



Утверждаю  
Директор школы  
*Маврант*

Приказ № 100 от 19 сентября 2019 года

# Календарно – тематическое планирование по физической культуре

на 2019-2020 учебный год

5 класс

(ФГОС, 102 часа)

Учитель: Молчанова О.И.

**Календарно- тематическое планирование 5 класс**

№	Тема урока	Содержание урока	Количество часов	Характеристика видов деятельности обучающихся	Домашнее задание	Дата проведения	
						план	факт
<b>Физическая культура как область знаний . История и современное развитие физической культуры. (1ч)</b>							
1	Олимпийские игры древности.	Олимпийские игры древности. Мифы и легенды о зарождении Олимпийских игр древности. Исторические сведения о развитии древних Олимпийских игр. Виды состязаний в программе Олимпийских игр древности, правила их проведения. Известные участники и победители древних Олимпийских игр.	1	<i>Характеризовать</i> Олимпийские игры древности как явление культуры, <i>раскрывать</i> содержание и правила соревнований.	стр8-12 читать		
<b>Спортивно-оздоровительная деятельность с общеразвивающей направленностью. Легкая атлетика. (12ч)</b>							
2/1	Характеристика вида спорта. Беговые упражнения. Высокий старт от 10 до 15 м . Инструктаж по Т.Б.	- техника спортивной ходьбы - гладкий бег - высокий старт - история легкой атлетики - техника безопасности - развитие быстроты	1	-демонстрировать технику легкоатлетических упражнений -знать историю легкой атлетики -знать и соблюдать правила поведения и технику безопасности	стр77-78 читать		
3/2	Бег на короткую дистанцию. Низкий старт. Ускорения от 30 до 40 м с высокого старта. Выдающиеся спортсмены.	- бег на короткие дистанции (спринт) - низкий старт - стартовая колодка - имена выдающихся спортсменов - развитие быстроты	1	- демонстрировать технику низкого старта - бегать на короткую дистанцию - запомнить имена выдающихся спортсменов	стр80-82 читать		

4/3	Спринтерский бег до 40 м. Метание малого мяча с разбега (с трёх шагов) на дальность и заданное расстояние.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- скоростные способности</li> <li>- ускорение</li> <li>- спринтерский бег</li> <li>- техника метания мяча</li> <li>- развитие быстроты</li> </ul>	1	<ul style="list-style-type: none"> <li>- осваивать технику беговых упражнений</li> <li>- бегать 30 м на результат</li> <li>- метать мяч на дальность с 3бросковых шагов</li> </ul>	подготовить сообщение о выдающихся спортсменах в лёгкой атлетике		
5/4	Метание мяча на дальность и заданное расстояние. Бег на короткую дистанцию 60 м на результат. Бег на длинную дистанцию.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- техника метания мяча на дальность</li> <li>- понятие выносливость</li> <li>- бег на длинные дистанции</li> <li>- бег 60 м на результат</li> <li>-развитие выносливости</li> </ul>	1	<ul style="list-style-type: none"> <li>- описывать технику выполнения легкоатлетических упражнений</li> <li>- продемонстрировать вариативное исполнение упражнений в метании мяча на дальность</li> <li>-бегать с максимальной скоростью 60м</li> </ul>	стр82-83 читать		
6/5	Метание мяча на дальность. Бег на длинную дистанцию (1500м).	<ul style="list-style-type: none"> <li>- понятие ЧСС</li> <li>- распределение сил на длинной дистанции</li> <li>- техника метания мяча на дальность</li> <li>- развитие силы, выносливости</li> </ul>	1	<ul style="list-style-type: none"> <li>- выбирать индивидуальный режим нагрузки, контролировать ее по ЧСС</li> <li>- продемонстрировать вариативное исполнение упражнений в метании мяча</li> <li>-применять разученные упражнения для развития силы, выносливости</li> </ul>	стр88-89 читать		
7/6	Метание мяча на результат. Гладкий равномерный бег на средние дистанции от	<ul style="list-style-type: none"> <li>- распределение сил по дистанции</li> <li>- метание мяча на дальность на результат</li> <li>- развитие выносливости</li> </ul>	1	<ul style="list-style-type: none"> <li>- выбирать индивидуальный режим нагрузки, контролируют ее по ЧСС</li> <li>- метать мяч на дальность с 3</li> </ul>	стр84 прочитать текст «Упр. для		

	10 до 12 мин. Организаторские умения.			бросковых шагов на результат -овладеть организаторскими умениями	улучшений техники бега»		
8/7	Прыжки в длину с 7—9 шагов разбега способом «согнув ноги». Кроссовый бег до 15 мин.	-техника прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги» - распределение сил по дистанции - развитие выносливости	1	-описывать технику выполнения прыжковых упражнений, -осваивать ее самостоятельно с предупреждением, выявлением и исправлением типичных ошибок -демонстрировать вариативное выполнение прыжковых упражнений	стр84-85 прочитать текст «Прыжок в длину с разбега»		
9/8	Прыжки в длину с 7—9 шагов разбега способом «согнув ноги». Бег с преодолением препятствий.	- техника прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги» - бег с преодолением препятствий - развитие выносливости, силы	1	-взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения прыжковых упражнений, соблюдать правила безопасности. -включать прыжковые упражнения в различные формы занятий физической культурой	презентация «Техника прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги»		
10/9	Прыжки в длину с разбега на результат. Круговая тренировка. Организаторские умения.	-прыжок в длину с разбега на результат - понятие круговая тренировка - распределение сил на круговой тренировке - развитие выносливости, силы	1	Прыгать в длину с разбега на результат -овладеть организаторскими умениями -применять разученные упражнения для развития выносливости.			
11/10	Бег на длинную дистанцию 1000м Эстафеты. Организаторские	- развитие скоростно-силовых способностей - бег на 1000м -эстафеты	1	- применять разученные упражнения для развития скоростно-силовых способностей	прочитать текст «Основные правила		

	умения.	-организаторские умения.		- уметь бегать 1000м на результат. - овладеть организаторскими умениями	соревнований по лёгкой атлетике»		
12/ 11	Организаторские умения. Тестирование уровня физической подготовленности. Национальные виды спорта: русская лапта.	- развитие скоростно-силовых способностей - тестирование - уровень физической подготовленности -национальные виды спорта: русская лапта (технические действия и правила).	1	- применять разученные упражнения для развития скоростно-силовых способностей - овладеть организаторскими умениями - описывать и выполнять тесты по определению уровня физической подготовленности -вести наблюдение за динамикой своего развития - овладеть технико-тактическими действиями и правилами игры в русскую лапту	изучить данные таблицы «Контрольные упражнения» на стр91		
13/ 12	Тестирование уровня физической подготовленности. Национальные виды спорта: «Русская лапта».	- влияние легкоатлетических упражнений на укрепление здоровья - разминка - тестирование -национальные виды спорта: «Русская лапта» (технические действия и правила)	1	- раскрывать значение легкоатлетических упражнений - самостоятельно проводить разминку - выполнять тесты -овладеть организаторскими умениями - овладеть технико-тактическими действиями и правилами игры в русскую лапту	стр97-99 читать		
<b>Способы двигательной (физкультурной) деятельности. Оценка эффективности занятий физической культурой. (1ч)</b>							
14/	Самонаблюдение и	- самонаблюдение, его цели	1	характеризовать	стр13-17		

1	самоконтроль. Самонаблюдение за индивидуальным физическим развитием по его основным показателям (длина и масса тела, окружность грудной клетки, показатели осанки)	назначение и содержание - самоконтроль как элемент самонаблюдения, его цель и задачи - основные показатели физического развития - дневник самонаблюдения		самонаблюдение как длительный процесс регистрации физического развития и физической подготовленности - пользоваться таблицами показателей ЧСС - измерять индивидуальные показатели - вести дневник самонаблюдения	читать, внести данные в дневник самонаблюдения		
<b>Спортивно-оздоровительная деятельность с общеразвивающей направленностью. Спортивные игры. Баскетбол. (10ч).</b>							
15/ 1	История баскетбола. Основные правила игры в баскетбол. Основные приёмы игры. Правила техники безопасности. Стойки игрока. Техника передвижения.	- техника безопасности - история баскетбола - техника передвижения: перемещения в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперёд - развитие координации движений	1	- изучать историю баскетбола - описывать технику изучаемых игровых приемов и действий	стр109 читать		
16/ 2	Характеристика вида спорта. Остановка двумя шагами и прыжком. Ловля и передача мяча.	- имена выдающихся спортсменов - техника передвижения - остановка двумя шагами и прыжком - развитие координации движений	1	- знать имена выдающихся баскетболистов - описывать технику изучаемых игровых приемов и действий - описывать технику ловли и передачи мяча	стр110-111 прочитать текст «Баскетбол. Основные правила игры»		
17/ 3	Повороты без мяча и с мячом. Ловля и передача мяча.	- техника передвижения - повороты без мяча и с мячом - ловля и передача мяча на месте и в движении - комбинации из освоенных элементов техники передвижений	1	- демонстрировать технику передвижения - демонстрировать технику ловли и передачи мяча	стр111-112 прочитать текст «Техника безопасности в		

		(перемещения в стойке, остановка, поворот, ускорение) - развитие координации движений			баскетболе »		
18/ 4	Ловля и передача мяча Ведение мяча.	- ловля и передача мяча на месте и в движении - ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке на месте, шагом и бегом по прямой -развитие координации движений, быстроты	1	- демонстрировать технику ловли и передачи мяча в вариантах на результат - описывать технику ведения мяча	стр112 прочитать текст «Основны е приёмы игры»		
18/ 5	Ведение мяча. Броски.	- ведение мяча ведущей и неведущей рукой - броски мяча одной и двумя руками с места в движении (после ведения, после ловли) без сопротивления защитника (максимальное расстояние до корзины — 3,60 м) развитие быстроты, силы	1	- демонстрировать технику ведения мяча - описывать технику бросков мяча	стр112-115 прочитать текст «Ведение мяча»		
20/ 6	Ведение мяча. Броски. Индивидуальная техника защиты.	- вырывание и выбивание мяча - броски мяча с места и в движении - варианты ведения мяча: с изменением направления движения и скорости; ведение без сопротивления защитника - развитие силы, выносливости	1	- демонстрировать технику ведения в вариантах на результат - демонстрировать технику бросков мяча - описывать технику вырывания и выбивания мяча	стр184 читать		
21/ 7	Ведение мяча. Броски. Учебная игра.	- правила игры - жесты судьи - варианты ведения мяча - развитие силы, выносливости	1	- моделировать технику освоенных игровых приемов - выполнять правила игры	презентац ия «Правила игры»		
22/ 8	Учебная игра. Тактика игры.	- правила игры - жесты судьи	1	демонстрировать технику бросков мяча на результат	стр158 читать		

		- тактика игры (свободное нападение) - развитие силы, выносливости		- понимать и выполнять тактические действия - соблюдать правила игры			
23/ 9	Учебная игра. Тактика игры. Организаторские умения.	- тактика игры (позиционное нападение (5:0) без изменения позиций игроков) - развитие силы, выносливости	1	- понимать и выполнять тактические действия - соблюдать правила игры - осуществлять помощь в судействе	стр158 читать		
24/ 10	Учебная игра. Тактика игры. Организаторские умения.	-нападение быстрым прорывом (1:0) - тактика игры в нападении (взаимодействие 2 игроков «отдай мяч и выйди») - развитие силы, выносливости	1	- моделировать тактику игровых действий в зависимости от ситуации - осуществлять помощь в судействе			
<b>Физкультурно-оздоровительная деятельность (1ч)</b>							
25/ 1	Физкультурно-оздоровительная деятельность. Комплексы упражнений утренней зарядки, физкультминуток и физкультпауз.	- физкультурно-оздоровительная деятельность как система занятий - самостоятельные занятия с оздоровительной направленностью: - комплексы упражнений утренней зарядки, физкультминуток и физкультпауз	1	- раскрывать значение оздоровительных форм занятий в режиме учебного дня - продемонстрировать технику выполнения упражнений для утренней зарядки, физкультминуток и физкультпауз	составить индивидуальные комплексы физкультминутки или физкультпауз		
<b>Спортивно-оздоровительная деятельность с общеразвивающей направленностью. Спортивные игры. Футбол (2ч).</b>							
26/ 1	Краткая характеристика вида спорта Требования к технике безопасности. Стойки игрока. Перемещения в стойке.	-история футбола -основные правила игры в футбол -основные приёмы игры в футбол -правила техники безопасности - стойки игрока -перемещения в стойке приставными шагами боком и спиной вперёд, ускорения	1	-изучать историю футбола и запоминать имена выдающихся отечественных футболистов— олимпийских чемпионов -овладевать основными приёмами игры в футбол - соблюдать правила, чтобы	стр130-131 читать		

		-развитие быстроты		избежать травм при занятиях футболом -описывать технику игровых действий и приемов, осваивать их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки			
27/ 2	Ведение мяча по прямой с изменением направления движения и скорости ведения без сопротивления защитника ведущей и неведущей ногой. Старты из различных положений. Игра по упрощенным правилам. Организаторские умения.	-ведение мяча по прямой с изменением направления движения и скорости ведения без сопротивления защитника ведущей и неведущей ногой - старты из различных положений - правила игры - организаторские умения -развитие быстроты, силы	1	-описывать технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивать их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки -выполнять и объяснять правила игры - овладевать терминологией - осуществлять помощь в судействе, комплектовании команды	стр132 читать		
<b>Физическая культура как область знаний. Современное представление о физической культуре(основные понятия). (1ч)</b>							
28/ 1	Физическое развитие человека. Понятие о физическом развитии, характеристика его основных показателей. Осанка как показатель физического развития человека, основные ее характеристики и параметры.	- физическое развитие человека (основные показатели) - осанка как показатель физического развития человека, основные ее характеристики и параметры - характеристика основных средств формирования и профилактики нарушений осанки - правила составления комплексов упражнений - росто-весовые показатели	1	- знать основные показатели физического развития человека - измерять рост и массу своего тела -руководствоваться правилами профилактики нарушения осанки -подбирать и выполнять упражнения по профилактике ее нарушения и коррекции	стр13-15 читать. внести данные физического развития в дневник самонаблюдения;		

<b>Спортивно-оздоровительная деятельность с общеразвивающей направленностью. Гимнастика с основами акробатики (16ч).</b>							
29/ 1	Техника безопасности. История гимнастики. Организующие команды и приемы. Построение и перестроение на месте и в движении Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре дроблением и сведением. Развитие координации.	- история гимнастики, основные виды - строевые приемы: перестроение из колонны по одному в колонну по четыре дроблением и сведением - ОРУ с предметом (мячом) для развития координации	1	- четко выполнять организующие команды и приемы - осваивать упражнения по развитию координации	сообщение «История гимнастики»		
30/ 2	Организующие команды: перестроение из колонны по два и по четыре в колонну по одному разведением и слиянием. ОРУ без предмета. Акробатические упражнения. Висы и упоры.	-перестроение из колонны по два и по четыре в колонну по одному разведением и слиянием - перекаты вперед-назад, в сторону - висы простые -развития координации движений, гибкости	1	- четко выполнять строевые приемы - выполнять перекаты - осваивать простые висы - использовать разученные упражнения для развития координации движений и гибкости	стр205-206 читать		
31/ 3	Организующие команды: перестроение из колонны по одному в колонну по восемь в движении. ОРУ без предмета. Акробатические упражнения. Висы и	- перестроение из колонны по одному в колонну по восемь в движении - висы смешанные согнувшись, прогнувшись - перекаты в группировке -развитие гибкости и силы	1	- четко выполнять строевые приемы - демонстрировать варианты перекатов на результат - осваивать смешанные висы - использовать разученные упражнения для развития силы и гибкости	стр101-105 читать текст «Висы и упоры».		

	упоры.			- оказывать страховку и помощь во время занятий			
32/ 4	ОРУ с предметами. Акробатические упражнения. Опорный прыжок.	- подбор гантелей по весу - правила работы с весами - упражнения на гимнастической стенке - кувырок вперед в группировке - вскок в упор присев -развитие гибкости, силы	1	- использовать упражнения с гантелями для развития силовых качеств и гибкости - описывать и демонстрировать технику кувырка вперед - описывать технику опорного прыжка	стр105-108 читать		
33/ 5	ОРУ с предметами. Акробатические упражнения. Висы и упоры. Опорный прыжок.	-кувырок вперед - кувырок назад в упор присев - упражнения с гимнастической палкой, набивным мячом - мальчики: наскок в упор; передвижение вперед на руках -девочки: наскок на нижнюю жердь; из упора на нижнюю жердь махом назад соскок (в правую, левую сторону) - висы смешанные - вскок в упор присев - соскок прогнувшись -развитие гибкости, скоростно-силовых способностей	1	-выполнить 5 кувырков вперед на результат - продемонстрировать упражнения с гимнастической палкой и набивным мячом - описывать и демонстрировать технику кувырка назад - продемонстрировать упражнения в висах и упорах - описывать и демонстрировать технику опорного прыжка	стр99-101 читать		
34/ 6	ОРУ. Акробатические упражнения. Опорный прыжок.	- из упора присев перекаат назад в стойку на лопатках, перекаат вперед в упор присев - упражнения со скакалкой - опорный прыжок на гимнастического козла с последующим спрыгиванием. - развитие гибкости, скоростно-	1	- описывать и демонстрировать стойку на лопатках - продемонстрировать упражнения со скакалкой - выполнять опорный прыжок на результат	стр207 читать		

		силовых способностей					
35/ 7	ОРУ. Акробатические упражнения. Висы и упоры.	- акробатическая комбинация - упражнения на гимнастической скамейке - подтягивание в висе; поднимание прямых ног в висе - развитие гибкости, силовых способностей	1	- составлять и демонстрировать простейшие комбинации - демонстрировать подтягивание в висе и поднимание прямых ног в висе - использовать упражнения на гимнастической скамейке для развития скоростно-силовых качеств и гибкости	составить акробатическую комбинацию		
36/ 8	Акробатическая комбинация. Упражнения на гимнастическом бревне (девочки), на гимнастической перекладине (мальчики). Ритмическая гимнастика (девочки).	- ходьба по бревну с различной амплитудой движений и ускорениями - из виса стоя толчком двумя переход в упор - махом одной, толчком другой перемах в вис согнувшись на перекладине - мягкий, широкий и приставной шаг, шаг галопа и польки - развитие выносливости	1	- выполнять акробатическую комбинацию на результат - описывать технику упражнений на гимнастическом бревне и гимнастической перекладине - осваивать технику гимнастических упражнений на бревне и гимнастической перекладине, предупреждая появление ошибок и соблюдая правила техники безопасности; в случае появления ошибок уметь их исправлять - осваивать упражнения ритмической гимнастики			
37/ 9	ОРУ с предметами. Упражнения на гимнастическом бревне (девочки), на гимнастической	- упражнения с гимнастической скамейкой - передвижения ходьбой, бегом, приставными шагами; повороты и подскоки (на месте и в движении);	1	- демонстрировать упражнения с гимнастической скамейкой - оказывать помощь сверстникам при освоении ими новых гимнастических	стр211-212 читать		

	перекладине (мальчики). Ритмическая гимнастика (девочки).	спрыгивание с опорой о гимнастическое бревно - переворот назад в вис сзади со сходом на ноги - развитие координационных способностей		упражнений, -уметь анализировать их технику выполнения упражнений, выявлять ошибки и активно помогать их исправлению			
38/ 10	ОРУ с предметами. Комбинации на гимнастическом бревне и гимнастической перекладин. Лазанье по канату.	- комбинация на гимнастическом бревне и гимнастической перекладине - лазанье по канату - развитие силовых способностей и силовой выносливости.	1	- составлять и демонстрировать простейшие комбинации на гимнастическом бревне и гимнастической перекладине - осваивать технику лазанья по канату	составить комбинацию на бревне и перекладине		
39/ 11	ОРУ в парах. Гимнастическая комбинация. Лазанье по канату.	-упражнения в парах - комбинация на гимнастическом бревне и гимнастической перекладине - лазанье по канату - отжимание в упоре лежа с изменяющейся высотой опоры для рук и ног - развитие силы и выносливости	1	-осваивать технику гимнастических упражнений на перекладине и бревне, предупреждая появление ошибок и соблюдая правила техники безопасности; в случае появления ошибок уметь их исправлять - продемонстрировать технику лазанья по канату			
40/ 12	ОРУ со скакалкой. Гимнастическая комбинация. Лазанье по канату.	- ОРУ со скакалкой - гимнастическая комбинация на перекладине (мальчики) и на бревне (девочки) - лазанье по канату - из положения лежа на гимнастическом козле (ноги зафиксированы) сгибание туловища с различной амплитудой движений (на животе и на спине)	1	- выполнять комбинацию на перекладине (мальчики) и на бревне (девочки) на результат - продемонстрировать технику лазанья по канату - продемонстрировать сгибание туловища с различной амплитудой движений (на животе и на спине) из положения лежа на	придумать эстафеты с использованием гимнастических упражнений и инвентаря		

		- развитие силовых способностей и силовой выносливости		гимнастическом козле (ноги зафиксированы) - демонстрировать технику лазанья по канату			
41/ 13	Лазанье по канату. Эстафеты и игры с использованием гимнастических упражнений и инвентаря.	- лазанье по канату - эстафеты и игры с использованием гимнастических упражнений и инвентаря - развитие координационных способностей.	1	- выполнять лазанье по канату на результат - использовать гимнастические и акробатические упражнения для развития названных координационных способностей	придумать игры с использованием гимнастических упражнений и инвентаря		
42/ 14	Урок-соревнование. Акробатические и гимнастические комбинации.	- правила соревнований по гимнастике - развитие силовых способностей и силовой выносливости	1	- знать правила соревнований по гимнастике - демонстрировать простейшие акробатические и гимнастические комбинации	стр15-17 читать		
43/ 15	Организаторские умения. Акробатическая комбинация на 32 счета.	- гимнастика и осанка - скелет и мышцы - упражнения для разогревания - страховка помощь во время выполнения упражнений - акробатическая комбинация на 32 счета - развитие силовых способностей и силовой выносливости		- раскрывать значение гимнастических упражнений для сохранения правильной осанки - оказывать страховку - демонстрировать акробатическую комбинацию на 32 счета	стр17 читать		
44/ 16	Прикладно-ориентированная подготовка. Полоса препятствий.	- прикладные виды гимнастики - прикладные упражнения в гимнастике (лазание, перелезание, ползание, передвижение в висах и упорах) - круговая тренировка	1	- знать и выполнять прикладные упражнения - демонстрировать полосу препятствий из разнообразных прикладных упражнений - использовать прикладные			

		- полоса препятствий - развитие силовых способностей и силовой выносливости		упражнения для развития силовых способностей и силовой выносливости			
<b>Физическое совершенствование. Физкультурно-оздоровительная деятельность (3ч).</b>							
45/ 17	Комплексы упражнений для оздоровительных форм занятий физической культурой. Комплексы упражнений для формирования правильной осанки. Комплексы упражнений для развития силы мышц спины.	- комплексы упражнений для формирования правильной осанки - комплексы упражнений для развития силы мышц спины	1	- описывать и выполнять комплексы лечебной и корригирующей физической культуры - описывать и выполнять комплексы упражнений для развития силы мышц спины	стр 18 читать		
46/ 18	Комплексы упражнений для оздоровительных форм занятий физической культурой. Комплексы упражнений дыхательной и зрительной гимнастики.	- роль и значение дыхательной гимнастики - гимнастика для глаз и ее значение. - профилактика нарушений зрения	1	- выполнять дыхательные упражнения в положении сидя на стуле и в основной стойке -демонстрировать технику выполнения упражнений для глаз	стр20 читать, составить гимнастик у для глаз		
47/ 19	Комплексы упражнений для оздоровительных форм занятий физической культурой. Комплексы упражнений для развития гибкости, ловкости.	- активная и пассивная гибкость - статический и динамический режим -упражнения для развития гибкости - упражнения для развития ловкости	1	- описывать и выполнять упражнения для подвижности позвоночника, амплитуды движений в суставах верхних и нижних конечностей - описывать и выполнять упражнения для координации движений	стр207-210 читать		
<b>Физическая культура как область знаний . Физическая культура человека (1ч).</b>							
48/ 20	Здоровье и здоровый образ жизни, роль и значение физической	- здоровье и здоровый образ жизни, роль и значение физической культуры в его	1	- характеризовать цель и назначение здоровье и здоровый образ жизни	составить индивидуа льный		

	<p>культуры в его формировании. Вредные привычки и их пагубное влияние на физическое, психическое и социальное здоровье человека. Роль и значение занятий физической культурой в профилактике вредных привычек.</p> <p>Режим дня, его основное содержание и правила планирования. Утренняя зарядка и ее влияние на работоспособность человека.</p> <p>Физкультминутки (физкультпаузы), их значение для профилактики утомления в условиях учебной и трудовой деятельности</p>	<p>формировании</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-вредные привычки и их пагубное влияние на физическое, психическое и социальное здоровье человека</li> <li>- роль и значение занятий физической культурой в профилактике вредных привычек.</li> <li>-режим дня, его основное содержание и правила планирования</li> <li>-утренняя зарядка и ее влияние на работоспособность человека</li> <li>- понятие физкультминутка</li> <li>- понятие физкультпауза</li> <li>- их назначение и содержание</li> <li>- правила подбора упражнений</li> <li>- выбор упражнений и составление индивидуальных комплексов для УУГ, физкультминуток, физкультпауз</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>- характеризовать роль и значение занятий физической культурой в профилактике вредных привычек</li> <li>- характеризовать цель и назначение физкультминуток и физкультпауз в режиме учебного дня</li> <li>-использовать правила подбора и составления комплексов физических упражнений для физкультурно-оздоровительных занятий</li> <li>- составлять индивидуальные комплексы</li> </ul>	режим дня и комплекс утренней гимнастик и		
<b>Спортивно-оздоровительная деятельность с общеразвивающей направленностью. Лыжные гонки (18ч).</b>							
49/ 1	<p>Техника безопасности. Характеристика вида спорта.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- техника безопасности на лыжах</li> <li>- история лыжного спорта</li> <li>- подбор лыжного инвентаря, одежда, обувь</li> <li>- лыжные ходы</li> </ul>	1	<ul style="list-style-type: none"> <li>- знать историю лыжного спорта</li> <li>- подбирать лыжный инвентарь, одежду, обувь</li> <li>- разбираться в классификации</li> </ul>	стр136 читать		

		-развитие координации движений		ЛЫЖНЫХ ХОДОВ			
50/ 2	Имена выдающихся лыжников. Передвижение на лыжах: попеременный двухшажный ход.	- имена выдающихся лыжников - техника попеременного двухшажного хода -развитие координации движений	1	- запоминать имена выдающихся лыжников - описывать технику попеременного двухшажного хода	стр137 читать		
51/ 3	Техника лыжных ходов	- техника попеременного двухшажного хода - развитие выносливости	1	- выявлять и устранять типичные ошибки в технике попеременного двухшажного хода	стр139 читать		
52/ 4	Знания. Техника лыжных ходов.	- применение лыжных мазей - техника попеременного двухшажного хода - развитие выносливости	1	- применять лыжные мази - применять разученные упражнения для улучшения техники попеременного двухшажного хода	стр135-136 читать		
53/ 5	Техника лыжных ходов. Подъем «Лесенкой».	- техника попеременного двухшажного хода - техника подъема «Лесенкой» - развитие скоростных способностей	1	- продемонстрировать технику попеременного двухшажного хода на результат	стр173 читать		
54/ 6	Передвижение на лыжах: одновременный бесшажный ход.	- техника одновременного бесшажного хода - развитие выносливости	1	- описывать технику одновременного бесшажного хода	стр140 читать		
55/ 7	Техника лыжных ходов. Спуск в основной стойке. Передвижение на лыжах до 3 км.	- техника одновременного бесшажного хода - техника спуска в основной стойке - развитие выносливости	1	- выявлять и устранять типичные ошибки в технике одновременного бесшажного хода	презентация «Техника лыжных ходов»		
56/ 8	Техника лыжных ходов. Передвижение на лыжах до 3 км.	- техника одновременного бесшажного хода - развитие скоростных	1	- продемонстрировать технику одновременного бесшажного хода на результат			

		способностей					
57/ 9	Техника лыжных ходов. Подъем «полуелочкой».	- техника подъема «полуелочкой» - развитие выносливости - режим нагрузки	1	- описывать технику подъема «полуелочкой»	стр143 читать		
58/ 10	Техника лыжных ходов. Торможение «плугом».	- техника торможения «плугом» - регулирование нагрузки - развитие выносливости	1	- описывать технику торможения «плугом»	стр141 читать		
59/ 11	Техника лыжных ходов. Переход с одного способа на другой (переход без шага).	- техника подъема «полуелочкой» - техника торможения «плугом» - техника перехода с одного способа на другой (переход без шага) - развитие выносливости	1	- продемонстрировать технику подъема «полуелочкой» на результат			
60/ 12	Техника лыжных ходов. Перешагивание на лыжах небольших препятствий.	техника торможения «плугом» - техника поворотов переступанием - перешагивание небольших препятствий. - развитие скоростно-силовых качеств	1	- продемонстрировать технику торможения «плугом» на результат -описывать технику поворотов переступанием - играть в подвижные игры на лыжах	стр141-142 читать		
61/ 13	Техника лыжных ходов. Повороты переступанием.	- техника поворотов переступанием - развитие выносливости	1	- продемонстрировать технику поворотов переступанием - передвигаться на лыжах 1 км в равномерном темпе			
62/ 14	Техника лыжных ходов. Повороты переступанием. Прохождение дистанции 1,5 км в равномерном темпе.	- техника попеременного двушажного хода - техника одновременного бесшажного хода - развитие выносливости	1	- осваивать технику лыжных ходов - продемонстрировать технику поворотов переступанием на результат - уметь передвигаться на лыжах 1,5 км в равномерном темпе	сообщение «Какую пользу приносят занятия зимними видами спорта?»		

63/ 15	Техника лыжных ходов. Эстафеты на лыжах.	- техника лыжных ходов - эстафеты на лыжах - развитие координации движений	1	- осваивать технику лыжных ходов			
64/ 16	Техника лыжных ходов. Прохождение дистанции до 3 км в равномерном темпе.	- техника лыжных ходов - эстафеты на лыжах (на горке) - передвижение на лыжах 3 км - развитие выносливости	1	- осваивать технику лыжных ходов и горной техники - уметь передвигаться на лыжах 3 км в равномерном темпе	стр138 тест «Контрольные упражнения» познакомиться с данными		
65/ 17	Техника лыжных ходов. Прохождение на лыжах 1,5км на результат.	- техника лыжных ходов - передвижение на лыжах 1,5 км - развитие выносливости	1	- знать правила соревнований - выполнить прохождение на лыжах 1,5км на результат			
66/ 18	Прохождение дистанции до 3 км в равномерном темпе. Эстафеты на лыжах.	-техника лыжных ходов -переход с одного способа на другой (переход без шага) - развитие координации движений		- демонстрировать технику лыжных ходов - демонстрировать технику перехода с одного способа на другой (переход без шага)	подготовить одну эстафету или игру		
<b>Способы двигательной (физкультурной) деятельности. Организация и проведение самостоятельных занятий физической культурой (1ч)</b>							
67/ 1	Подготовка к занятиям физической культурой. Требования безопасности и гигиенические правила при подготовке мест занятий, выборе инвентаря и одежды для проведения самостоятельных занятий	- зимние виды спорта и организм человека - формы занятий на лыжах - развитие выносливости, силы	1	- проводить разминку - использовать разученные упражнения в самостоятельных занятиях - значение зимних видов спорта для здоровья человека	повторить все изученные лыжные ходы		

	оздоровительной физической культурой.						
<b>Спортивно-оздоровительная деятельность с общеразвивающей направленностью. Спортивные игры. Волейбол (10ч).</b>							
68/ 1	Техника безопасности. История волейбола. Стойки игрока. Техника передвижения. (перемещения в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперёд. Ходьба, бег и выполнение заданий (сесть на пол, встать, подпрыгнуть и др.).	-правила техники безопасности на уроках волейбола - история волейбола - основные приемы игры - стойки игрока -техника передвижения (перемещения в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперёд. Ходьба, бег и выполнение заданий (сесть на пол, встать, подпрыгнуть и др.). - развитие координационных способностей	1	- знать историю волейбола, имена отечественных волейболистов - владеть основными приемами игры в волейбол	стр116 читать		
69/ 2	Стойки игрока. Основные способы передвижения. Основные двигательные способности.	- стойки игрока - перемещение в стойке - ходьба, бег и выполнение заданий - имена выдающихся спортсменов - развитие координационных способностей	1	- овладеть стойками игрока - описывать и выполнять основные способы передвижения - выполнять специально подобранные упражнения - знать имена выдающихся волейболистов	стр118 читать		
70/ 3	Передвижения игрока. Передача мяча сверху двумя руками. Развитие двигательной ловкости.	- ходьба, бег и выполнение заданий - передача мяча сверху двумя руками - упражнения для развития двигательной ловкости	1	- описывать и выполнять основные способы передвижения - осваивать технику передачи мяча сверху двумя руками - выполнять самостоятельно упражнения для развития ловкости	стр119 читать		
71/	Стойки и перемещения.	- передача мяча сверху двумя	1	- выполнять стойки и	стр119		

4	Передача мяча сверху двумя руками. Развитие силы рук.	руками над собой - упражнения для развития силы рук		перемещения в разных сочетаниях - осваивать технику передачи мяча сверху двумя руками над собой - выполнять самостоятельно упражнения для развития силы рук	текст «Техника выполнения передачи мяча двумя руками сверху»		
72/ 5	Передвижение игрока. Передача мяча сверху двумя руками. Развитие силы ног.	- варианты передвижения игрока - передача мяча сверху двумя руками после перемещения вперед. - упражнения для развития силы ног	1	- осваивать технику передвижения в разных сочетаниях - осваивать технику передачи мяча сверху двумя руками после перемещения вперед - выполнять самостоятельно упражнения для развития силы ног	стр119 текст «передача мяча двумя руками сверху» читать		
73/ 6	Передвижение игрока. Передача мяча сверху двумя руками. Развитие силы мышц туловища.	- варианты передвижения игрока - передача мяча сверху двумя руками после перемещения вперед. - упражнения для развития силы мышц туловища	1	- осваивать комбинации по технике передвижения и владения мячом - выполнять передачу мяча сверху двумя руками над собой на результат - выполнять самостоятельно упражнения для развития силы мышц туловища	стр120 читать		
74/ 7	Подача мяча. Передача мяча над собой и через сетку.	- нижняя прямая подача - комбинации их освоенных элементов владения мячом - передачи мяча над собой и через сетку	1	- осваивать комбинации по технике владения мячом - описывать и выполнять нижнюю прямую подачу с 3-6 м от сетки	стр121 читать		

		- развитие координационных и скоростно-силовых способностей		-описывать и выполнять передачи мяча над собой и через сетку			
75/ 8	Подача мяча. Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнёром. Тактические действия. Игра по упрощенным правилам.	-передача мяча над собой и через сетку - прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнёром - нижняя прямая подача -тактика свободного нападения - правила игры -развитие выносливости	1	-выполнить передачу мяча над собой и через сетку на результат - описывать и выполнять прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнёром - продемонстрировать нижнюю прямую подачу с 3-6 м от сетки - выполнять правила игры - овладеть терминологией	сообщение или презентация по разделу «Волейбол»		
76/ 9	Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнёром. Игра по упрощенным правилам. Тактические действия.	- прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнёром - правила игры - тактика игры -позиционное нападение без изменения позиций игроков (6:0) -развитие выносливости	1	- выполнять на результат нижнюю прямую подачу с 3-6 м от сетки -осваивать технику прямого нападающего удара после подбрасывания мяча партнёром - выполнять и объяснять правила игры - овладеть терминологией	презентация «Основные правила игры в волейбол»		
77/ 10	Игра по упрощенным правилам. Организаторские умения.	- правила игры - организаторские умения -развитие выносливости	1	- выполнять и объяснять правила игры - овладеть терминологией - осуществлять помощь в судействе, комплектовании команды			
<b>Способы двигательной (физкультурной) деятельности. Оценка эффективности занятий физической культурой. (1ч)</b>							
78/	Самонаблюдение и	- величина нагрузки	1	- определять состояние	стр67-68		

1	самоконтроль. Самоконтроль за изменением частоты сердечных сокращений (пульса) во время занятий физическими упражнениями, определение режимов физической нагрузки.	- утомление		организма по внешним признакам - определять состояние организма по изменению частоты сердечных сокращений	читать, выполнить тест «Проверь себя»		
<b>Спортивно-оздоровительная деятельность с общеразвивающей направленностью. Спортивные игры. Гандбол (10ч).</b>							
79/ 1	Краткая характеристика вида спорта. Техника передвижений, стоек. Правила техники безопасности.	-история гандбола -основные правила игры в гандбол -основные приёмы игры в гандбол - стойки игрока -перемещения в стойке приставными шагами боком и спиной вперёд -правила техники безопасности	1	-изучать историю гандбола и запоминать имена выдающихся отечественных гандболистов — олимпийских чемпионов -описывать технику изучаемых игровых приёмов и действий	презентация «Основные правила игры в гандбол»		
80/ 2	Ловля и передача мяча на месте. Остановка двумя шагами, повороты.	- ловля и передача мяча двумя руками на месте в парах -остановка двумя шагами -повороты без мяча и с мячом	1	-описывать технику изучаемых игровых приёмов и действий -осваивать их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки	стр122 читать		
81/ 3	Ловля и передача мяча на месте. Остановка прыжком. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке на месте.	-ловля и передача мяча двумя руками на месте в тройках, квадрате, круге -остановка прыжком - ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке на месте	1	-описывать технику изучаемых игровых приёмов и действий -осваивать их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки -взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техники			

				игровых приёмов и действий, -соблюдать правила безопасности			
82/ 4	Ловля и передача мяча двумя руками в движении. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке в движении.	-ловля и передача мяча двумя руками на месте в тройках, квадрате, круге -ловля и передача мяча двумя руками в движении без сопротивления защитника - ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке в движении по прямой	1	-выполнять ловлю и передачу мяча двумя руками на месте в тройках, квадрате, круге на результат -описывать технику изучаемых игровых приёмов и действий -осваивать их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки	стр123 читать		
83/ 5	Ведение мяча. Бросок мяча сверху в опорном положении.	-ловля и передача мяча двумя руками в движении без сопротивления защитника - ведение мяча с изменением направления движения и скорости без сопротивления защитника ведущей и неведущей рукой - бросок мяча сверху в опорном положении	1	- выполнять ловлю и передачу мяча двумя руками в движении без сопротивления защитника на результат -описывать технику изучаемых игровых приёмов и действий -осваивать их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки	стр124 читать		
84/ 6	Бросок мяча в прыжке. Комбинация из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом.	- бросок мяча в прыжке - ведение мяча с изменением направления движения и скорости без сопротивления защитника ведущей и неведущей рукой - комбинация по технике передвижения и владения мячом	1	-продемонстрировать технику ведения мяча с изменением направления движения и скорости без сопротивления защитника ведущей и неведущей рукой на результат -осваивать комбинации по технике передвижения и владения мячом - осваивать технику броска	стр125 читать		

				мяча в прыжке			
85/ 7	Индивидуальная техника защиты: вырывание и выбивание мяча. Тактика игры.	- бросок мяча в прыжке -вырывание и выбивание мяча -тактика свободного нападения - комбинация по технике передвижения и владения мячом	1	-продемонстрировать технику броска мяча в прыжке на результат - осваивать индивидуальную технику защиты -демонстрировать комбинацию по технике передвижения и владения	стр126 читать		
86/ 8	Индивидуальная техника защиты: блокирование броска. Тактика игры.	- блокирование броска - позиционное нападение без изменения позиций игроков - комбинация по технике передвижения и владения мячом	1	продемонстрировать комбинацию по технике передвижения и владения мячом на результат -взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения тактики игровых действий -соблюдать правила безопасности -моделировать тактику освоенных игровых действий -варьировать её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности	стр127-128 читать		
87/ 9	Индивидуальная техника защиты. Тактика игры. Игра по упрощённым правилам мини-гандбола. Организаторские умения.	-нападение быстрым прорывом (1:0) - взаимодействие двух игроков «Отдай мяч и выйди» -игры и игровые задания 2:1, 3:1, 3:2, 3:3 - правила игры - организаторские умения	1	- выполнять и объяснять правила игры - овладевать терминологией - моделировать технику освоенных игровых действий и приёмов, варьировать её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в	стр129 отвечать на вопросы		

				процессе игровой деятельности - осуществлять помощь в судействе, комплектовании команды			
88/ 10	Комплексная проверочная работа.	Комплексная проверочная работа по сформированности умений по всем разделам программы.	1	Выполнять тестовые задания.			
<b>Спортивно-оздоровительная деятельность с общеразвивающей направленностью. Легкая атлетика (9ч)</b>							
89/ 1	Прыжковые упражнения. Метание малого мяча. Первая помощь при травмах.	- история легкой атлетики (прыжки в высоту) - первая помощь при ссадинах, потертостях, ушибах - метание малого мяча с места на дальность отскока от стены, на «штатное расстояние, на дальность, в коридор 5—6 м	1	- знать историю легкой атлетики (прыжки в высоту) - накладывать повязки - описывать технику прыжка в высоту способом «перешагивание» - описывать технику метания малого мяча с места на дальность отскока от стены, на «штатное расстояние, на дальность, в коридор 5—6 м	стр86-87 читать		
90/ 2	Прыжковые упражнения. Метание малого мяча. Развитие скоростно-силовых способностей.	- техника прыжка в высоту способом «перешагивание» - метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную неподвижную мишень (1 x 1 м) с расстояния 6—8 м	1	- демонстрировать технику прыжка в высоту способом «перешагивание» - описывать технику метания малого мяча горизонтальную и вертикальную неподвижную мишень (1 x 1 м) с расстояния 6—8 м - осваивать упражнения для развития скоростно-силовых способностей	стр89 читать		
91/ 3	Прыжковые упражнения. Метание	- техника прыжка в высоту способом «перешагивание»	1	- демонстрировать прыжок в высоту способом			

	малого мяча. Бросок набивного мяча (2 кг). Организаторские умения.	- метание малого мяча в горизонтальную и вертикальную неподвижную мишень (1 x 1 м) с расстояния 6—8 м - бросок набивного мяча (2 кг) двумя руками из-за головы, от груди, снизу вперёд-вверх, из положения стоя грудью и боком в направлении броска с места; то же с шага; снизу вверх на заданную и максимальную высоту. Ловля набивного мяча (2 кг) двумя руками после броска партнёра, после броска вверх: с хлопками ладонями, после поворота на 90°, после приседания.		«перешагивание» с 3-5 шагов разбега на результат - продемонстрировать технику метание малого мяча в вертикальную цель с 6-8 м - моделировать вариативное исполнение метательных упражнений			
92/ 4	Беговые упражнения. Метание малого мяча. Развитие скоростных способностей.	- бег на короткую дистанцию - метание малого мяча на дальность 4-5 шагов разбега, на заданное расстояние	1	- моделировать вариативное исполнение метательных упражнений - продемонстрировать вариативное исполнение беговых упражнений - бегать 30м на результат	стр84 читать		
93/ 5	Беговые упражнения. Эстафетный бег. Метание малого мяча. Развитие скоростно-силовых способностей. Организаторские умения.	- бег на короткую дистанцию - эстафетный бег - метание малого мяча на дальность 4-5 шагов разбега, на заданное расстояние	1	- бегать 60 м на результат - знать правила соревнований по бегу - моделировать вариативное исполнение метательных упражнений	стр83 читать		
94/ 6	Беговые упражнения. Метание малого мяча. Развитие выносливости.	- бег на длинную дистанцию - метание малого мяча на дальность	1	- метать малый мяча на дальность 4-5 шагов разбега на результат	стр91 текст «Контроль		

	Организаторские умения.			- знать правила соревнований по метанию - овладеть техникой длительного бега	ные упражнения повторить		
95/7	Развитие выносливости. Тестирование. Организаторские умения	- бег на длинную дистанцию - тестирование уровня физической подготовленности	1	- знать правила соревнований по бегу - бегать 1000 м на результат - овладеть организаторскими умениями - выполнять тесты (прыжок в длину с места)	презентация по разделу «Лёгкая атлетика»		
96/8	Организаторские умения. Тестирование. Национальные виды спорта: русская лапта.	- тестирование уровня физической подготовленности - организаторские способности - национальные виды спорта: русская лапта (технические действия и правила)	1	- овладеть организаторскими умениями - выполнять тесты (челночный бег 3*10 м) - выполнять тесты (подтягивание)			
97/9	Прикладные виды упражнений в легкой атлетике. Национальные виды спорта: русская лапта.	- прикладные упражнения в легкой атлетике - национальные виды спорта: русская лапта (технические действия и правила)	1	- раскрывать значение прикладных упражнений - выполнять прикладные упражнения - уметь играть в русскую лапту	стр48-49 читать		
<b>Способы двигательной (физкультурной) деятельности. Организация и проведение самостоятельных занятий физической культурой (1ч)</b>							
98/1	Подготовка к занятиям физической культурой. Требования безопасности и гигиенические правила при подготовке мест занятий, выборе инвентаря и одежды для	- физическая нагрузка - особенности дозирования нагрузки - способы дозирования нагрузки - требования к одежде и обуви для занятий для занятий выбранным видом спорта - легкоатлетическая полоса	1	- характеризовать физическую нагрузку как мышечную работу, направленную на повышение активности систем организма - составлять и оформлять конспекты занятий оздоровительной физической	стр52-54 читать; составить полосу препятствий из легкоатлетических		

	проведения самостоятельных занятий оздоровительной физической культурой, физической (технической) подготовкой (в условиях открытой спортивной площадки). Легкоатлетическая полоса препятствий.	препятствий		культурой - выполнять упражнения в соответствующем темпе и ритме - знать требования к одежде и обуви для занятий для занятий выбранным видом спорта	упражнения й		
<b>Спортивно-оздоровительная деятельность с общеразвивающей направленностью. Спортивные игры. Футбол (4ч).</b>							
99/ 1	Удары по воротам. Удар по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы. Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы. Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом. Развитие координационных способностей.	-удары по воротам по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы на точность (меткость) попадания мячом в цель - остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы - комбинации из освоенных элементов: ведение, удар (пас), приём мяча, остановка, удар по воротам - игровые упражнения для развития координационных способностей	1	-описывать технику изучаемых игровых приёмов и действий, -осваивать их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки -моделировать технику освоенных игровых действий и приёмов -использовать игровые упражнения для развития координационных способностей	стр133 читать		
100 /2	Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом. Тактика игры. Развитие силы.	-удары по воротам указанными способами на точность (меткость) попадания мячом в цель -комплексы упражнений с дополнительным отягощением на основные мышечные группы	1	-продемонстрировать удары по воротам на результат -выполнять комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом	стр135 ответить на вопросы		

		<ul style="list-style-type: none"> <li>-комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом</li> <li>- тактика свободного нападения</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>-взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения тактики игровых действий, соблюдать правила безопасности</li> <li>-моделировать тактику освоенных игровых действий, варьировать её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности</li> <li>-определять степень утомления организма во время игровой деятельности,</li> <li>-использовать игровые действия для развития силы</li> </ul>			
101 /3	<p>Тактика игры. Игра по упрощённым правилам на площадках разных размеров. Развитие быстроты.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом</li> <li>-позиционные нападения без изменения позиций игроков</li> <li>- нападение в игровых заданиях 3:1, 3:2, 3:3, 2:1 с атакой и без атаки на ворот</li> <li>- игра по упрощённым правилам</li> </ul>	1	<ul style="list-style-type: none"> <li>-продемонстрировать комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом на результат</li> <li>- определять степень утомления организма во время игровой деятельности</li> <li>- использовать игровые действия для развития быстроты</li> <li>- овладевать терминологией</li> <li>- моделировать технику освоенных игровых действий и приёмов, варьировать её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в</li> </ul>	стр135	выполнить задания	

				процессе игровой деятельности -выполнять и объяснять правила игры			
102 /4	Игра по упрощённым правилам. Развитие выносливости. Организаторские умения.	- игра по упрощённым правилам - организаторские умения	1	- выполнять и объяснять правила игры - овладевать терминологией - осуществлять помощь в судействе, комплектовании команды			

