

Тема урока	Тип урока	Элементы содержания	Требования к уровню подготовленности обучающихся	Универсальные учебные действия (УУД)	Д/з	Дата проведения	
						план	факт
1	2	3	4	5	6	7	8
1 четверть 27 часов							
Легкая атлетика (15часов) 6 класс							
Спринтерский бег, эстафетный бег (5 ч)	Изучение нового материала	Инструктаж по ТБ. Высокий старт (до 10-15м), бег с ускорением (30-40м). Встречная эстафета. Специальные беговые упражнения; развитие скоростных качеств. П/и «бег с флажками».	Уметь: бегать с максимальной скоростью с низкого старта (60 м)	Познавательные структурирование знаний Регулятивные волевая саморегуляция Коммуникативные Потребность в общении со взрослыми и сверстниками. Личностные Формирование положительного отношения	Комплекс 1		
	совершенство вание	Высокий старт (10-15 м), бег с ускорением (40-50 м), специальные беговые упражнения, развитие скоростных возможностей. Круговая эстафета. Влияние л/атлетических упражнений на здоровье.	Уметь: бегать с максимальной скоростью с низкого старта (60 м)	Познавательные Анализ объектов с целью выделения признаков. Регулятивные Внесение и осознание уч-ся того, что уже усвоен и что еще подлежит усвоению. Коммуникативные Эмоционально позитивное отношение к сотрудничеству. Умение аргументировать свои действия.	Комплекс 1		

				Личностные Формирование чувства необходимости учения и интереса к новому.			
совершенство вание	Высокий старт (10-15 м), бег по дистанции, специальные беговые упражнения, развитие скоростных возможностей. Встречная эстафета	Уметь: бегать с максимальной скоростью с низкого старта (60 м)		Познавательные Анализ объектов с целью выделения признаков. Регулятивные Внесение и осознание уч-ся того, что уже усвоен и что еще подлежит усвоению.	Комплекс 1		
совершенство вание	Высокий старт (10-15 м), бег с ускорением (50-60 м), финиширование, специальные беговые упражнения, развитие скоростных возможностей. Эстафетный бег. Передача эстафетной палочки	Уметь: бегать с максимальной скоростью с низкого старта (60 м)		Коммуникативн ые Эмоционально позитивное отношение к сотрудничеству. Умение аргументировать свои действия. Личностные Формирование чувства необходимости учения и интереса к новому	Комплекс 1		
учетный	Бег на результат (30м). Специальные беговые упражнения, развитие скоростных возможностей. П/и «разведчики и часовые»	Уметь: бегать с максимальной скоростью с низкого старта (30 м)		Познавательные Анализ объектов с целью выделения признаков. Регулятивные Внесение и осознание уч-ся того, что уже усвоен и что еще подлежит усвоению. Коммуникативн ые	Комплекс 1		

				<p>Эмоционально позитивное отношение к сотрудничеству. Умение аргументировать свои действия.</p> <p>Личностные Формирование чувства необходимости учения и интереса к новому</p>			
<p>Прыжок в длину. Метание м/мяча (5 часов)</p>	<p>Изучение нового материала</p>	<p>Прыжок в длину. Метание малого мяча. ОРУ в движении. П/и «попади в мяч». Развитие скоростно-силовых качеств.</p>	<p>Уметь: прыгать в длину с разбега; метать мяч на дальность</p>	<p>Познавательные Анализ объектов с целью выделения признаков.</p> <p>Регулятивные Определение промежуточных целей, последовательности действий.</p> <p>Коммуникативные Потребность в общении с учителем и сверстником. Умение слушать собеседника. Учет разных мнений и умений обосновывать собственное.</p> <p>Личностные Развитие симпатии и сопереживания эмоционально- нравственной отзывчивости</p>	Комплекс 1		
	<p>комбинированный</p>	<p>Обучение подбора разбега. Прыжок с 7-9 шагов разбега. Метание малого мяча. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростных качеств.</p>	<p>Уметь: прыгать в длину с разбега; метать мяч на дальность</p>		Комплекс 1	.	
	<p>совершенство вания</p>	<p>Обучение подбора разбега. Прыжок с 7-9 шагов разбега. Метание малого мяча. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростных качеств.</p>	<p>Уметь: прыгать в длину с разбега; метать мяч на дальность</p>		Комплекс 1		

	совершенство вания	Обучение подбора разбега. Прыжок с 7-9 шагов разбега. Метание малого мяча. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростных качеств.	Уметь: прыгать в длину с разбега; метать мяч на дальность		Комплекс 1		
	учетный	Бег в равномерном темпе. Бег 1000м.			Комплекс 1		
Совершенство вание скоростно-силовых качеств (2 часа)	совершенство вание	«Челночный бег 3 x 10 м». Броски набивного мяча (2 кг). Развитие скоростно - силовых качеств.	Уметь: бегать дистанцию, бросать мяч	<p>Познавательные Выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий.</p> <p>Регулятивные Постановка учебной задачи. Умение планировать, контролировать свою работу.</p> <p>Коммуникативные Формирование позитивного отношения к процессу сотрудничества со взрослыми и сверстниками.</p> <p>Личностные Формировать познавательные мотивы</p>	Комплекс 1		

	учетный	«Челночный бег 3 x 10 м». Броски набивного мяча (2 кг). Развитие скоростно - силовых качеств.	Уметь: бегать дистанцию, бросать мяч (на результат)	Познавательные Выбор наиболее эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий.	Комплекс 1		
Прыжок в высоту способом «перешагивание» (3 часа)	Изучение нового материала	Обучение технике прыжка в высоту способом «перешагивание». Обучение подбору разбега. Отталкивание. Висы и подтягивания на перекладине.	Уметь: прыгать в высоту	Регулятивные Постановка учебной задачи. Умение планировать, контролировать свою работу. Коммуникативные Формирование позитивного отношения к процессу сотрудничества со взрослыми и сверстниками.	Комплекс 1		
	совершенство вание	Обучение подбора разбега с 5-9 шагов. Перепрыгивание. Приземление. Специальные прыжковые упражнения. Развитие прыгучести.	Уметь: прыгать в высоту	Личностные Формировать познавательные мотивы	Комплекс 1		
	учетный	Прыжок в высоту способом «перешагивание» с 5-9 шагов разбега. Висы и подтягивания на перекладине.	Уметь: прыгать в высоту на результат		Комплекс 1		

Спортивные игры (12 часов)

Волейбол (9 часов)	Изучение нового материала	ТБ при игре волейбол. Стойка и передвижение игрока. Передача мяча двумя руками сверху над собой и в парах. Эстафета с элементами волейбола. Игра по упрощенным правилам.	Уметь: играть в волейбол по упрощенным правилам; выполнять правильно технические действия	Познавательные Выделение и формулирование познавательной цели. Регулятивные Умение планировать, контролировать свою работу, корректировать и оценивать свою работу	Комплекс 2		
	совершенствования	Стойка и передвижения игрока. Передача мяча двумя руками сверху в парах через зону и над собой. Прием мяча снизу через зону в парах. Игра по упрощенным правилам.	Уметь: играть в волейбол по упрощенным правилам; выполнять правильно технические действия	Коммуникативные Потребность в общении с учителем и сверстниками. Личностные формирование познавательного интереса к новому.	Комплекс 2		
	совершенствования	Стойка и передвижения игрока. Передача мяча двумя руками сверху в парах через зону и над собой. Прием мяча снизу через зону в парах. Игра по упрощенным правилам.	Уметь: играть в волейбол по упрощенным правилам; выполнять правильно технические действия		Комплекс 2		
	совершенствования	Стойка и передвижения игрока. Передача мяча двумя руками сверху в	Уметь: играть в волейбол по упрощенным	Познавательные Контроль и оценка результатов	Комплекс 2		

		парах и тройках через зону и над собой. Прием мяча снизу через зону в парах. Игра по упрощенным правилам.	правилам; выполнять правильно технические действия	деятельности. Регулятивные Регулятивная оценка. Выделение и осознание учащимся того, что уже освоено и что еще надо освоить.			
	комплексный	Стойка и передвижения игрока. Передача мяча двумя руками сверху в парах и тройках через зону и над собой. Прием мяча снизу через зону в парах. Игра по упрощенным правилам.	Уметь: играть в волейбол по упрощенным правилам; выполнять правильно технические действия	Коммуникативные Формирование познавательного интереса к новому. Личностные Взаимопомощь по ходу выполнения заданий.	Комплекс 2		
	комплексный	Стойка и передвижения игрока. Передача мяча двумя руками сверху в парах и тройках через зону и над собой. Прием мяча снизу через зону и через зону. Эстафеты. Игра по упрощенным правилам.	Уметь: играть в волейбол по упрощенным правилам; выполнять правильно технические действия		Комплекс 2		
	комплексный	Стойка и передвижения игрока. Передача мяча двумя руками сверху в парах и тройках через зону и над собой. Прием мяча снизу через зону и	Уметь: играть в волейбол по упрощенным правилам; выполнять правильно технические		Комплекс 2		

		через зону. Прямой нападающий удар после подбрасывания партнера. Игра по упрощенным правилам.	действия				
	комплексный	Стойка и передвижения игрока. Комбинации из разученных элементов движений (перемещений в стойке, ускорений, остановки). Передача мяча сверху двумя руками в парах через сетку. Прием мяча снизу после подачи. Нападающий удар после подбрасывания мяча партнером. Игра по упрощенным правилам.	Уметь: играть в волейбол по упрощенным правилам; выполнять правильно технические действия	Познавательные Выбор эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий. Регулятивные Регулятивная оценка. Выделение и осознание учащимся того, что уже освоено и что еще надо освоить. Коммуникативные Взаимопомощь по ходу выполнения заданий. Личностные Формирование познавательного интереса к новому	Комплекс 2		
	комплексный	Стойка и передвижения игрока. Комбинации из разученных элементов движений (перемещений в стойке, ускорений, остановки). Передача мяча сверху двумя руками в парах через сетку. Прием мяча снизу	Уметь: играть в волейбол по упрощенным правилам; выполнять правильно технические действия		Комплекс 2		

		после подачи. Нападающий удар после подбрасывания мяча партнером. Игра по упрощенным правилам.					
баскетбол (3 часа)	Изучение нового материала	Правила ТБ при игре баскетбол. Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча в высокой стойке на месте. Передача мяча двумя руками от груди в движении. Правила игры в баскетбол.	Уметь: выполнять правильно технические действия	Познавательные Выбор эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий. Регулятивные Регулятивная оценка. Выделение и осознание учащимся того, что уже освоено и что еще надо освоить. Коммуникативные Взаимопомощь по ходу выполнения заданий.	Комплекс 3		
	комбинированный	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча в средней стойке на месте. Остановка двумя шагами. Передача мяча двумя руками от груди в движении. Сочетание приемов ведения, передачи, броска. Правила игры в баскетбол. Игра в мини-баскетбол.	Уметь: выполнять правильно технические действия	Личностные Формирование познавательного интереса к новому	Комплекс 3		
	комбинированный	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте с разной высотой	Уметь: играть в баскетбол; выполнять		Комплекс 3		

		отскока. Остановка прыжком. Передача мяча одной рукой от плеча. Игра в мини-баскетбол. Правила игры баскетбол.	правильно технические действия				
2 четверть (21 час)		Гимнастика (18 часов)					
Висы. Строевые упражнения (6 ч)	Изучение нового материала	Инструктаж по ТБ. Перестроение из колонные по одному в колонну по четыре. ОРУ на месте. Вис согнувшись, вис прогнувшись (м), смешанные висы (д). Значение гимнастических упражнений для правильной осанки.	Уметь: выполнять комбинацию из разученных элементов, выполнять строевые упражнения	Познавательные Выбор эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий. Регулятивные Волевая саморегуляция. Контроль в форме сличения. Ориентация на партнера по общению. Коммуникативные Взаимопомощь по ходу выполнения заданий	Комплекс 2		
	комплексный	Перестроение из колонные по одному в колонну по четыре. ОРУ на месте. Вис согнувшись, вис прогнувшись (м), смешанные висы (д). Подтягивание в висячем положении. Развитие силовых способностей. П/и «Светофор»	Уметь: выполнять комбинацию из разученных элементов, выполнять строевые упражнения	Личностные Формирование познавательного интереса к новому	Комплекс 2		

	комплексный	Перестроение из колонные по одному в колонну по четыре. ОРУ в парах. Вис согнувшись, вис прогнувшись (м), смешанные висы (д). Подтягивание в висе. Развитие силовых способностей. П/и «Веровочка под ногами»	Уметь: выполнять комбинацию из разученных элементов, выполнять строевые упражнения	Познавательные Выбор эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий. Регулятивные Волевая саморегуляция. Контроль в форме сличения. Ориентация на партнера по общению. Коммуникативные Взаимопомощь по ходу выполнения заданий	Комплекс 2		
	комплексный	Перестроение из колонные по одному в колонну по четыре. ОРУ в парах. Перестроение уступами. Подтягивание в висе. Развитие силовых способностей. П/и «Веровочка под ногами»	Уметь: выполнять комбинацию из разученных элементов, выполнять строевые упражнения	Личностные Формирование познавательного интереса к новому	Комплекс 2		
	комплексный	Перестроение из колонные по одному в колонну по четыре. ОРУ с мячом. Перестроение уступами. Подтягивание в висе. Развитие силовых способностей. П/и «Веровочка под ногами»	Уметь: выполнять комбинацию из разученных элементов, выполнять строевые упражнения		Комплекс 2		
	учетный	Перестроение из колонные по одному в колонну по четыре. ОРУ	Уметь: выполнять комбинацию из		Комплекс 2		

		с мячом. Перестроение уступами. Подтягивание в висе. Развитие силовых способностей. П/и «Веровочка под ногами»	разученных элементов, выполнять строевые упражнения				
Опорный прыжок. Лазанье по канату. Строевые упражнения (6 ч)	Изучение нового материала	Прыжок ноги врозь (козел в ширину, высота 100-110 см). ОРУ без предметов. Упражнения на г/скамейке. Развитие силовых способностей.	Уметь: выполнять опорный прыжок, строевые упражнения	Познавательные Выбор эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий. Регулятивные Волевая саморегуляция. Контроль в форме сличения. Ориентация на партнера по общению. Коммуникативные Взаимопомощь по ходу выполнения заданий Личностные Формирование познавательного интереса к новому	Комплекс 2		
	совершенствования	Прыжок ноги врозь (козел в ширину, высота 100-110 см). ОРУ без предметов. Упражнения на г/скамейке. Развитие силовых способностей.	Уметь: выполнять опорный прыжок, строевые упражнения		Комплекс 2		
	совершенствования	Прыжок ноги врозь (козел в ширину, высота 100-110 см). ОРУ с обручем. Упражнения на г/скамейке. Развитие силовых способностей.	Уметь: выполнять опорный прыжок, строевые упражнения		Комплекс 2		
	совершенствования	Прыжок ноги врозь (козел в ширину, высота 100-110 см). ОРУ с обручем. Лазанье по канату в три према.	Уметь: выполнять опорный прыжок, лазать		Комплекс 2		

		Развитие силовых способностей.	по канату до 4 м				
	Учетный	ОРУ с мячами. Прыжок ноги врозь (козел в ширину, высота 100-110 см). Лазанье по г/канату. Развитие силовых способностей.	Уметь: выполнять опорный прыжок, лазать по канату	Познавательные Выбор эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий. Регулятивные Волевая саморегуляция. Контроль в форме сличения.	Комплекс 2		
	Учетный	ОРУ с мячами. Лазанье по г/канату. Лазанье по г/лестнице. Развитие силовых способностей. П/и «Удочка»	Уметь: лазать по канату				
Акробатика (6 ч)	Изучение нового материала	Кувырки вперед, назад, стойка на лопатках – выполнение комбинации. Два кувырка вперед слитно. ОРУ с мячом. Развитие координационных способностей.	Уметь: выполнять акробатические элементы отдельно и в комбинации	Личностные Формирование познавательного интереса к новому	Комплекс 2		
	комплексный	Два кувырка вперед слитно. «Мост» из положения стоя (с помощью, без помощи). ОРУ с мячом. Развитие	Уметь: выполнять акробатические элементы отдельно и в				

	гибкости.	комбинации			
комплексный	Два кувырка вперед слитно. «Мост» из положения стоя (с помощью, без помощи). ОРУ с мячом. Развитие гибкости.	Уметь: выполнять акробатические элементы раздельно и в комбинации	Познавательные Самостоятельное создание алгоритма деятельности при решении проблем различного характера. Регулятивные Волевая саморегуляция, как способность к мобилизации сил и энергии. Коммуникативные Способность к преодолению препятствий Потребность в общении с учителем и сверстниками.. Личностные Формирование социальной роли ученика.	Комплекс 2	
комплексный	Строевой шаг. Повороты в движении. Кувырки вперед и назад. Стойка на лопатках. ОРУ с м/мячом. Развитие координационных способностей	Уметь: выполнять кувырки, стойку на лопатках		Комплекс 2	
комплексный	Строевой шаг. Повороты на месте. Кувырки вперед и назад. Стойка на лопатках. ОРУ с м/мячом. Развитие координационных способностей	Уметь: выполнять кувырки, стойку на лопатках		Комплекс 2	
Учетный	Строевой шаг. Повороты на месте. Кувырки вперед и назад. Стойка на лопатках. Эстафета с обручем	Уметь: выполнять кувырки, стойку на лопатках		Комплекс 2	

Ритмическая гимнастика (3 часа)	Изучение нового материала	Разучивание основных шагов и элементов ритмической гимнастики.	Уметь: выполнять шаги и связки ритмической гимнастики		Комплекс 2		
	комплексный	Разучивание основных шагов и элементов ритмической гимнастики.	Уметь: выполнять шаги и связки ритмической гимнастики	Познавательные Самостоятельное создание алгоритма деятельности при решении проблем различного характера. Регулятивные Волевая саморегуляция, как способность к мобилизации сил и энергии. Коммуникативные Способность к преодолению препятствий. Потребность в общении с учителем и сверстниками. Личностные Формирование социальной роли ученика.	Комплекс 2		
	учетный	Выполнения комплекса ритмической гимнастики	Уметь: выполнять шаги и связки ритмической гимнастики		Комплекс 2		
3 четверть (30 часов)		Спортивные игры (12 часов)					
Баскетбол (12 ч)	комплексный	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча в низкой стойке. Остановка двумя шагами. Передача мяча одной рукой от плеча на месте. Сочетание приемов	Уметь: играть в баскетбол по упрощенным правилам; выполнять правильно технические	Познавательные Выбор эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий. Регулятивные Регулятивная оценка.	Комплекс 3		

		ведения, передачи, броска. Игра в мини-баскетбол.	действия в игре	Выделение и осознание учащимся того, что уже освоено и что еще надо освоить.			
комбинированный		Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча в низкой стойке. Остановка двумя шагами. Передача мяча одной рукой от плеча на месте. Сочетание приемов ведения, передачи, броска. Игра в мини-баскетбол.	Уметь: играть в баскетбол по упрощенным правилам; выполнять правильно технические действия в игре	Коммуникативные Взаимопомощь по ходу выполнения заданий. Личностные Формирование познавательного интереса к новому	Комплекс 3		
Изучение нового материала		Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча с разной высотой отскока. Передача мяча одной рукой от плеча в движении. Игра (2х2, 3х3). Развитие координационных способностей. Игра в мини-баскетбол.	Уметь: играть в баскетбол по упрощенным правилам; выполнять правильно технические приемы	Познавательные Выбор эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий. Регулятивные Регулятивная оценка. Выделение и осознание учащимся того, что уже освоено и что еще надо освоить.	Комплекс 3		
комбинированный		Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча с разной высотой отскока. Передача мяча в паре с пассивным сопротивлением. Игра	Уметь: играть в баскетбол по упрощенным правилам; выполнять правильно	Коммуникативные Взаимопомощь по ходу выполнения заданий. Личностные Формирование познавательного интереса к	Комплекс 3		

		(2x2, 3x3). Развитие координационных способностей. Игра в мини-баскетбол.	технические действия в игре	новому			
комбинированный	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча с разной высотой отскока. Передача мяча в паре с пассивным сопротивлением. Игра (2x2, 3x3). Развитие координационных способностей. Игра в мини-баскетбол.	Уметь: играть в баскетбол по упрощенным правилам; знать жесты судьи			Комплекс 3		
комплексный	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча с разной высотой отскока. Передача мяча двумя руками от головы в парах на месте и в движении. Игра (2x2, 3x3).. Игра в мини-баскетбол.	Уметь: играть в баскетбол по упрощенным правилам; знать жесты судьи	Познавательные Контроль и оценка результатов деятельности. Регулятивные Регулятивная оценка. Выделение и осознание учащимся того, что уже освоено и что еще надо освоить.		Комплекс 3		
Изучение нового материала	Стойки и передвижения игрока. Перехват мяча. Бросок одной рукой от плеча после остановки. Позиционное нападение.	Уметь: играть в баскетбол по упрощенным правилам; выполнять технические	Коммуникативные Формирование познавательного интереса к новому. Личностные Взаимопомощь		Комплекс 3		

			приемы	по ходу выполнения заданий			
	комплексный	Стойки и передвижения игрока. Перехват мяча. Бросок одной рукой от плеча после остановки. Позиционное нападение.	Уметь: играть в баскетбол по упрощенным правилам; выполнять технические приемы		Комплекс 3		
	комплексный	Стойки и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча Бросок одной рукой от плеча на месте. Нападение быстрым прорывом. (2 x 1). Игра в мини баскетбол.	Уметь: играть в баскетбол по упрощенным правилам; выполнять технические приемы	Познавательные Контроль и оценка результатов деятельности. Регулятивные Регулятивная оценка. Выделение и осознание учащимся того, что уже освоено и что еще надо освоить.	Комплекс 3		
	комплексный	Стойки и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча Бросок одной рукой от плеча на месте. Нападение быстрым прорывом. (2 x 1). Игра в мини баскетбол.	Уметь: играть в баскетбол по упрощенным правилам; выполнять технические приемы	Коммуникативные Формирование познавательного интереса к новому. Личностные Взаимопомощь по ходу выполнения заданий	Комплекс 3		

	комплексный	Стойки и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча Бросок одной рукой от плеча на месте. Нападение быстрым прорывом. Игра в мини баскетбол.	Уметь: играть в баскетбол по упрощенным правилам; знать жесты судьи	Познавательные Контроль и оценка результатов деятельности. Регулятивные Регулятивная оценка. Выделение и осознание учащимся того, что уже освоено и что еще надо освоить. Коммуникативные Формирование познавательного интереса к новому. Личностные Взаимопомощь по ходу выполнения заданий	Комплекс 3		
	учетный	Стойки и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча Бросок одной рукой от плеча на месте. Игра в мини баскетбол.	Уметь: играть в баскетбол по упрощенным правилам; знать жесты судьи		Комплекс 3		
Лыжная подготовка (18 ч) Изучение лыжных ходов, преодоление спусков и впадин, подъемы в гору	Изучение нового материала	ТБ на уроках лыжной подготовки. Подбор лыж, л/ботинок и л/палок. Оказание медицинской помощи при обморожениях.	Уметь: подбирать лыжи и лыжный инвентарь; форму одежды для лыжной подготовки	Познавательные Самостоятельное создание алгоритма деятельности при решении проблем различного характера. Регулятивные Осуществлять самопроверку, отвечать на вопросы, оценивать свои достижения на уроке. Коммуникативные Потребность в общении с учителем и сверстником. Личностные	Комплекс 4		
	комплексный	Попеременный двухшажный ход. Поворот на месте махом. Прохождение дистанции до 1000м	Уметь: кататься на лыжах различными лыжными ходами		Комплекс 4		

	комплексный	Попеременный двухшажный ход. Поворот на месте махом. Пугры на лыжах. Прохождение дистанции до 1000м.	Уметь: кататься на лыжах различными лыжные ходами	Формирование познавательного интереса к новому	Комплекс 4		
	комплексный	Попеременный двухшажный ход. Одновременный двухшажный ход. Прохождение дистанции 2 км.	Уметь: кататься на лыжах различными лыжные ходами	Познавательные Самостоятельное создание алгоритма деятельности при решении проблем различного характера. Регулятивные Осуществлять самопроверку, отвечать на вопросы, оценивать свои достижения на уроке. Коммуникативные Потребность в общении с учителем и сверстником. Личностные Формирование познавательного интереса к новому	Комплекс 4		
	комплексный		Уметь: кататься на лыжах различными лыжные ходами		Комплекс 4		
	комплексный	Попеременный двухшажный ход. Одновременный двухшажный ход. Прохождение дистанции 3 км.	Уметь: кататься на лыжах различными лыжные ходами		Комплекс 4		
	учетный	Попеременный двухшажный ход. Одновременный двухшажный ход.	Уметь: проходить дистанцию 2		Комплекс 4		

		Прохождение дистанции 2 км на результат.	км на результат				
Изучение нового материала		Подъем в горку «получелочкой». Спуск с горы, преодоление бугров и впадин. Лыжная эстафета.	Уметь: выполнять подъемы и спуски с горы	Познавательные Самостоятельное создание алгоритма деятельности при решении проблем различного характера. Регулятивные Осуществлять самопроверку, отвечать на вопросы, оценивать свои достижения на уроке. Коммуникативные Потребность в общении с учителем и сверстником. Личностные Формирование познавательного интереса к новому	Комплекс 4		
			Уметь: выполнять подъемы и спуски с горы		Комплекс 4		
комплексный	Подъемы и спуски с горок различной высоты. Торможение «плугом». П/игры на лыжах.	Уметь: выполнять подъемы и спуски с горы	Комплекс 4				
учетный		Уметь: выполнять подъемы и спуски с горы	Комплекс 4				
Изучение нового материала		Техника конькового хода. Коньковый ход. Прохождение дистанции до 1 км.	уметь: освоить навыки конькового хода		Комплекс 4		
комплексный		Техника конькового хода. Коньковый ход. Прохождение дистанции до 2 км.	уметь: освоить навыки конькового хода		Комплекс 4		

	комплексный	Прохождение дистанции различными лыжными ходами: попеременным двухшажным, одношажным. Прохождение дистанции до 3 км.	Уметь: кататься на лыжах различными лыжными ходами	Познавательные Самостоятельное создание алгоритма деятельности при решении проблем различного характера. Регулятивные Осуществлять самопроверку, отвечать на вопросы, оценивать свои достижения на уроке.	Комплекс 4		
	комплексный	Катание с горок различной высоты. Прохождение дистанции до 2 км по пересеченной местности	Уметь: кататься на лыжах различными лыжными ходами; спускаться с горы	Коммуникативные Потребность в общении с учителем и сверстником. Личностные Формирование познавательного интереса к новому	Комплекс 4		
	учетный		Уметь: кататься на лыжах различными лыжными ходами; спускаться с горы		Комплекс 4		
	комплексный	П/игры и эстафеты на лыжах. Катание с горок различной высоты.	Уметь: знать правила соревнований по лыжным гонкам		Комплекс 4		

	комплексный	П/игры и эстафеты на лыжах. Катание с горок различной высоты.	Уметь: применять изученный материал в п/играх и эстафетах	Познавательные Самостоятельное создание алгоритма деятельности при решении проблем различного характера. Регулятивные	Комплекс 4		
	комплексный	П/игры и эстафеты на лыжах. Катание с горок различной высоты.	Уметь: применять изученный материал в п/играх и эстафетах	Осуществлять самопроверку, отвечать на вопросы, оценивать свои достижения на уроке. Коммуникативные Потребность в общении с учителем и сверстником. Личностные Формирование познавательного интереса к новому	Комплекс 4		
	комплексный				Комплекс 4		
4 четверть (24 часа) Спортивные игры (14 часов)							
Волейбол (7 часов)	Изучение нового материала	ТБ при во время на занятиях спортиграми. Терминология игры волейбол. Судейские жесты. Прием мяча снизу двумя руками после подачи. Игра по упрощенным правилам.	Уметь: знать правила соревнований по волейболу; знать судейские жесты	Познавательные Контроль и оценка результатов деятельности. Регулятивные Регулятивная оценка. Выделение и осознание	Комплекс 3		

	Комплексный	Стойка игрока. Передвижения в стойке.	Уметь: играть в волейбол по упрощенным правилам; выполнять правильно технические действия	<p>учащимся того, что уже освоено и что еще надо освоить.</p> <p>Коммуникативные Формирование познавательного интереса к новому.</p> <p>Личностные Взаимопомощь по ходу выполнения заданий</p>	Комплекс 3		
	Комплексный	Передача двумя руками сверху в парах и над собой. Прием мяча снизу в парах. Прямой нападающий удар после подбрасывания партером.			Комплекс 3		
	комплексный	Игра по упрощенным правилам.			Комплекс 3		
	учетный	Комбинация из раннее изученных элементов.	Уметь: играть в волейбол по упрощенным правилам; выполнять правильно технические действия				
	комплексный	Нижняя прямая подача. П/игра «Во встречных колоннах». Игра по упрощенным правилам.			Комплекс 3		
	учетный	Обобщение пройденного материала по теме волейбол. Игра по упрощенным правилам.	Уметь: играть в волейбол по упрощенным правилам; выполнять правильно технические действия		<p>Познавательные Контроль и оценка результатов деятельности.</p> <p>Регулятивные Регулятивная оценка. Выделение и осознание учащимся того, что уже освоено и что еще надо освоить.</p>	Комплекс 3	
Баскетбол (7 часов)	Изучение нового	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча.	Уметь: играть в баскетбол по упрощенным		Комплекс 3		

	материала	Взаимодействие двух игроков через заслон. Нападение быстрым прорывом. Игра в мини-баскетбол.	правилам; выполнять правильно технические действия	Коммуникативные Формирование познавательного интереса к новому. Личностные Взаимопомощь по ходу выполнения заданий			
	Комплексный	Стойка и передвижения игрока. Вырывание и выбивание мяча. Взаимодействие двух игроков через заслон. Нападение быстрым прорывом. Игра в мини-баскетбол.	Уметь: играть в баскетбол по упрощенным правилам; выполнять правильно технические действия		Комплекс 3		
	комплексный						
	учетный	Бросок двумя руками от головы в движении. Стойка и передвижение игрока. Остановка двумя шагами. Нападение быстрым прорывом. Игра в мини-баскетбол.	Уметь: играть в баскетбол по упрощенным правилам; выполнять правильно технические действия	Познавательные Контроль и оценка результатов деятельности. Регулятивные Регулятивная оценка.	Комплекс 3		
	Комплексный	Бросок одной рукой от плеча со средней линии с места. Остановка двумя шагами. Нападение быстрым прорывом. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных	Уметь: играть в баскетбол по упрощенным правилам; выполнять правильно технические	Выделение и осознание учащимся того, что уже освоено и что еще надо освоить. Коммуникативные Формирование познавательного интереса к	Комплекс 3		
	Комплексный						

		качеств.	действия	новому. Личностные Взаимопомощь по ходу выполнения заданий			
	учетный	Бросок одной рукой от плеча со средней линии с места. Нападение быстрым прорывом. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных качеств.	Уметь: играть в баскетбол по упрощенным правилам; выполнять правильно технические действия		Комплекс 3		
Легкая атлетика (10 часов)							
Прыжок в высоту способом «перешагивание». Метание мяча (3 часа)	совершенствование	Инструктаж по ТБ. Прыжок в высоту с 5-7 шагов разбега способом «перешагивание» (подбор разбега, отталкивание). Метание м /мяча в цель. ОРУ в движении. Развитие скоростно-силовых качеств.	Уметь: прыгать в высоту с разбега; метать малый мяч в цель	Познавательные структурирование знаний Регулятивные волевая саморегуляция Коммуникативные Потребность в общении со взрослыми и сверстниками. Личностные Формирование положительного отношения к учению	Комплекс 4		
	комбинированный	Прыжок в высоту с 5-7 шагов разбега способом «перешагивание» (отталкивание, переход планки). Метание м /мяча	Уметь: прыгать в высоту с разбега; метать малый мяч в		Комплекс 4		

		в цель. ОРУ в движении. Развитие скоростно-силовых качеств.	цель				
	комбинированный	Прыжок в высоту с 5-7 шагов разбега способом «перешагивание» (приземление). Метание м /мяча в цель. ОРУ в движении. Развитие скоростно-силовых качеств.	Уметь: прыгать в высоту с разбега; метать малый мяч в цель	Познавательные структурирование знаний Регулятивные волевая саморегуляция Коммуникативные Потребность в общении со взрослыми и сверстниками.	Комплекс 4		
Бег на средние дистанции (2 часа)	Изучение нового материала	Бег в равномерном темпе (1000м). ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие выносливости.	Уметь: бегать на дистанцию 1000м	Личностные Формирование положительного отношения к учению	Комплекс 4		
	совершенствование				Комплекс 4		
Спринтерский бег, эстафетный бег (2 часов)	комбинированный	Высокий старт (до 10-15 м), бег с ускорением (30-40 м). Встречная эстафета. Развитие скоростных качеств. Старты из различных исходных положений.	Уметь: бегать с максимальной скоростью на дистанцию 30 и 60 м с низкого старта		Комплекс 4		
	учетный	Бег на результат (60м). ОРУ в движении. Эстафеты по кругу. Передача палочки	Уметь: бегать с максимальной скоростью на	Познавательные структурирование знаний Регулятивные волевая	Комплекс 4		

			дистанцию 60 м с низкого старта	саморегуляция Коммуникативн ые Потребность в общении со взрослыми и сверстниками.			
Прыжок в длину с разбега. Метание мяча на дальность (3 часа)	совершенствов ание	Прыжок с 7-9 шагов разбега. Приземление. Метание м/мяча на дальность с места. ОРУ в движении. П/и «Метко в цель». Развитие скоростно-силовых качеств.	Уметь: прыгать в длину с разбега; метать мяч на дальность	Личностные Формирование положительного отношения к учению.	Комплекс 4		
	совершенствов ание	Прыжок с 7-9 шагов разбега. Метание м/мяча на дальность с места. На результат. ОРУ в движении. П/и «Метко в цель». Развитие скоростно-силовых качеств.	Уметь: прыгать в длину с разбега; метать мяч на дальность		Комплекс 4		
	учетный	Прыжок в длину на результат. Инструктаж ТБ при купании в открытых водоемах. П/игра «Лапта»	Уметь: прыгать в длину с разбега; метать мяч на дальность		Комплекс 4		