

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

Тема урока	№	Тип урока	Элементы содержания	Планируемые результаты			Вид контроля	д\з	Дата проведения	
			5 класс	Предметные	Метапредметные	Личностные			план	факт
1	2	3	4	5			6	7	8	9
ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА (10 часов)										
Ходьба и бег, Спринтерский бег, эстафетный бег (6 ч)	1	Вводный	Вводный инструктаж Т.Б на уроках физкультуры. Т.Б. на уроках легкой атлетики. Оздоровительные системы физического воспитания и спортивной подготовки. Встречная эстафета Специальные беговые упражнения; развитие скоростных качеств. Игра «Бег с флажками». Развитие скоростных качеств. Высокий старт (до 10-15м), бег с ускорением (30-40м).	Изучают историю легкой атлетики	<i>Коммуникативные:</i> обеспечивать бесконфликтную совместную работу, слушать и слышать друг друга. <i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> демонстрируют технику беговых упражнений	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, развитие самостоятельности и личной ответственности.	текущий	Ком. 1		
	2	Совершенствования	Специальные беговые упражнения, развитие скоростных возможностей. Круговая эстафета. Влияние л/а упражнений на здоровье. ОРУ. Высокий старт (до 10-15м), бег	Знать правила выполнения высокого старта	<i>Коммуникативные:</i> обеспечивать бесконфликтную совместную работу, слушать и слышать друг друга. <i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника,	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие	текущий	Ком. 1		

		с ускорением (40-50м),		сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> проходить тестирование бега на 30 м с высокого старта.	самостоятельность и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости				
3	Совершенствования	Специальные беговые упражнения, развитие скоростных возможностей. Встречная эстафета. ОРУ. Высокий старт (до 10-15м), бег по дистанции.	Знать, правила эстафет	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель <i>Познавательные:</i> знать правила эстафет	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками в разных социальных ситуациях	текущей	Ком. 1		
4	Совершенствования	ОРУ. Специальные беговые упражнения. Бег с ускорением (30м) Эстафетный бег. Передача эстафетной палочки.	Знать, правила эстафет	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками в	Оценит бег 30м М: 5.4-5.8-6.2 Д: 5.6-6.0-6.4	Ком. 1		

					цель <i>Познавательные:</i> знать правила эстафет	разных социальных ситуациях				
5	учетный	ОРУ. Специальные беговые упражнения. Бег с ускорением (60 м). Игра «Разведчики и часовые»	Знать правила проведения тестирования бега на 60 м с высокого старта	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели. <i>Познавательные:</i> проходить тестирование бега на 60 м с высокого старта	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям; развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, формирование установки на безопасный образ жизни	Оценит ь бег 60м М:10.2-10.8-11.4 Д:10.6-10.8-11,6	Ком. 1			
6	комплексный	ОРУ. Специальные беговые упражнения. Бег с ускорением. Челночный бег 3*10м . Игра «Гуси-лебеди».	Знать правила проведения тестирования челночного бега 3 x 10 м	<i>Коммуникативные:</i> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <i>Регулятивные:</i> проектировать новый уровень отношения к	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества	Оценит ь челночный бег 3*10м М:8.6-8.8-9.4 Д:8.9-	Ком. 1			

					самому себе как субъекту деятельности. <i>Познавательные:</i> проходить тестирование челночного бега 3x10 м.	со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	9.4-9.8			
Прыжки, метание мяча. (4 ч)	7	комплексной	ОРУ. Прыжок в длину способом «согнув ноги». Правила использования лег. атл. упр. Обучение отталкивания, прыжок 7-9 шагов разбега. Игра «Зайцы в огороде». Комплексы упражнений на развитие скоростно-силовых качеств.	Знать правила проведения тестирования прыжка в длину с места	<i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. <i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> проходить тестирование прыжка в длину с места,	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям развитие самостоятельности и личной ответственности и за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах, социальной справедливости и свобод	текущий	Ком. 1		
	8	комплексной	ОРУ. Прыжок в длину способом «согнув ноги». Прыжок в длину с места. Прыжок в длину с разбега Развитие скоростно-силовых качеств. Правила соревнований в метании. Метание малого мяча с места на дальность. Игра «Волк во рву».	Знать правила проведения прыжка в длину с разбега. Знать, как выполнять метание малого мяча в горизонтальную цель	<i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации. <i>Регулятивные:</i> адекватно понимать оценку взрослого и сверстника, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i>	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, самостоятельности и личной ответственности и	текущий	Ком. 1		

					применять прыжковые упражнения для развития физических способностей; выполнять метание малого мяча в горизонтальную цель					
9	комплексной	ОРУ. Прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги». Метание малого мяча с места на дальность. Игра «Лиса и куры».	Знать, как выполнять прыжок в длину с разбега,	<p><i>Коммуникативные:</i> представлять конкретное содержание и сообщать его в устной форме.</p> <p><i>Регулятивные:</i> контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель.</p> <p><i>Познавательные:</i> прыгать в длину с разбега</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, формирование установки на безопасный образ жизни.	Оценит ь прыжок в длину с места	Ком. 1			
10	учетной	ОРУ. Прыжки на месте, с продвижением вперед. Прыжок в длину с разбега. Игра «Прыгающие воробушки».	Знать технику прыжка в длину с разбега	<p><i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации.</p> <p><i>Регулятивные:</i> контролировать свою деятельность по результату, сохранять заданную цель.</p> <p><i>Познавательные:</i> прыгать в длину с разбега на результат</p>	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, формирование установки на безопасный образ жизни, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных	Оценит ь прыжок в длину с разбега	Ком. 1			

Северное многоборье (5часов)

						ситуациях				
Бег по пересеченной местности (3ч)	11	Изучение нового материала	ОРУ. Бег с палкой по пересеченной местности. Чередование ходьбы и бега (бег- 50м, ходьба – 100м). Национальная игра «Под длинную веревку». Развитие выносливости. Понятие скорость бега.	Знать технику бега по пересеченной местности	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> бежать в равномерном темпе по пересеченной местности	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	текущий	Ком. 1		
	12	учетный	Бег с палкой по пересеченной местности. ОРУ. Прыжки в длину с шестом. Национальная игра «Бег на выдохе» (Эпп). Развитие выносливости, прыгучести.	Знать технику бега по пересеченной местности, и технику прыжка с шестом	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель.	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие	Оценить бег 500 м М:2.00-2.10 - 2.20 Д:2.	Ком. 1		

					<i>Познавательные:</i> бежать в равномерном темпе по пересеченной местности	навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	10-2.20 - 2.35			
	13	учетный	ОРУ. Бег с палкой по пересеченной местности. Национальная игра «Прыжки через нарты». Развитие выносливости, прыгучести	Знать технику бега по пересеченной местности, и технику прыжка через нарты	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> бежать в равномерном темпе по пересеченной местности, прыгать через нарты	Развитие мотивов учебной деятельности и осознание личностного смысла учения, принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	Оценить бег 1000 м М:4.50-5.30-7.0 Д:5.30-6.30-7.30	Ком. 1		
Метания маута (2ч)	14	Изучение нового материала	ОРУ в движении. Освоение правильного сбора маута (аркана-тынзяна). Освоение метания первого мотка с костяшкой. Освоение техники выпускающего второго мотка за первым. Изучение техники метания в целом	Знать технику сбора маута и метания маута на хорей	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> метать маут на хорей	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	Текущий	Ком. 1		

						сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях				
	15	Совершенствование	ОРУ в движении. Сбор маута, подбор места для метания и выпускание его из рук	Знать технику сбора маута и метания маута на хорей	<i>Коммуникативные:</i> с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли в соответствии с задачами и условиями коммуникации. <i>Регулятивные:</i> видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого, сохранять заданную цель. <i>Познавательные:</i> метать маут на хорей	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных ситуациях	Текущий	Ком. 1		
СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ (12 часов)										
ВОЛЕЙБОЛ(12 часов).	16	Изучение нового материала	Техника безопасности при игре волейбол. Стойка игрока. Передвижения в стойке. Официальные волейбольные правила. Передача мяча двумя руками сверху вперед. Эстафета с элементами волейбола.	Знать, какие варианты волейбольных упражнений существуют, правила спортивной игры «Волейбол»	<i>Коммуникативные:</i> эффективно сотрудничать и способствовать продуктивной кооперации, слушать и слышать друга. <i>Регулятивные:</i> осознавать самого себя как движущую силу своего учения. <i>Познавательные:</i> выполнять футбольные упражнения, играть в спортивную игру «Волейбол»	Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, сочувствия другим людям, развитие навыков сотрудничества со сверстниками и взрослыми в разных социальных	Текущий	Ком. 3		