

**Календарно-тематическое планирование
6 класс**

№ П/ П	Тема урока	Характеристика основных видов деятельности ученика (на уровне учебных действий)	Ресурсы урока	Дата по плану		Дата по факт у
Легкая атлетика (10 ч)						
1	Спринтерский бег, эстафетный бег Высокий старт до 15–30 м, бег по дистанции 40–50 м, специальные беговые упражнения. ОРУ. Эстафеты. Развитие скоростных качеств. Инструктаж по ТБ. Терминология спринтерского бега.	Изучают историю легкой атлетики. Описывают технику выполнения беговых упражнений, осваивают ее самостоятельно, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения. Демонстрируют вариативное выполнение беговых упражнений.	М.Я.Виленский, В.И. Лях Физическая культура 5-9 класс. Учебник ФГОС. Эстафетная палочка, рулетка, секундомер			
2	Спринтерский бег, эстафетный бег Высокий старт 15–30 м, бег по дистанции (40–50 м); специальные беговые упражнения. ОРУ. Эстафеты. Развитие скоростных качеств. Измерение результатов	Применяют беговые упражнения для развития соответствующих физических качеств. Выбирают индивидуальный режим физической нагрузки, контролируют ее по частоте сердечных сокращений.				
3	Спринтерский бег, эстафетный бег	Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения беговых упражнений, соблюдают правила безопасности.				
4	Высокий старт 15–30 м, Финиширование. Специальные беговые упражнения. ОРУ. Эстафеты. Развитие скоростных качеств. Старты из различных положений					
5	Спринтерский бег, эстафетный бег. Учетный. Бег 60 м. Специальные беговые упражнения. ОРУ. Эстафеты. Развитие скоростных качеств. История ГТО.					
6	Прыжок в длину способом «согнув ноги», метание малого мяча Прыжок в длину с 7–9 шагов. Метание мяча в горизонтальную и вертикальную цель (1 X 1)	Описывают технику выполнения прыжковых упражнений, осваивают ее самостоятельно, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения.	М.Я.Виленский, В.И. Лях Физическая культура 5-9 класс. Учебник			

	с 8–10 м. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростно-силовых качеств. Терминология прыжков в длину	Применяют прыжковые упражнения для развития соответствующих физических способностей, выбирают индивидуальный режим физической нагрузки, контролируют ее по частоте сердечных сокращений. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения беговых упражнений, соблюдают правила безопасности.	ФГОС. Малые мячи, вертикальная и горизонтальная цель, рулетка			
7	Прыжок в длину способом «согнув ноги», метание малого мяча Прыжок в длину с 7–9 шагов. Метание теннисного мяча на заданное расстояние. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростно-силовых качеств. Терминология метания	Описывают технику выполнения метательных упражнений, осваивают ее самостоятельно, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения. Демонстрируют вариативное выполнение метательных упражнений. Применяют метательные упражнения для развития соответствующих физических способностей. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения метательных упражнений, соблюдают правила безопасности.				
8	Прыжок в длину способом «согнув ноги», метание малого мяча. Учетный. Прыжок в длину с 7–9 шагов. Метание теннисного мяча на дальность на результат. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростно-силовых качеств	Описывают технику выполнения беговых упражнений, осваивают ее самостоятельно, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения. Применяют беговые упражнения для развития соответствующих физических качеств, выбирают				
9	Бег на средние дистанции Бег в равномерном темпе. Бег 1000 м. ОРУ. Развитие выносливости.	Описывают технику выполнения беговых упражнений, осваивают ее самостоятельно, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения. Применяют беговые упражнения для развития соответствующих физических качеств, выбирают	М.Я.Виленский, В.И. Лях Физическая культура 5-9 класс. Учебник ФГОС.			
10	Бег на средние дистанции. Учетный. Бег 1000 м. Развитие выносливости.	Описывают технику выполнения беговых упражнений, осваивают ее самостоятельно, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения. Применяют беговые упражнения для развития соответствующих физических качеств, выбирают	Рулетка, секундомер			

		индивидуальный режим физической нагрузки, контролируют ее по частоте сердечных сокращений. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения беговых упражнений, соблюдают правила безопасности				
Кроссовая подготовка (3 ч)						
11	Бег по пересеченной местности, преодоление препятствий Равномерный бег 13 минут. Преодоление препятствий. Спортивные игры. Развитие выносливости	Описывают технику выполнения беговых упражнений, осваивают ее самостоятельно, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения.	М.Я.Виленский, В.И. Лях Физическая культура 5-9 класс. Учебник ФГОС. Рулетка, секундомер			
12	Равномерный бег 15 минут. Преодоление препятствий. Спортивные игры. Развитие выносливости	Применяют беговые упражнения для развития соответствующих физических качеств, выбирают				
13	Учетный. Бег 1200м. Развитие выносливости	индивидуальный режим физической нагрузки, контролируют ее по частоте сердечных сокращений. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения беговых упражнений, соблюдают правила безопасности.				
Спортивные игры (мини-футбол) (7ч)						
14	ТС и ТБ по разделу. Развитие двигательных способностей по средствам ОРУ в кругу. Игра по выбору учащихся.	Раскрывают историю возникновения и формирования физической культуры. Характеризуют	М.Я.Виленский, В.И. Лях Физическая культура 5-9 класс. Учебник ФГОС. Мяч, скакалки.			
15	Развитие координационных способностей по средствам ОРУ. Д – перестрелка, М – футбол.	Олимпийские игры древности как явление культуры, раскрывают содержание и правила соревнований.				
16	Строевая подготовка. Д – перестрелка, М – футбол (технические элементы).	Определяют цель возрождения				
17	Выполнение комплекса ОФП. Учебная игра пионербол.	Олимпийских игр, объясняют смысл символики и ритуалов,				

18	Строевая подготовка. ОФП. Учебная игра пионербол.	роль Пьера де Кубертена в становлении олимпийского движения.			
19	КУ комплекса ОФП. Учебная игра стритбол.	Сравнивают физические упражнения, которые были популярны у русского народа в древности и в Средние века, с современными упражнениями. Объясняют, чем знаменателен советский период развития олимпийского движения в России. Анализируют положение Федерального закона «О физической культуре и спорте» Составляют личный план физического самовоспитания. Выполняют упражнения для тренировки различных групп мышц. Осмысливают, как занятия физическими упражнениями оказывают благотворное влияние на работу и развитие всех систем организма, на его рост и развитие.			
20	Развитие скоростно – силовых качеств по средствам СПУ подвижных игр. Учебная игра стритбол.				
Гимнастика(18ч.)					
21	Висы, строевые упражнения. Техника безопасности на уроках гимнастики. Строевой шаг, размыкание и смыкание на месте. Подъем переворотом в упор. Сед «ноги врозь» (мальчики). Вис лежа. Вис присев (девочки). ОРУ на месте без предметов. Эстафеты. Развитие силовых способностей	Изучают историю гимнастики и запоминают имена выдающихся отечественных спортсменов. Различают предназначение каждого из видов гимнастики. Овладевают правилами техники безопасности и страховки во время занятий физическими упражнениями.	М.Я.Виленский, В.И. Лях Физическая культура 5-9 класс. Учебник ФГОС. Перекладина, гимнастические маты		
22	Висы, строевые упражнения. Строевой шаг, размыкание и смыкание на месте. Подъем переворотом в				

	упор. Сед «ноги врозь» (мальчики). Вис лежа. Вис присев (девочки). ОРУ на месте без предметов. Эстафеты. Развитие силовых способностей. Значение гимнастических упражнений для развития силовых способностей.				
23	Висы, строевые упражнения. Строевой шаг, размыкание и смыкание на месте. Подъем переворотом в упор. Сед «ноги врозь» (мальчики). Вис лежа. Вис присев (девочки). ОРУ с гимнастической палкой. Эстафеты. Развитие силовых способностей.	Различают строевые команды, четко выполняют строевые приемы.			
24	Висы, строевые упражнения. Строевой шаг, размыкание и смыкание на месте. Подъем переворотом в упор. Сед «ноги врозь» (мальчики). Вис лежа. Вис присев (девочки). ОРУ с гимнастической палкой.	Описывают технику общеразвивающих упражнений с предметами. Составляют комбинации из числа разученных упражнений.			
25	Развитие силовых способностей.	Описывают технику данных упражнений. Составляют гимнастические комбинации из числа разученных упражнений.			
26	Висы, строевые упражнения. Учетный Выполнение на технику. Подъем переворотом в упор (мальчики). Вис лежа. Вис присев (девочки). Выполнение подтягивания в висе. Развитие силовых способностей				
27	Опорный прыжок. Строевые упражнения Прыжок ноги врозь (козел в ширину, высота 100-110 см). ОРУ без предметов. Эстафеты. Упражнения на гимнастической скамейке. Развитие скоростно-силовых способностей. Зарождение и становление Всесоюзного физкультурного комплекса ГТО.	Описывают технику данных упражнений. Составляют гимнастические комбинации из числа разученных упражнений.	М.Я.Виленский, В.И. Лях Физическая культура 5-9 класс. Учебник ФГОС Гимнастические маты, подкидной мостик, гимнастическ		

28	Опорный прыжок. Строевые упражнения Прыжок ноги врозь (козел в ширину, высота 100-110 см). ОРУ без предметов. Эстафеты. Упражнения на гимнастической скамейке. Развитие скоростно-силовых способностей.	Используют данные упражнения для развития скоростно-силовых способностей.	ий козел			
29	Опорный прыжок. Строевые упражнения Прыжок ноги врозь (козел в ширину, высота 100-110 см). ОРУ с обручем. Эстафеты. Упражнения на гимнастической скамейке. Развитие скоростно-силовых способностей.	Используют данные упражнения для развития гибкости. Выполняют обязанности командира отделения. Оказывают помощь в установке и уборке снарядов. Соблюдают правила соревнований				
30	Опорный прыжок. Строевые упражнения Прыжок ноги врозь (козел в ширину, высота 100-110 см). ОРУ в движении. Эстафеты. Выполнение комплекса упражнений с обручем. Упражнения на гимнастической скамейке. Развитие скоростно-силовых способностей.					
31	Опорный прыжок. Строевые упражнения Прыжок ноги врозь (козел в ширину, высота 100-110 см). ОРУ с обручем. Эстафеты. Упражнения на гимнастической скамейке. Развитие скоростно-силовых способностей.	Раскрывают значение гимнастических упражнений для сохранения правильной осанки, развития физических способностей. Оказывают страховку и помощь во время занятий, соблюдают технику безопасности. Применяют упражнения для организации самостоятельных тренировок.				
32	Опорный прыжок. Строевые упражнения. Учетный. Прыжок ноги врозь (на оценку). ОРУ с обручем. Выполнение комплекса ОРУ с обручем (5-6 упражнений). Развитие скоростно-силовых способностей.					
33	Акробатика. Кувырок вперед, назад, стойка на лопатках – выполнение комбинации. Два кувырка вперед слитно.	Используют разученные упражнения в самостоятельных занятиях при решении задач физической и технической подготовки.		М.Я.Виленский, В.И. Лях Физическая культура 5-9 класс.		

	ОРУ с предметами. Развитие координационных способностей	Осуществляют самоконтроль за физической нагрузкой во время гимнастических занятий.	Учебник ФГОС. Гимнастическая мата			
34	Акробатика. Два кувырка вперед слитно. Мост из положения стоя с помощью. ОРУ с предметами. Развитие координационных способностей	Составляют совместно с учителем комбинации упражнений, направленные на развитие соответствующих физических способностей. Выполняют обязанности командира отделения. Оказывают помощь в установке и уборке снарядов. Соблюдают правила соревнований				
35	Акробатика. Два кувырка вперед слитно. Мост из положения стоя с помощью. ОРУ с предметами. Развитие координационных способностей	Используют данные упражнения для развития силовых способностей и силовой выносливости. Составляют совместно с учителем простейшие комбинации упражнений, направленные на развитие соответствующих физических способностей. Оказывают страховку и помощь во время занятий, соблюдают технику безопасности.				
36	Акробатика. Два кувырка вперед слитно. Мост из положения стоя с помощью. Комбинация из разученных приемов. ОРУ с предметами. Развитие координационных способностей					
37	Акробатика. Выполнение комбинация из разученных приемов. Выполнение комбинации ОРУ с мячом. Развитие координационных способностей					
38	Акробатика. Учетный. Два кувырка вперед слитно. ОРУ с предметами. Развитие координационных способностей					
Лыжная подготовка (18ч.)						
39	Попеременный двухшажный ход. Техника безопасности во время	Изучают историю лыжного спорта и запоминают имена	М.Я.Виленский, В.И. Лях			

	занятий лыжной подготовкой	выдающихся отечественных лыжников.	Физическая культура 5-9 класс. Учебник ФГОС. Лыжи			
40	Попеременный двухшажный ход	Соблюдают правила, чтобы избежать травм при ходьбе на лыжах.				
41	Бесшажный одновременный ход. Попеременный двухшажный ход	Выполняют контрольные упражнения.				
42	Попеременный двухшажный ход. Бесшажный одновременный ход	Описывают технику изучаемых лыжных ходов, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.				
43	Одновременный бесшажный ход, встречная эстафета	Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники лыжных ходов, соблюдают правила безопасности.				
44	Ходьба 1 км	Моделируют технику освоенных лыжных ходов, варьируют ее в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе прохождения дистанций.				
45	Спуск со склона до 45* в средней стойке	Раскрывают значение зимних видов спорта для укрепления здоровья, основных систем организма и для развития физических способностей.				
46	Подъем «елочкой» на склоне до 45*	Соблюдают технику безопасности.				
47	Ходьба 2 км . Возрождения комплекса ГТО.	Раскрывают понятие техники выполнения лыжных ходов и правила соревнований.				
48	Спуск со склона до 45* в среднем темпе	Используют разученные упражнения в самостоятельных занятиях при решении задач физической и технической подготовки.				
49	Поворот «плугом»	Осуществляют самоконтроль за физической нагрузкой во время этих занятий.				
50	Ходьба 2 км	Применяют правила оказания помощи при				
51	Подъем «елочкой» и спуск в средней стойке					
52	Подъем «елочкой» на оценку.					
53	Спуск в средней стойке, подъем «елочкой»					
54	Одновременный одношажный ход (основной вариант)					
55	Лыжные ходы, спуски и подъемы					

56	Соревнование на дистанции 2-3 км.	обморожениях и травмах.				
Спортивные игры (18ч)						
57	Волейбол. Стойки и передвижение игрока. Передача мяча сверху двумя руками в парах и над собой. Прием мяча снизу двумя руками в парах. Эстафеты. Игра по упрощенным правилам. Техника безопасности	Изучают историю волейбола и запоминают имена выдающихся отечественных волейболистов – олимпийских чемпионов. Овладевают основными приемами игры в волейбол.	М.Я.Виленский, В.И. Лях Физическая культура 5-9 класс. Учебник ФГОС. Волейбольная сетка, волейбольные мячи			
58	Волейбол. Стойки и передвижение игрока. Передача мяча сверху двумя руками в парах через зону и над собой. Прием мяча снизу двумя руками в парах через зону. Эстафеты. Нижняя прямая подача мяча. Игра по упрощенным правилам. Физическая культура и ее значение в формировании ЗОЖ	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приемов и действий, соблюдают правила безопасности.				
59	Волейбол. Стойки и передвижение игрока. Передача мяча сверху двумя руками в парах через зону и над собой. Прием мяча снизу двумя руками в парах через зону. Эстафеты. Нижняя прямая подача мяча. Игра по упрощенным правилам.	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приемов и действий, соблюдают правила безопасности.				
60	Волейбол. Стойки и передвижение игрока. Передача мяча сверху двумя руками в парах. Прием мяча снизу двумя руками в парах через зону. Эстафеты. Нижняя прямая подача мяча. Игра по упрощенным правилам.	Организуют совместные занятия волейболом со сверстниками, осуществляют судейство игры. Выполняют правила игры, учатся уважительно относиться к сопернику и управлять своими эмоциями. Применяют правила подбора одежды для занятий на открытом				

		воздухе, используют игру в волейбол как средство активного отдыха.			
61	Волейбол. Стойки и передвижение игрока. Передача мяча сверху двумя руками в парах через сетку. Прием мяча снизу двумя руками в парах в зоне и через зону. Эстафеты. Нижняя прямая подача мяча. Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером. Игра по упрощенным правилам.	Используют игровые упражнения для развития названных координационных способностей.			
62	Волейбол. Стойки и передвижение игрока. Передача мяча сверху двумя руками в парах через сетку. Прием мяча снизу двумя руками в парах в зоне и через зону. Нижняя прямая подача мяча. Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером. Игра по упрощенным правилам.	Определяют степень утомления организма во время игровой деятельности, используют игровые действия для развития выносливости.			
63	Волейбол. Стойки и передвижение игрока. Передача мяча сверху двумя руками в парах через сетку. Прием мяча снизу двумя руками после подачи. Эстафеты. Нижняя прямая подача мяча в заданную зону. Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером. Позиционное нападение (6-0). Игра по упрощенным правилам.	Определяют степень утомления организма во время игровой деятельности, используют игровые действия для развития скоростных и скоростно-силовых способностей.			
64	Волейбол. Стойки и передвижение игрока. Передача мяча сверху двумя руками в парах, тройках через сетку. Прием мяча снизу двумя руками после подачи. Комбинации из разученных элементов в парах. Нижняя прямая подача мяча. Прямой	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых			

	нападающий удар после подбрасывания мяча партнером. Тактика свободного нападения. Игра по упрощенным правилам	приемов и действий, соблюдая правила безопасности.			
65	Волейбол. Стойки и передвижение игрока. Передача мяча сверху двумя руками в парах в зоне и через зону. Прием мяча снизу двумя руками в парах и после подачи. Эстафеты. Комбинации из разученных элементов. Нижняя прямая подача мяча. Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером. Тактика свободного нападения. Игра по упрощенным правилам	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приемов и действий, соблюдая правила безопасности.			
66	Баскетбол. Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча в высокой стойке на месте. Передача мяча двумя руками от груди в движении. Сочетание приемов ведение, передача, бросок. Игра в мини-баскетбол Развитие координационных способностей. Правила игры в баскетбол	Моделируют технику освоенных игровых действий и приемов, варьируют ее в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности.	М.Я.Виленский, В.И. Лях Физическая культура 5-9 класс. Учебник ФГОС. Баскетбольные мячи, стойки.		
67	Баскетбол. Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча в высокой стойке на месте. Остановка двумя шагами. Передача мяча одной рукой от плеча на месте. Сочетание приемов ведение, передача, бросок. Игра в мини-баскетбол Развитие координационных способностей. Правила игры в баскетбол	Моделируют технику освоенных игровых действий и приемов, варьируют ее в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности.			
68	Баскетбол. Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча с	Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения			

	<p>разной высотой отскока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после ловли мяча. Передача мяча двумя руками от груди в парах с пассивным сопротивлением. Игра(2Х2,3Х3). Развитие координационных способностей. Терминология баскетбола</p>	<p>техники игровых действий, соблюдая правила безопасности. Моделируют технику освоенных игровых действий и приемов, варьируют ее в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности.</p>			
69	<p>Баскетбол. Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча с разной высотой отскока. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после ведения мяча. Передача мяча двумя руками от головы в парах. Игра(2Х2,3Х3). Развитие координационных способностей.</p>	<p>Овладевают терминологией, относящейся к избранной спортивной игре. Характеризуют технику и тактику выполнения соответствующих игровых двигательных действий. Руководствуются правилами техники безопасности, объясняют правила и основы организации игры.</p>			
70	<p>Баскетбол. Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча с изменением направления. Бросок мяча одной рукой от плеча в движении после ведения мяча. Передача мяча двумя руками от головы в парах на месте и в движении. Сочетание приемов ведение, передача, бросок. Игра(2Х2,3Х3). Развитие координационных способностей.</p>	<p>Используют разученные упражнения, подвижные игры и игровые задания в самостоятельных занятиях при решении задач физической, технической, тактической и спортивной подготовки. Осуществляют самоконтроль за физической нагрузкой во время этих занятий.</p>			
71	<p>Баскетбол. Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча правой (левой) рукой. Перехват мяча. Бросок одной рукой от плеча после остановки. Передачи мяча двумя руками от груди в тройках в движении. Позиционное нападение 5:0. Развитие координационных способностей.</p>	<p>Используют разученные упражнения, подвижные игры и игровые задания в самостоятельных занятиях при решении задач физической, технической, тактической и спортивной подготовки. Осуществляют самоконтроль за физической нагрузкой во время этих занятий.</p>			

72	<p>Баскетбол. Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника. Перехват мяча. Бросок одной рукой от плеча после остановки. Передачи мяча в тройках в движении со сменой места. Позиционное нападение через заслон. Развитие координационных способностей.</p>					
73	<p>Баскетбол. Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника. Перехват мяча. Бросок двумя руками от головы после остановки. Передачи мяча в тройках в движении со сменой места. Нападение быстрым прорывом (2Х1). Развитие координационных способностей.</p>					
74	<p>Баскетбол. Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитника. Перехват мяча. Бросок двумя руками от головы после остановки. Передачи мяча в тройках в движении со сменой места. Нападение быстрым прорывом (2Х1). Развитие координационных способностей.</p>					
75	<p>Бадминтон. Передвижения по площадке: приставным шагом; скрестным шагом; выпады вперед, в сторону в передней и в средней зоне площадки. Инструктаж ТБ.</p>	<p>Овладевают основными приемами игры в бадминтон. Составлять комплексы упражнений для развития основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, гибкости,.</p>	<p>М.Я.Виленский, В.И. Лях Физическая культура 5-9 класс. Учебник ФГОС. Ракетки, воланы, сетка</p>			

76	<p>Перемещение по площадке в четыре точки.</p> <p>Хватка для ударов открытой и закрытой стороной ракетки.</p> <p>Универсальная хватка.</p>	<p>ловкости Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.</p> <p>Выявлять возможные отставания в показателях физического развития и физической подготовленности.</p>			
77	<p>Стойки при выполнении подачи: открытой и закрытой стороной ракетки.</p> <p>Техника выполнения плоской подачи открытой и закрытой стороной ракетки; высокой подачи.</p>	<p>Выполнять упражнения для развития основных физических качеств бадминтониста.</p> <p>Демонстрировать технику передвижения в различных зонах площадки.</p>			
78	<p>Игровые стойки в бадминтоне: основная стойка; высокая, средняя, низкая; правосторонняя, левосторонняя стойка, стойка при приеме подачи.</p> <p>Техника выполнения плоской подачи открытой и закрытой стороной ракетки; высокой подачи.</p>	<p>Демонстрировать технику выполнения ударов на сетке.</p> <p>Демонстрировать технику выполнения плоской и высокой подачи.</p>			
79	<p>Техника выполнения ударов на сетке: «подставка»; «откидка»; «добивание»; «толчок»; «перевод» волана открытой и закрытой стороной ракетки.</p> <p>Нормы ГТО - нормы жизни!</p>	<p>Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приемов и действий, соблюдая правила безопасности.</p>			
80	<p>Перемещение по площадке в четыре точки.</p>	<p>Выполнять перемещение в четыре точки.</p>			
81	<p>Техника выполнения ударов на сетке: «подставка»; «откидка»; «добивание»; «толчок»; «перевод» волана открытой и закрытой стороной ракетки.</p>	<p>Выполнять удары на сетке: «подставка», «откидка», «добивание», «толчок», «перевод» волана открытой и закрытой стороной ракетки, прямо и по диагонали. Моделируют технику освоенных игровых действий и приемов, варьируют ее в</p>			
82	<p>Техника передвижения в передней зоне площадки с</p>				
83					

84	выполнением ударов на сетке: «подставка», «откидка», «добивание», «толчок», «перевод» волана открытой и закрытой стороной ракетки, прямо и по диагонали.	зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых действий, соблюдая правила безопасности.				
Кроссовая подготовка (5ч.)						
85	Равномерный бег до 15 минут. Бег в гору. Преодоление препятствий. Спортивные игры. Развитие выносливости. Терминология кроссового бега	Описывают технику выполнения беговых упражнений, осваивают ее самостоятельно, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения.	М.Я.Виленский, В.И. Лях Физическая культура 5-9 класс. Учебник ФГОС. Рулетка, секундомер			
86	Равномерный бег по пересеченной местности 16 минут. Бег под гору. Преодоление препятствий. Спортивные игры. Развитие выносливости	Применяют беговые упражнения для развития соответствующих физических качеств, выбирают				
87	Равномерный бег по пересеченной местности 16 минут. Преодоление вертикальных препятствий. Спортивные игры. Развитие выносливости	индивидуальный режим физической нагрузки, контролируют ее по частоте сердечных сокращений. Взаимодействуют со				
88	Равномерный бег по пересеченной местности 17 минут. Преодоление вертикальных препятствий. Спортивные игры. Развитие выносливости	сверстниками в процессе совместного освоения беговых упражнений, соблюдают правила безопасности.				
89	Бег 2000 метров. Развитие выносливости					
Легкая атлетика(11ч)						
90	Спринтерский бег, эстафетный бег Высокий старт 15–30 м. стартовый разгон, бег по дистанции (40–50 м), Специальные беговые упражнения. ОРУ. Встречные эстафеты. Развитие скоростных качеств. Инструктаж по ТБ. Определение результатов в спринтерском беге					

91	<p>Спринтерский бег, эстафетный бег Высокий старт 15–30 м, бег по дистанции (40–50 м), специальные беговые упражнения. ОРУ. Встречные эстафеты. Развитие скоростных качеств. Старты из различных положений</p>	<p>Раскрывают понятие здорового образа жизни, выделяют его основные компоненты и определяют их взаимосвязь со здоровьем человека. Выполняют комплексы упражнений утренней гимнастики.</p>	<p>М.Я.Виленский, В.И. Лях Физическая культура 5-9 класс. Учебник ФГОС. Эстафетная палочка, рулетка, секундомер</p>			
92	<p>Спринтерский бег, эстафетный бег Высокий старт 15–30 м, Финиширование. Специальные беговые упражнения. ОРУ. Линейная эстафета. Развитие скоростных качеств. Старты из различных положений</p>	<p>Оборудуют с помощью родителей место для самостоятельных занятий физкультурой в домашних условиях и приобретают спортивный инвентарь. Разучивают и выполняют комплексы упражнений для самостоятельных занятий в домашних условиях.</p>				
93	<p>Спринтерский бег, эстафетный бег Высокий старт 15–30 м, Финиширование. Специальные беговые упражнения. ОРУ. Эстафеты. Развитие скоростных качеств.</p>	<p>Соблюдают основные гигиенические правила. Выбирают режим правильного питания в зависимости от характера мышечной деятельности. Выполняют основные правила организации распорядка дня. Объясняют роль и значение занятий физической культурой в профилактике вредных привычек.</p>				
94	<p>Спринтерский бег, эстафетный бег Бег 60 м (мин) на результат. Специальные беговые упражнения. ОРУ. Эстафеты. Развитие скоростных качеств</p>	<p>Выполняют тесты на приседание и пробу с задержкой дыхания. Измеряют пульс до, во время и после занятий физическими упражнениями.</p>				
95	<p>Прыжок в высоту, метание малого мяча Прыжок в высоту с 7–9 шагов разбега способом «перешагивания». Подбор разбега и отталкивание. Метание теннисного мяча с 3–5 шагов на заданное расстояние. ОРУ.</p>	<p>Заполняют дневник самоконтроля. Применяют разученные упражнения для развития скоростных способностей</p>				

	Специальные беговые упражнения. Развитие скоростно-силовых качеств. Правила соревнований по прыжкам в высоту					
96	Прыжок в высоту, метание малого мяча Прыжок в высоту с 7–9 шагов разбега способом «перешагивания». Переход через планку. Метание теннисного мяча с 3–5 шагов на дальность. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростно-силовых качеств. Правила соревнований по прыжкам в высоту	В парах с одноклассниками тренируются в наложении повязок и жгутов, переноске пострадавших.				
97	Прыжок в высоту, метание малого мяча Прыжок в высоту с 7–9 шагов разбега способом «перешагивания». Приземление. Метание теннисного мяча с 3–5 шагов на дальность. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростно-силовых качеств.	Раскрывают значение легкоатлетических упражнений для укрепления здоровья и основных систем организма и для развития физических способностей. Соблюдают технику безопасности. Осваивают упражнения	М.Я.Виленский, В.И. Лях Физическая культура 5-9 класс. Учебник ФГОС. Планка. Теннисные мячи, рулетка			
98	Прыжок в высоту, метание малого мяча Прыжок в высоту с 7–9 шагов разбега способом «перешагивания». Метание теннисного мяча с 3–5 шагов на дальность. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростно-силовых качеств.	для организации самостоятельных тренировок. Раскрывают понятие техники выполнения легкоатлетических упражнений и правила соревнований.				
99	Прыжок в высоту, метание малого мяча Учетный.	Используют разученные упражнения в самостоятельных занятиях при решении задач физической и				

100	<p>Прыжок в высоту, метание малого мяча Подведение итогов года</p>	<p>технической подготовки. Осуществляют самоконтроль за физической нагрузкой во время этих занятий. Выполняют контрольные упражнения и контрольные тесты по легкой атлетике. Составляют совместно с учителем простейшие комбинации упражнений, направленные на развитие соответствующих физических способностей. Измеряют результаты, помогают их оценивать и проводить соревнования. Оказывают помощь в подготовке мест проведения занятий. Соблюдают правила соревнований.</p>				
-----	---	--	--	--	--	--

Критерии и нормы оценки знаний обучающихся

При оценивании успеваемости учитываются индивидуальные возможности, уровень физического развития и двигательные возможности, последствия заболеваний учащихся.

Классификация ошибок и недочетов, влияющих на снижение оценки

Мелкими ошибками считаются такие, которые не влияют на качество и результат выполнения. К мелким ошибкам в основном относятся неточность отталкивания, нарушение ритма, неправильное исходное положение, «заступ» при приземлении.

Значительные ошибки – это такие, которые не вызывают особого искажения структуры движений, но влияют на качество выполнения, хотя количественный показатель ниже предполагаемого ненамного. К значительным ошибкам относятся:

- старт не из требуемого положения;
- отталкивание далеко от планки при выполнении прыжков в длину, высоту;
- бросок мяча в кольцо, метание в цель с наличием дополнительных движений;
- несинхронность выполнения упражнения.

Грубые ошибки – это такие, которые искажают технику движения, влияют на качество и результат выполнения упражнения.

Характеристика цифровой оценки (отметки)

Оценка «5» выставляется за качественное выполнение упражнений, допускается наличие мелких ошибок.

Оценка «4» выставляется, если допущено не более одной значительной ошибки и несколько мелких.

Оценка «3» выставляется, если допущены две значительные ошибки и несколько грубых. Но ученик при повторных выполнениях может улучшить результат.

Оценка «2» выставляется, если упражнение не выполнено. Причиной невыполнения является наличие грубых ошибок.