

Реализация школьными педагогами воспитательного потенциала урока предполагает следующее:

- установление доверительных отношений между учителем и его учениками;
- побуждение школьников соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (учителями) и сверстниками (учащимися), принципы учебной дисциплины и самоорганизации;
- привлечение внимания школьников к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений, организация их работы с получаемой на уроке социально значимой информацией – инициирование ее обсуждения, высказывания учащимися своего мнения по ее поводу, выработки своего к ней отношения;
- использование воспитательных возможностей содержания учебного предмета через демонстрацию детям примеров ответственного, гражданского поведения, проявления человеколюбия и добросердечности, через подбор соответствующих текстов для чтения, задач для решения, проблемных ситуаций и кейсов для обсуждения в классе;
- применение на уроке интерактивных форм работы учащихся: интеллектуальных, деловых, ситуационных игр, стимулирующих познавательную мотивацию школьников; дискуссий, дебатов, которые дают учащимся возможность приобрести опыт ведения конструктивного диалога;



групповой работы или работы в парах, которые учат школьников командной работе и взаимодействию с другими детьми;

- включение в урок игровых процедур, в том числе использование настольных игр, которые помогают поддержать мотивацию детей к получению знаний, налаживанию позитивных межличностных отношений в классе, помогают установлению доброжелательной атмосферы во время урока;
- организация шефства, наставничества мотивированных и эрудированных учащихся над их неуспевающими одноклассниками, дающего школьникам социально значимый опыт сотрудничества и взаимопомощи;
- инициирование и поддержка исследовательской деятельности школьников в рамках реализации ими индивидуальных и групповых исследовательских проектов как возможность приобрести навык самостоятельного решения теоретической проблемы, навык генерирования и оформления собственных идей, навык уважительного отношения к чужим идеям, оформленным в работах других исследователей, навык публичного выступления перед аудиторией, аргументирования и отстаивания своей точки зрения;
- организация деятельности, предполагающей использование современных инструментов образования (социальные сети, интернет-платформы для обучения, вебинары, онлайн-квесты, сетевые сообщества).

Виды уроков:

- Онлайн-урок
- Дистанционный урок



	Техника спринтерского бега.	Выполняют бег с максимальной скоростью 30м.	<p><b>Р:</b> целеполагание: формулировать и удерживать учебную задачу.<b>П:</b> общеучебные: использовать общие приемы решения поставленных задач.<b>К:</b> инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – формулировать собственное мнение</p>	<p><b>Духовно-нравственное воспитание</b> развития у детей нравственных чувств (чести, долга, справедливости, милосердия и дружелюбия)</p> <p><b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни</p>	3  5	
	Высокий старт. Эстафетный бег.	Выполняют бег с максимальной скоростью 30м.	<p><b>Р:</b> планирование: выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. <b>П:</b> общеучебные – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. <b>К:</b> инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач.</p>	<p><b>Патриотическое воспитание</b> формирование российской гражданской идентичности</p> <p><b>Эстетическое воспитание</b> Популяризация российских культурных, нравственных и семейных ценностей</p> <p><b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания</p>	2  4  5	

	Бег по дистанции Финиширование.	Выполняют бег с максимальной скоростью 60м.	<b>Р:</b> целеполагание: формулировать и удерживать учебную задачу. <b>П:</b> общеучебные контролируют и оценивать процесс и результат деятельности. <b>К:</b> инициативное сотрудничество – ставить вопросы, обращаться за помощью; взаимодействие – формулировать собственное мнение и позицию	<b>Гражданское воспитание</b> развитие в детской среде ответственности, принципов коллективизма и социальной солидарности <b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек	1          5	
	Стартовый разгон, ускорение	Выбирают индивидуальный режим физической нагрузки, контролируют ее по частоте сердечных сокращений.	<b>Р:</b> планирование принимать установленные правила в планировании способа решения задачи. <b>П:</b> общеучебные контролировать и оценивать процесс в ходе выполнения упражнений. <b>К:</b> планирование учебного сотрудничества - задавать вопросы, обращаться за помощью.	<b>Духовно-нравственное воспитание</b> развитие сопереживания и формирования позитивного отношения к людям, в том числе к лицам с ограниченными возможностями здоровья и инвалидам <b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни	3          5	
	Бег 60 м на результат.	Применяют прыжковые упражнения.	<b>Р:</b> контроль и самоконтроль – отличать способ действия и его результат с заданным эталоном	<b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и	5	Сдача нормативов



				культурой и спортом, развитие культуры здорового питания		
	Прыжок в длину, отталкивание.	Выполняют прыжок в длину с разбега; метают мяч в мишень и на дальность.	<p><b>Р:</b> контроль и самоконтроль – различать способ и результат действия; прогнозирование – предвосхищать результаты.</p> <p><b>П:</b> общеучебные ориентироваться в разнообразии способов решения задач;</p> <p><b>К:</b> взаимодействие формулировать собственное мнение, слушать собеседника</p>	<p><b>Гражданское воспитание</b> развитие в детской среде ответственности, принципов коллективизма и социальной солидарности</p> <p><b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек</p>	1	5
	Прыжок в длину, приземление	Выполняют прыжок в длину с разбега; метают мяч в мишень и на дальность.	<p><b>Р:</b> <i>целеполагание</i> - преобразовывать практическую задачу в образовательную.</p> <p><b>П:</b> <i>общеучебные</i> осознанно строить сообщения в устной форме.</p> <p><b>К:</b> <i>взаимодействующие</i> - задавать вопросы, формулировать свою позицию</p>	<p><b>Патриотическое воспитание</b> формирование патриотизма, чувства гордости за свою Родину, готовности к защите интересов Отечества, ответственности за будущее</p> <p><b>Эстетическое воспитание</b> - популяризацию российских культурных, нравственных и семейных ценностей</p> <p><b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и</p>	2	4
						5

				потребности в здоровом образе жизни		
Прыжок в длину на результат.	Выбирают индивидуальный режим физической нагрузки, контролируют ее по частоте сердечных сокращений.	<p><b>Р:</b> <i>планирование</i> – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации</p> <p><b>П:</b> <i>общеучебные</i> – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.</p> <p><b>К:</b> <i>инициативное сотрудничество</i> слушать учителя, вести диалог, строить монологические высказывания</p>	<p><b>Духовно-нравственное воспитание</b> формирования выраженной в поведении нравственной позиции, в том числе способности к сознательному выбору добра</p> <p><b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания</p>	3  5	Сдача нормативов	
Бег 1000 м на результат	Выбирают индивидуальный режим физической нагрузки, контролируют ее по частоте сердечных сокращений.	<p><b>Р:</b> <i>целеполагание</i> формулировать и удерживать учебную задачу использовать общие приемы решения поставленных задач;</p> <p><b>К:</b> <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью</p>	<p><b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек</p> <p><b>Трудовое воспитание</b> развития навыков совместной работы, умения работать самостоятельно, мобилизуя необходимые ресурсы, правильно оценивая смысл и последствия своих</p>	5  6	Сдача нормативов	

				действий		
<b>Русские народные игры / 4 часа</b>	Правила игры в лапту. Техника безопасности	бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения	находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;	<b>Духовно-нравственное воспитание</b> развития сопереживания и формирования позитивного отношения к людям, в том числе к лицам с ограниченными возможностями здоровья и инвалидам <b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания	3	
					5	
	Ловля и передача мяча в парах	взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр	Р: <i>целеполагание</i> – формулировать и удерживать учебную задачу. П: <i>общеучебные</i> – контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. К: <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью	<b>Гражданское воспитание</b> развитие в детской среде ответственности, принципов коллективизма и социальной солидарности <b>Эстетическое воспитание:</b> - популяризацию российских культурных, нравственных и семейных ценностей <b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной	1	
					4	
					5	



				зависимости, табакокурения и других вредных привычек		
	Осаливание, самоосаливание	находить ошибки при выполнении учебных заданий, отбирать способы их исправления;	Р: <i>целеполагание</i> – формулировать и удерживать учебную задачу. П: <i>общеучебные</i> – контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. <i>взаимодействие</i> – формулировать собственное мнение и позицию	<b>Духовно-нравственное воспитание</b> развития у детей нравственных чувств (чести, долга, справедливости, милосердия и дружелюбия) <b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни	3  5	
	Учебная игра в лапту	взаимодействовать со сверстниками по правилам проведения подвижных игр	Р: <i>целеполагание</i> – формулировать и удерживать учебную задачу. П: <i>общеучебные</i> – контролировать и оценивать процесс и результат деятельности.	<b>Патриотическое воспитание</b> формирование патриотизма, чувства гордости за свою Родину <b>Эстетическое воспитание:</b> популяризацию российских культурных, нравственных и семейных ценностей <b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек	2  4  5	
<b>Спорти</b>	Баскетбол.	Изучают	<b>Р: планирование:</b>	<b>Духовно-</b>	3	

<p><b>вные игры. Баскетбол / 18 часов</b></p>	<p>Техника безопасно сти</p>	<p>историю баскетбола. Овладевают основными приёмами игры в баскетбол.</p> <p>Соблюдают правила безопасности.</p>	<p>выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее решения  <b>П: общеучебные:</b> узнавать, называть и определять объекты и явления в соответствии с содержанием учебного материала.  <b>К:</b> определять общую цель и пути ее достижения; договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности</p>	<p><b>нравственное воспитание</b> развития сопереживания и формирования позитивного отношения к людям, в том числе к лицам с ограниченными возможностями здоровья и инвалидам  <b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни</p>	<p>5</p>	
	<p>Правила игры, стойка игрока, перемещение</p>	<p>Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.</p>	<p><b>П.</b> Осмысление, объяснение своего двигательного опыта. Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений  <b>К.</b> Умение объяснять ошибки при выполнении упражнений.  <b>Р.</b> Умение планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения.</p>	<p><b>Гражданское воспитание</b> формирование активной гражданской позиции, гражданской позиции, гражданской ответственности, основанной на традиционных культурных, духовных и нравственных ценностях российского общества;  <b>Физическое воспитание-</b> формирование у подрастающего поколения ответственного</p>	<p>1</p> <p>5</p>	

				отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни		
Ведение мяча с пассивным сопротивлением.	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.	<p><b>Р:</b> <i>осуществление учебных действий</i> – выполнять учебные действия в материализованной форме</p> <p><b>П:</b> <i>общеучебные</i> – ставить и формулировать проблемы.</p> <p><b>К:</b> <i>инициативное сотрудничество</i> – задавать вопросы, проявлять активность</p>	<p><b>Духовно-нравственное воспитание</b> развития у детей нравственных чувств (чести, долга, справедливости, милосердия и дружелюбия)</p> <p><b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни</p>	3	5	
Передачи мяча, броски в кольцо	Знать и уметь применять в игре технические и тактические приёмы	<p><b>Р:</b> <i>целеполагание</i> преобразовывать практическую задачу в образовательную; <i>контроль и самоконтроль</i> – использовать установленные правила в контроле способа решения задачи. <b>П:</b> <i>общеучебные</i> – выбирать наиболее эффективные решения поставленной задачи. <b>К:</b> <i>взаимодействие</i> – формулировать собственное</p>	<p><b>Патриотическое воспитание</b> формирование российской гражданской идентичности</p> <p><b>Эстетическое воспитание</b> Популяризация российских культурных, нравственных и семейных ценностей</p> <p><b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и здоровому образу</p>	2	4	5

			мнение и позицию	жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания		
Личная защита. Учебная игра.	Уметь выполнять различные варианты защиты	<p><b>Р:</b> <i>контроль и самоконтроль</i> – различать способ и результат действия; <i>прогнозирование</i> – предвосхищать результаты.</p> <p><b>П:</b> <i>обще учебные</i> – ориентироваться в разнообразии способов решения задач; самостоятельно создавать ход деятельности при решении проблем.</p> <p><b>К:</b> <i>взаимодействие</i> – формулировать собственное мнение, слушать собеседника</p>	<p><b>Гражданское воспитание</b> развитие в детской среде ответственности, принципов коллективизма и социальной солидарности</p> <p><b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек</p>	1	5	
Сочетание приемов ведения, остановок, бросков мяча, игра.	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.	<p><b>Р:</b> <i>целеполагание</i> формулировать и удерживать учебную задачу.</p> <p><b>П:</b> <i>общеучебные</i> использовать общие приемы решения задач.</p> <p><b>К:</b> <i>инициативное сотрудничество</i> ставить вопросы и обращаться за помощью</p>	<p><b>Духовно-нравственное воспитание</b> развитие сопереживания и формирования позитивного отношения к людям, в том числе к лицам с ограниченными возможностями здоровья и инвалидам</p> <p><b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в</p>	3	5	

				здоровом образе жизни		
	Техника игры в нападении	Знать и уметь применять в игре технические и тактические приёмы	<p><b>Р:</b> <i>целесолагание</i> – удерживать познавательную задачу и применять установленные правила.</p> <p><b>П:</b> <i>общеучебные</i> контролировать и оценивать процесс и результат деятельности.</p> <p><b>К:</b> <i>управление коммуникацией</i> – осуществлять взаимный контроль</p>	<p><b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания</p> <p><b>Трудовое воспитание</b> формирования умений и навыков самообслуживания, потребности трудиться, добросовестного, ответственного и творческого отношения к разным видам трудовой деятельности, включая обучение и выполнение домашних обязанностей</p>	5	6
	Техника игры в защите	Знать и уметь применять в игре технические и тактические приёмы	<p><b>Р:</b> <i>коррекция</i> – вносить коррективы в выполнение правильных действий упражнений; сличать способ действия с заданным эталоном.</p> <p><b>П:</b> <i>обще учебные</i> – ставить и формулировать проблемы; выбирать наиболее эффективные способы решения задач.</p> <p><b>К:</b> <i>инициативное сотрудничество</i> –</p>	<p><b>Патриотическое воспитание</b> формирование патриотизма, чувства гордости за свою Родину, готовности к защите интересов Отечества, ответственности за будущее России на основе развития программ патриотического воспитания детей, в том числе военно-патриотического воспитания</p>	2	5

			обращаться за помощью	<b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания		
	Позиционное нападение	Знать и уметь применять в игре технические и тактические приёмы	<b>Р:</b> <i>целесолагание-</i> преобразовывать практическую задачу в образовательную. <b>П:</b> <i>общеучебные</i> осознанно строить сообщения в устной форме. <b>К:</b> <i>взаимодействующие</i> - задавать вопросы, формулировать свою позицию	<b>Гражданское воспитание</b> развитие в детской среде ответственности, принципов коллективизма и социальной солидарности <b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек	1  5	
	Тактика игры в защите	Знать и уметь применять в игре технические и тактические приёмы	<b>Р.-</b> определять наиболее эффективные способы достижения результата; <b>П.-</b> овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; <b>К.-</b> готовность конструктивно разрешать конфликты	<b>Патриотическое воспитание</b> формирование патриотизма, чувства гордости за свою Родину, готовности к защите интересов Отечества, ответственности за будущее <b>Эстетическое воспитание</b> - популяризацию российских культурных, нравственных и семейных	2  4	



		й деятельности	деятельности, адекватно оценивать собственное поведение.	совместной работы, умения работать самостоятельно, мобилизуя необходимые ресурсы, правильно оценивая смысл и последствия своих действий		
	Игровые задания (2 x 2, 3 x 3).	Знать и уметь применять в игре технические и тактические приёмы	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение.	<b>Духовно-нравственное воспитание</b> развития сопереживания и формирования позитивного отношения к людям, в том числе к лицам с ограниченными возможностями здоровья и инвалидам <b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания	3  5	
	Взаимодействие трех игроков	Знать и уметь применять в игре технические и тактические приёмы	<b>П.</b> Правильно выполнять технику личной защиты <b>К.</b> характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, спортивными играми. <b>Р.</b> формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в	<b>Гражданское воспитание</b> развитие в детской среде ответственности, принципов коллективизма и социальной солидарности <b>Эстетическое воспитание:</b> - популяризацию российских культурных, нравственных и	1  4	





			собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения.	<b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек		
	Штрафной бросок, учебная игра 3*3	Знать и уметь выполнять штрафной бросок	<b>П.</b> Осмысление, объяснение своего двигательного опыта. Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений <b>К.</b> Умение объяснять ошибки при выполнении упражнений. <b>Р.</b> Умение планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения.	<b>Духовно-нравственное воспитание</b> развития сопереживания и формирования позитивного отношения к людям, в том числе к лицам с ограниченными возможностями здоровья и инвалидам <b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни	3          5	
	Учебная игра в баскетбол	Знать и уметь применять в игре технические и тактические приёмы	<b>П.</b> Осмысление, объяснение своего двигательного опыта. Осознание важности освоения универсальных умений связанных с выполнением упражнений <b>К.</b> Умение объяснять ошибки при выполнении упражнений. <b>Р.</b> Умение	<b>Гражданское воспитание</b> формирование активной гражданской позиции, гражданской позиции, гражданской ответственности, основанной на традиционных	1	

			<p>планировать собственную деятельность, распределять нагрузку и отдых в процессе ее выполнения.</p>	<p>культурных, духовных и нравственных ценностях российского общества;  <b>Физическое воспитание</b>- формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни</p>	5	
<p><b>Гимнастика /18 часов</b></p>	<p>Техника безопасности на уроках гимнастик и</p>	<p>Соблюдают Т.Б. Изучают историю гимнастики. Различают строевые команды, чётко выполняют строевые приёмы.</p>	<p><b>Р:</b> <i>целеполагание</i> преобразовывать практическую задачу в образовательную.</p> <p><b>П:</b> <i>общеучебные</i> – осознанно строить сообщения в устной форме.</p> <p><b>К:</b> <i>инициативное сотрудничество</i> – формулировать свои затруднения</p>	<p><b>Духовно-нравственное воспитание</b> развития у детей нравственных чувств (чести, долга, справедливости, милосердия и дружелюбия)</p> <p><b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни</p>	3          5	
	<p>Строевые упражнения, висы и упоры.</p>	<p>Различают строевые команды, чётко выполняют строевые</p>	<p><b>Р:</b> <i>контроль и самоконтроль</i> – осуществлять итоговый и пошаговый контрол</p>	<p><b>Патриотическое воспитание</b> формирование российской гражданской идентичности  <b>Эстетическое</b></p>	2       4	

		приёмы.	<p>ь</p> <p>по результату.</p> <p><b>П: общеучебные</b> – ставить, формулировать и решать проблемы.</p> <p><b>К: взаимодействие</b> – задавать вопросы, строить понятные для партнера высказывания</p>	<p><b>воспитание</b>          Популяризация российских культурных, нравственных и семейных ценностей  <b>Физическое воспитание</b>          формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания</p>	5	
	Подтягивания в висе, подъём переворотом	<p>Различают строевые команды, чётко выполняют строевые приёмы.</p> <p>Повторяют подъем переворотом в упор, сед ноги врозь (м.), вис лежа, вис присев (д.).</p>	<p><b>Р: контроль и самоконтроль</b> – осуществлять итоговый и пошаговый контроль ь по результату.</p> <p><b>П: общеучебные</b> – ставить, формулировать и решать проблемы.</p> <p><b>К: взаимодействие</b> – задавать вопросы, строить понятные для партнера высказывания</p>	<p><b>Гражданское воспитание</b>          развитие в детской среде ответственности, принципов коллективизма и социальной солидарности  <b>Физическое воспитание</b>          развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек</p>	1       5	
	Выход силой, подъём переворотом	<p>Различают строевые команды, чётко выполняют строевые приёмы.</p> <p>Повторяют</p>	<p><b>Р: контроль и самоконтроль</b> – осуществлять итоговый и пошаговый контроль ь по результату.</p>	<p><b>Духовно-нравственное воспитание</b>          развитие сопереживания и формирования позитивного отношения к людям, в том числе</p>	3	

		подъем переворотом в упор, сед ноги врозь (м.), вис лежа, вис присев (д.).	<p><b>П: общеучебные</b> – ставить, формулировать и решать проблемы.</p> <p><b>К: взаимодействие</b> – задавать вопросы, строить понятные для партнера высказывания</p>	к лицам с ограниченными возможностями здоровья и инвалидам <b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни	5	
Лазание по канату, упражнения на гибкость	Повторяют сед ноги врозь (м.), вис лежа, вис присев (д.).	<p>Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества.</p>	<p><b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания</p> <p><b>Трудовое воспитание</b> формирования умений и навыков самообслуживания, потребности трудиться, добросовестного, ответственного и творческого отношения к разным видам трудовой деятельности, включая обучение и выполнение домашних обязанностей</p>	5 6		
Опорный прыжок	Уметь демонстрировать технику выполнения	Р. - волевая саморегуляция, коррекция, оценка качества и уровня	<b>Патриотическое воспитание</b> формирование патриотизма, чувства гордости	2		

		<p>ния упражнений. Подъем переворотом в упор. Сед ноги врозь (м.). Вис лежа. Вис присев (д.). Выполнение подтягивания в висе.</p>	<p>усвоения, контроль в форме сличения с эталоном.  П. - умение структурировать знания,  К. - планирование сотрудничества с учителем и  сверстниками.</p>	<p>за свою Родину, готовности к защите интересов Отечества, ответственности за будущее России на основе развития программ патриотического воспитания детей, в том числе военно- патриотического воспитания <b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания</p>	5	
	<p>Прыжок «согнув ноги», боком</p>	<p>Выполнять комплексы общеразвивающ их, оздоровительны х и корригирую- щих упражнений, учитывающих индивидуаль- ные способности и особенности, состояние здоровья и режим учебной деятельности;</p>	<p>Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать</p>	<p><b>Гражданское воспитание</b> развитие в детской среде ответственности, принципов коллективизма и социальной солидарности <b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности , профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек</p>	1  5	

			собственное поведение и поведение окружающих				
	Опорный прыжок, разбег	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма.	Р. - формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- владение основами самоконтроля К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение	<b>Патриотическое воспитание</b> формирование патриотизма, чувства гордости за свою Родину, готовности к защите интересов Отечества, ответственности за будущее <b>Эстетическое воспитание</b> - популяризацию российских культурных, нравственных и семейных ценностей <b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни	2	4	5
	Опорный прыжок, толчок	Овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утрення зарядка)	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и	<b>Духовно-нравственное воспитание</b> формирования выраженной в поведении нравственной позиции, в том числе способности к сознательному выбору добра <b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и	3	5	

			отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение.	здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания		
	Опорный прыжок, полёт и приземление	Уметь демонстрировать выполнение прыжка	Р. - формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия реализации; П.- принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности; К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение	<b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек <b>Трудовое воспитание</b> развития навыков совместной работы, умения работать самостоятельно, мобилизуя необходимые ресурсы, правильно оценивая смысл и последствия своих действий	5 6	
	Кувырок вперёд, назад	Овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утрення зарядка)	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими	<b>Духовно-нравственное воспитание</b> развития сопереживания и формирования позитивного отношения к людям, в том числе к лицам с ограниченными возможностями здоровья и инвалидам <b>Физическое</b>	3 5	





		упражнений.	предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение.	<b>воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни		
	Стойка на голове и руках, равновесие	Уметь технически правильно выполнять акробатические элементы	Р.- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации К.- осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности	<b>Патриотическое воспитание</b> формирование патриотизма, чувства гордости за свою Родину <b>Эстетическое воспитание:</b> популяризацию российских культурных, нравственных и семейных ценностей <b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности , профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек	2  4  5	
	Длинный кувырок, «Мост», равновесие	Уметь технически правильно выполнять акробатические элементы	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее	<b>Духовно-нравственное воспитание</b> развития сопереживания и формирования позитивного отношения к	3	

			<p>осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности</p>	<p>людям, в том числе к лицам с ограниченными возможностями здоровья и инвалидам  <b>Физическое воспитание</b>  формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни</p>	5	
	Акробатическая комбинация	Уметь технически правильно выполнять акробатические элементы	<p>Р.- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- определять наиболее эффективные способы достижения результата; К.- осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих</p>	<p><b>Гражданское воспитание</b>  формирование активной гражданской позиции, гражданской позиции, гражданской ответственности, основанной на традиционных культурных, духовных и нравственных ценностях российского общества;  <b>Физическое воспитание</b>-  формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни</p>	1	5



			поведение.				
<b>Лыжня подготовка /18 часов</b>	Техника безопасности при проведении и занятий по лыжной подготовке.	Изучают историю лыж-ного спорта. Соблюдают правила, что-бы избежать травм при ходьбе на лыжах.Правила соблюдения личной гигиены во время и после занятий	Р.-определять наиболее эффективные способы достижения результата; овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества	<b>Гражданское воспитание</b> развитие в детской среде ответственности, принципов коллективизма и социальной солидарности <b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности , профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек	1	5	
	Одновременный одношажный ход	Описывают технику изучаемых лыжных ходов, осваивают их самостоятельно.	Р.- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- определять наиболее эффективные способы достижения результата; К.- осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности	<b>Духовно-нравственное воспитание</b> развитие сопереживания и формирования позитивного отношения к людям, в том числе к лицам с ограниченными возможностями здоровья и инвалидам <b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни	3	5	
	Одновремен	Расширение	Р. - овладение	<b>Физическое</b>	5		



				мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания		
Переход с одновременных ходов на попеременные	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей организма	Р.-формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; П.- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими связи между объектами и процессами, К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение	<b>Гражданское воспитание</b> развитие в детской среде ответственности, принципов коллективизма и социальной солидарности <b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек	1  5		
Прохождение дистанции 3 км.	Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение.	<b>Патриотическое воспитание</b> формирование патриотизма, чувства гордости за свою Родину, готовности к защите интересов Отечества, ответственности за будущее <b>Эстетическое воспитание</b> - популяризацию российских культурных, нравственных и семейных	2  4		





			объектами и процессами, К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение	работы, умения работать самостоятельно, мобилизуя необходимые ресурсы, правильно оценивая смысл и последствия своих действий		
	Попеременный четырёхшажный ход	Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок	Р.-определять наиболее эффективные способы достижения результата; П.- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; К.- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества	<b>Духовно-нравственное воспитание</b> развития сопереживания и формирования позитивного отношения к людям, в том числе к лицам с ограниченными возможностями здоровья и инвалидам <b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания	3  5	
	Техника спусков и подъемов на склонах.	Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок	Р.- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- определять наиболее эффективные способы достижения результата; К.- осуществлять	<b>Гражданское воспитание</b> развитие в детской среде ответственности, принципов коллективизма и социальной солидарности <b>Эстетическое воспитание:</b> - популяризацию российских культурных, нравственных и семейных	1  4	

			взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих	ценностей <b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек	5	
Торможение и поворот «плугом».	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей организма	Р.-формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; П.- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими связи между объектами и процессами, К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение	<b>Духовно-нравственное воспитание</b> развития у детей нравственных чувств (чести, долга, справедливости, милосердия и дружелюбия) <b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни	3 5		
Спуски и подъемы на склонах.	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств	Р.- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- определять наиболее эффективные способы достижения результата; К.-	<b>Патриотическое воспитание</b> формирование патриотизма, чувства гордости за свою Родину <b>Эстетическое воспитание:</b> популяризацию российских культурных, нравственных и семейных ценностей	2 4 5		

			<p>осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих</p>	<p><b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек</p>		
Прохождение дистанции 3 км.	Изучают историю волейбола. Овладевают основными приемами игры в волейбол.	<p>Р.-осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;</p> <p>П.- Владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности; К. - готовность конструктивно разрешать конфликты</p>	<p><b>Духовно-нравственное воспитание</b> развития сопереживания и формирования позитивного отношения к людям, в том числе к лицам с ограниченными возможностями здоровья и инвалидам</p> <p><b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни</p>	3	5	
Коньковый ход	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно	<p>Р.-формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;</p> <p>П.- овладение базовыми предметными и межпредметными</p>	<p><b>Гражданское воспитание</b> формирование активной гражданской позиции, гражданской позиции, гражданской ответственности, основанной на традиционных</p>	1		

			<p>понятиями, отражающими связи между объектами и процессами, К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение</p>	<p>культурных, духовных и нравственных ценностях российского общества;  <b>Физическое воспитание</b>- формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни</p>	5	
Коньковый ход, работа рук	<p>Изучают историю волейбола. Овладевают основными приемами игры в волейбол.</p>	<p>Р.-осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;  П.- Владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности; К. - готовность конструктивно разрешать конфликты</p>	<p><b>Духовно-нравственное воспитание</b> развития у детей нравственных чувств (чести, долга, справедливости, милосердия и дружелюбия)  <b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни</p>	3 5		
Коньковый ход, прохождение дистанции	<p>Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий,</p>	<p>Р.-формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности</p>	<p><b>Патриотическое воспитание</b> формирование российской гражданской идентичности  <b>Эстетическое</b></p>	2 4		

		осваивают их самостоятельно	конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; П.- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими связи между объектами и процессами, К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение	<b>воспитание</b> Популяризация российских культурных, нравственных и семейных ценностей <b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания	5	
Прохождение дистанции 3 км.	Овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениями из базовых видов спорта	Р.-определять наиболее эффективные способы достижения результата; П.- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; К.- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества	<b>Гражданское воспитание</b> развитие в детской среде ответственности, принципов коллективизма и социальной солидарности <b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности , профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек	1	5	Сдача нормативов
Лыжные эстафеты	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно	Р.- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реали-	<b>Духовно-нравственное воспитание</b> развитие сопереживания и формирования позитивного отношения к людям, в том числе к лицам с	3		

			зации; П.- определять наиболее эффективные способы достижения результата; К.- осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих	ограниченными возможностями здоровья и инвалидам <b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни	5	
<b>Спортивные игры. Волейбол / 21 час</b>	Волейбол. Техника безопасности	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей организма.	Р.-формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; П.- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими связи между объектами и процессами, К.- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение	<b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания <b>Трудовое воспитание</b> формирования умений и навыков самообслуживания, потребности трудиться, добросовестного, ответственного и творческого отношения к разным видам трудовой деятельности, включая обучение и выполнение домашних обязанностей	5	
			6			
	Стойки и перемещения	Уметь демонстрировать технику одновременных ходов на	Р.- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в	<b>Патриотическое воспитание</b> формирование патриотизма, чувства гордости за свою Родину,	2	

		учебном кругу.	соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- определять наиболее эффективные способы достижения результата; К.- осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих	готовности к защите интересов Отечества, ответственности за будущее России на основе развития программ патриотического воспитания детей, в том числе военно-патриотического воспитания <b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания	5	
Передача мяча в тройках после перемещения.	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей организма	Р.-определять наиболее эффективные способы достижения результата; П.- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; К.- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества	<b>Гражданское воспитание</b> развитие в детской среде ответственности, принципов коллективизма и социальной солидарности <b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек	1 5		
Передача мяча над	Формирование	Р. - овладение	<b>Патриотическое воспитание</b>	2		

	собой	навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок	способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение.	формирование патриотизма, чувства гордости за свою Родину, готовности к защите интересов Отечества, ответственности за будущее <b>Эстетическое воспитание</b> - популяризацию российских культурных, нравственных и семейных ценностей <b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни	4	
					5	
	Передача мяча во встречных колоннах	Овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренняя зарядка, оздоровительные мероприятия, подвижные игры и т.д.);	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности,	<b>Духовно-нравственное воспитание</b> формирования выраженной в поведении нравственной позиции, в том числе способности к сознательному выбору добра <b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания	3	
					5	



			адекватно оценивать собственное поведение.			
	Передача и приём мяча сверху	Овладение умениями организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность (режим дня, утренней зарядка, оздоровительные мероприятия	Р.- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- определять наиболее эффективные способы достижения результата; К.- осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих	<b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек <b>Трудовое воспитание</b> развития навыков совместной работы, умения работать самостоятельно, мобилизуя необходимые ресурсы, правильно оценивая смысл и последствия своих действий	5  6	
	Приём мяча снизу	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной	<b>Духовно-нравственное воспитание</b> развития сопереживания и формирования позитивного отношения к людям, в том числе к лицам с ограниченными возможностями здоровья и инвалидам <b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической	3  5	

			деятельности	культурой и спортом, развитие культуры здорового питания		
	Подача мяча, приём мяча с подачи	Овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умением использовать их игровой деятельности	Р.-определять наиболее эффективные способы достижения результата; П.- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; К.- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества	<b>Гражданское воспитание</b> развитие в детской среде ответственности, принципов коллективизма и социальной солидарности <b>Эстетическое воспитание:</b> - популяризацию российских культурных, нравственных и семейных ценностей <b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек	1  4  5	
	Подача, приём мяча	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.	Р.- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; П.- определять наиболее эффективные способы достижения результата; К.- осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности,	<b>Духовно-нравственное воспитание</b> развития у детей нравственных чувств (чести, долга, справедливости, милосердия и дружелюбия) <b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе	3  5	

			адекват-но оценивать собственное поведение и поведение окружающих	жизни		
	Приём подачи сверху и снизу	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.	Р.-осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих; П.- владение основами самоконт-роля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности; К. - готовность конструктивно разрешать конфликты	<b>Патриотическое воспитание</b> формирование патриотизма, чувства гордости за свою Родину <b>Эстетическое воспитание:</b> популяризацию российских культурных, нравственных и семейных ценностей <b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек	2  4  5	
	Нападающий удар.	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.	Р.-формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха; П.- - овладение базовыми предметными и межпред-метными понятиями, отражающими связи между объектами и процессами, К.- умение формулировать,	<b>Духовно-нравственное воспитание</b> развития сопереживания и формирования позитивного отношения к людям, в том числе к лицам с ограниченными возможностями здоровья и инвалидам <b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к	3  5	

			аргументировать и отстаивать своё мнение	своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни		
	Нападающий удар в тройках через сетку.	Овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умением использовать их игровой деятельности	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности	<b>Гражданское воспитание</b> - формирование активной гражданской позиции <b>Эстетическое воспитание</b> - популяризацию российских культурных, нравственных и семейных ценностей	1.  4.	
	Прием мяча, отраженного сеткой.	Освоить комбинации игры в волейбол	Р.: использовать игровые действия волейбола для развития физических качеств. П.: моделировать технику игровых действий и приемов К.: соблюдать правила	<b>Духовно-нравственное воспитание</b> - содействия формированию у детей позитивных жизненных ориентиров и планов <b>Физическое воспитание</b> - формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и	3  5	





			<p>контролировать и оценивать процесс и результат деятельности.  <i>К: инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью</p>	<p>нравственных чувств (чести, долга, справедливости, милосердия и дружелюбия)</p> <p><b>Физическое воспитание</b>  формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни</p>	5	
	<p>Нападающий удар, блок</p>	<p>Знать и технически правильно выполнять</p>	<p><i>Р: целеполагание</i> – формулировать и удерживать учебную задачу.  <i>П: общеучебные</i> – контролировать и оценивать процесс и результат деятельности.  <i>К: инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью</p>	<p><b>Патриотическое воспитание</b>  формирование российской гражданской идентичности  <b>Эстетическое воспитание</b>  Популяризация российских культурных, нравственных и семейных ценностей  <b>Физическое воспитание</b>  формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания</p>	2  4  5	
	<p>Учебная игра</p>	<p>Уметь играть в игру</p>	<p><i>Р: целеполагание</i> – формулировать и удерживать учебную задачу.</p>	<p><b>Гражданское воспитание</b>  развитие в детской среде</p>	1	

			<p>П: <i>общеучебные</i> – контролировать и оценивать процесс и результат деятельности.</p> <p>К: <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью</p>	<p>ответственности, принципов коллективизма и социальной солидарности</p> <p><b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактики наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек</p>	5	
	Учебная игра в волейбол	Уметь играть в игру	<p>Р: <i>целеполагание</i> – формулировать и удерживать учебную задачу.</p> <p>П: <i>общеучебные</i> – контролировать и оценивать процесс и результат деятельности.</p> <p>К: <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью</p>	<p><b>Духовно-нравственное воспитание</b> развитие сопереживания и формирования позитивного отношения к людям, в том числе к лицам с ограниченными возможностями здоровья и инвалидам</p> <p><b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни</p>	3	5
Лёгкая атлетика/ 9 часов	Бег на короткие и средние дистанции	Выполняют бег с максимальной скоростью 40-50м.	<p>Р: <i>целеполагание</i>: формулировать и удерживать учебную задачу;</p> <p>планирование –выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и усло-</p>	<p><b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и</p>	5	







				отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни		
Бег 60м на результат Эстафетный бег	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств	<p><b>Р:</b> <i>целеполагание</i>- преобразовывать практическую задачу в образовательную.</p> <p><b>П:</b> <i>общеучебные</i> осознанно строить сообщения в устной форме.</p> <p><b>К:</b> <i>взаимодействующие</i> - задавать вопросы, формулировать свою позицию</p>	<p><b>Духовно-нравственное воспитание</b> формирования выраженной в поведении нравственной позиции, в том числе способности к сознательному выбору добра</p> <p><b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания</p>	3	5	Сдача нормативов
Метание мяча на дальность с места	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма	<p><b>Р:</b> <i>планирование</i> – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации</p> <p><b>П:</b> <i>общеучебные</i> – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.</p> <p><b>К:</b> <i>инициативное сотрудничество</i> слушать учителя, вести диалог, строить монологические высказывания</p>	<p><b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек</p> <p><b>Трудовое воспитание</b> развития навыков совместной работы, умения работать самостоятельно, мобилизуя необходимые ресурсы, правильно</p>	5	6	

				оценивая смысл и последствия своих действий		
Метание мяча на дальность разбега	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма	<p><b>Р:</b> <i>целеполагание</i> формулировать и удерживать учебную задачу; <i>планирование</i> – выбрать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.</p> <p><b>П:</b> <i>общеучебные</i> использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми.</p> <p><b>К:</b> <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью</p>	<p><b>Духовно-нравственное воспитание</b> развития сопереживания и формирования позитивного отношения к людям, в том числе к лицам с ограниченными возможностями здоровья и инвалидам</p> <p><b>Физическое воспитание</b> формирование системы мотивации к активному и здоровому образу жизни, занятиям физической культурой и спортом, развитие культуры здорового питания</p>	3		
Метания мяча на дальность на результат	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств,	<p><b>Р:</b> <i>целеполагание</i>-преобразовывать практическую задачу в образовательную.</p> <p><b>П:</b> <i>общеучебные</i> осознанно строить сообщения в устной форме.</p> <p><b>К:</b> <i>взаимодействующие</i> - задавать вопросы, формулировать свою позицию</p>	<p><b>Гражданское воспитание</b> развитие в детской среде ответственности, принципов коллективизма и социальной солидарности</p> <p><b>Эстетическое воспитание:</b> популяризацию российских культурных, нравственных и семейных</p>	1	Сдача нормативов	
					5	
					4	
					5	

				ценностей <b>Физическое воспитание</b> развитие культуры безопасной жизнедеятельности, профилактику наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек		
	Эстафетный бег	Расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств	Р. - овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления; П. - овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами. К. - осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности	<b>Духовно-нравственное воспитание</b> развития у детей нравственных чувств (чести, долга, справедливости, милосердия и дружелюбия) <b>Физическое воспитание</b> формирование у подрастающего поколения ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни	3          5	

### Модуль Школьный урок

Школьный урок призван формировать у учащихся жизненную стратегию: активная образовательная деятельность для достижения успешного результата. На уроках путем многократного упражнения достигается баланс послушания и ответственности, инициативности и исполнительности, свободы выбора и регламентированность. Воспитательный потенциал урока высок и реализуется через различные стороны функционирования классно-урочной системы современной школы. Основой развивающей образовательной системы становится воспитание и обучение учащихся. Получение фундаментальных знаний в школе важно, однако образование личности должно быть сориентировано не только на усвоение определенной суммы знаний, но и в

первую очередь на развитие самостоятельности, личной ответственности, созидательных способностей и качеств человека, позволяющих ему учиться, действовать и эффективно взаимодействовать в социуме. Поэтому школьный урок играет важную роль в воспитательной системе образования.

Реализация воспитательного потенциала содержания учебных программ достигается при условии:

- решения воспитательных задач в ходе каждого урока в единстве с задачами обучения и развития личности школьника;
- целенаправленного отбора содержания и форм учебного материала, представляющего образцы подлинной нравственности;
- использования современных образовательных технологий;
- организации творческой исследовательской и проектной деятельности учащихся на уроке и во внеурочное время.

Воспитательные задачи урока:

- формирование основных мировоззренческих понятий;
- развитие эстетических чувств;
- воспитание нравственных качеств (патриотизм, гуманизм, активная жизненная позиция и др.);
- формирование навыка соблюдения этических норм;
- привитие аккуратности, сосредоточенности, ответственности;
- воспитание сознательного отношения к процессу обучения и к любой другой деятельности;
- формирование бережного отношения к окружающему миру;
- воспитание чувства товарищества, взаимопомощи, сочувствия, сострадания.

Реализация школьными педагогами воспитательного потенциала урока предполагает следующее:

- установление доверительных отношений между учителем и его учениками;
- побуждение школьников соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (учителями) и сверстниками (учащимися), принципы учебной дисциплины и самоорганизации;
- привлечение внимания школьников к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений, организация их работы с получаемой на уроке социально значимой информацией – инициирование ее обсуждения, высказывания учащимися своего мнения по ее поводу, выработки своего к ней отношения;
- использование воспитательных возможностей содержания учебного предмета через демонстрацию детям примеров ответственного, гражданского поведения, проявления человеколюбия и добросердечности, через подбор соответствующих текстов для чтения, задач для решения, проблемных ситуаций и кейсов для обсуждения в классе;
- применение на уроке интерактивных форм работы учащихся: интеллектуальных, деловых, ситуационных игр, стимулирующих познавательную мотивацию школьников; дискуссий, дебатов, которые дают учащимся возможность приобрести опыт ведения конструктивного диалога; групповой работы или работы в парах, которые учат школьников командной работе и взаимодействию с другими детьми;
- включение в урок игровых процедур, в том числе использование настольных игр, которые помогают поддерживать мотивацию детей к получению знаний, налаживанию позитивных межличностных отношений в классе, помогают установлению доброжелательной атмосферы во время урока;
- организация шефства, наставничества мотивированных и эрудированных учащихся над их неуспевающими одноклассниками, дающего школьникам социально значимый опыт сотрудничества и взаимопомощи;

- инициирование и поддержка исследовательской деятельности школьников в рамках реализации ими индивидуальных и групповых исследовательских проектов как возможность приобрести навык самостоятельного решения теоретической проблемы, навык генерирования и оформления собственных идей, навык уважительного отношения к чужим идеям, оформленным в работах других исследователей, навык публичного выступления перед аудиторией, аргументирования и отстаивания своей точки зрения;

- организация деятельности, предполагающей использование современных инструментов образования (социальные сети, интернет-платформы для обучения, вебинары, онлайн-квесты, сетевые сообщества).

Виды уроков:

- Онлайн-урок
- Дистанционный урок