* **ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

**(базовый уровень)**

**8 класс**

**Рабочая программа** учебного курса « Физического воспитания» составлена на основе:

1. Федеральный образовательный стандарт среднего(полного) общего образования по физической культуре 1-9 класс

2.Примерная программа общеобразовательных учреждений «Комплексная программа физического воспитания» 1-11 классы

3.Авторская программа под редакцией доктора педагогических наук В.И. Лях, кандидата педагогических наук А.А. Зданевич

**Общая цель:** содействие всестороннему развитию личности посредством формирования физической культуры личности школьника.

**Цель:** формирование особенности школьника: крепкое здоровье, хорошее физическое развитие, оптимальный уровень двигательных способностей, знания и навыки в области физической культуры, мотивы и освоенные способы ( умения) осуществлять физкультурно-оздоровительную и спортивную деятельность.

**Задачи:**

* укрепление здоровья, содействия гармоническому физическому развитию;
* обучение жизненно важным двигательным умениям и навыкам;
* развитие двигательных (кондиционных и координационных ) способностей;
* приобретение необходимых знаний в области физической культуры и спорта;
* воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями, сознательно принять их в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья;
* содействие воспитанию нравственных и волевых качеств, развитие психических процессов и свойств личности.

**2.ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

Согласно Концепции развития содержания образования в области физической культуры (2001) основой образования по физической культуре является двигательная (физкультурная) деятельность, которая непосредственно связана с совершенствованием физической природы человека. В рамках школьного образования активное освоение данной деятельности позволяет школьникам не только совершенствовать физические качества и укреплять здоровье, осваивать физические упражнения и двигательные действия, но и успешно развивать психические процессы и нравственные качества, формировать со знанием и мышление, творческий подход и самостоятельность

**3 ОПИСАНИЕ МЕСТА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ**

**Учебная программа** рассчитана на102 часов, из расчета 3 часа в неделю.

**Критерии оценивания подготовленности учащихся**

**по физической культуре**

И т о г о в а я о т м е т к а выставляется учащимся за овладение темы, раздела, за четверть (в старших классах- за полугодие),за учебный год. Она включает в себя текущие отметки , полученные учащимися за овладение всеми составляющими успеваемости: знаниями, двигательными умениями и навыками, а также отражает сдвиги в развитии физических способностей, умений осуществлять физкультурно-оздоровительную деятельность.

К р и т е р и и о ц е н и в а н и я у с п е в а е м о с т и по базовым составляющим физической подготовки учащихся:

1. **Знания**

При оценивании по предмету «Физическая культура» учитываются такие показатели: глубина, полнота, аргументированность, умение использовать их применительно к конкретным случаям и занятиям физическим упражнениями.

С целью проверки знаний используются следующие м е т о д ы: опрос, проверочные беседы( без вызова из строя), тестирование.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Оценка 5 | Оценка 4 | Оценка 3 | Оценка 2 |
| За ответ, в котором учащийся демонстрирует глубокое понимание сущности материала; логично его излагает, используя в деятельности | За тот же ответ, если в нем содержатся небольшие неточности и незначительные ошибки | За ответ, в котором отсутствует логическая последовательность, имеются пробелы в знании материала, нет должной аргументации и умения использовать знания на практике | За непонимание и незнание материала программы |

**II. Техника владения двигательными умениями и навыками**

Дляоценивания техники владения двигательными умениями и навыками используются следующие методы: наблюдения, вызов из строя для показа, выполнение упражнений и комбинированный метод.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Оценка 5 | Оценка 4 | Оценка 3 | Оценка 2 |
| 1 | 2 | 3 | 4 |
| Движение или отдельные его элементы выполнены правильно, с соблюдением всех требований, без ошибок, легко, свободно, четко, уверенно, слитно, с отличной осанкой в надлежащем ритме; ученик понимает сущность движения, его назначение, может разобраться в движении, объяснить, как оно выполняется, и продемонстрировать в нестандартных условиях; может определить и исправить ошибки, допущенные другим учеником; уверенно выполняет учебный норматив | При выполнении ученик действует так же, как и в предыдущем случае, но допустил не более двух незначительных ошибок | Двигательное действие в основном выполнено правильно, но допущена одна грубая или несколько мелких ошибок, приведших к скованности. Учащийся не может выполнить движение в нестандартных и сложных в сравнении с уроком условиях | Движение или отдельные его элементы выполнены неправильно, допущено более двух значительных или одна грубая ошибка |

**III. Владение способами**

**и умение осуществлять физкультурно-оздоровительную деятельность**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Оценка 5 | Оценка 4 | Оценка 3 | Оценка 2 |
| Учащийся **умеет:**  **-** самостоятельно организовать место занятий;  - подбирать средства и инвентарь и применять их в конкретных условиях;  - контролировать ход выполнения деятельности и оценивать итоги | Учащийся:  - организует место занятий в основном самостоятельно, лишь с незначительной помощью;  - допускает незначительные ошибки в подборе средств;  - контролирует ход выполнения деятельности и оценивает итоги | Более половины видов самостоятельной деятельности выполняется один из пунктов | Учащийся не может выполнить самостоятельно ни один из пунктов |

**IV. Уровень физической подготовленности учащихся**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| Оценка 5 | Оценка 4 | Оценка 3 | Оценка 2 |
| Исходный показатель соответствует высокому уровню подготовленности, предусмотренному обязательным минимумом подготовки и программой физического воспитания, которая отвечает требованиям государственного стандарта и обязательного минимума содержания обучения по физической культуре, и высокому приросту ученика в показателях физической подготовленности за определенный период времени | Исходный показатель соответствует среднему уровню подготовленности и достаточному темпу прироста | Исходный показатель соответствует низкому уровню подготовленности и незначительному приросту | Учащийся не выполняет государственный стандарт , нет темпа роста показателей физической подготовленности |

( При оценке физической подготовленности приоритетным показателем является темп прироста результатов. Задание учителя по улучшению показателей физической подготовленности (темп прироста) должны представлять определенную трудность для каждого учащегося, но быть реально выполнимыми. Достижение этих сдвигов при условии систематических занятий дает основание учителю для выставления высокой оценки.)

*Общая оценка успеваемости* складывается по видам программы: по гимнастике, баскетболу, волейболу, легкой атлетике- путем сложения конечных оценок, полученных учеником по всем видам движений, и оценок за выполнение контрольных упражнений.

*Оценка успеваемости за учебный год* производится на основанииоценок за учебные четверти с учетом общих оценок по отдельным разделам программы. При этом преимущественное значение имеют оценки за умения и навыки осуществлять собственно двигательную, физкультурно-оздоровительную деятельность.

***Формами контроля знаний, умений и навыков на данном этапе обучения является:***

* *тестирование по теории физической культуре*
* *сдача практических нормативов по изучаемым видам программ*

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Учебная  четверть | *Количество*  *контрольных работ* | Форма контроля | № |
| 1 | 1 четверть | 4 | сдача практических нормативов по изучаемым видам программ | 2,5,9,10 |
| 2 | 2 четверть | 6 | сдача практических нормативов по изучаемым видам программ | 20,22,26,29,32,45 |
| 3 | 3 четверть | 10 | сдача практических нормативов по изучаемым видам программ | 50,52,54,60,68,70,78,81,84,88 |
| 4 | 4 четверть | 5 | тестирование по теории физической культуре  сдача практических нормативов по изучаемым видам программ | 92,94,97,98,102 |

**Календарно-тематическое планирование**

**по физической культуре на 2017-2018 учебный год (8 класс)**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Дата | Раздел, кол-во часов | Тема | Задачи уроков. | Результаты. | | | Оборудование |
| ЗУН | Общеучебные умения и навыки | Компетентности |
| 1. | 04.09-08.09.2017 | Легкая атлетика 10 часов | Техника безопасности на уроках физ. воспитания. Низкий старт, стартовый разгон. | 1.Совершенствовать беговые и прыжковые упражнения..  2.Совершенствовать технику низкого старта.  3.Формировать скоростные качества в беге на 30-60 метров. | Улучшение техники низкого старта, стартового разгона. | Умение самостоятельно и мотивированно организовывать свою деятельность, объективное оценивание своих учебных достижений | Принимает цель, поставленную учителем, использует предложенный алгоритм действий, осуществляет контроль своих действий | Свисток, секундомер. |
| 2. | 04.09-08.09.2017 |  | Сдача контрольного норматива, бег 60 м. С низкого старта. | 1. Разучить новый комплекс УГГ  2. Совершенствовать технику низкого старта.  3. Формировать скоростные качества в беге на 60 метров. | Улучшение скоростных качеств бега на короткие дистанции | Умение самостоятельно и мотивированно организовывать свою деятельность, объективное оценивание своих учебных достижений | Ставят цель адекватную заданной проблеме, формулируют задачи по достижению заданной цели | Свисток, секундомер. |
| 3. | 04.09-08.09.2017 |  | Высокий старт | 1.Разучить технику высокого старта.  2.Развивать скоростные качества в беге со старта.  3.Развивать скоростно-силовые качества. | Улучшение техники высокого старта, стартового разгона | Умение самостоятельно и мотивированно организовывать свою деятельность, объективное оценивание своих учебных достижений | Самостоятельно планируют и осуществляют контроль своих действий | Свисток, секундомер. |
| 4. | 11.09-15.09.2017 |  | Равномерный бег. | 1.Развивать двигательные качества выносливость.  2.Формировать навыки правильного дыхания при беге на длинные дистанции.  3. Совершенствовать метания мяча с места на дальность отскока от стены. | Совершенствование техники бега, развитие выносливости. | Умение самостоятельно и мотивированно организовывать свою деятельность, объективное оценивание своих учебных достижений | Самостоятельно планируют и осуществляют контроль своих действий | Свисток, секундомер. |
| 5. | 11.09-15.09.2017 |  | Сдача контрольного норматива, прыжок в длину с места (КУ) | 1. Провести серию прыжковых упражнений (различные многоскоки);  2. Продолжить обучению старта и стартового разгона.  3. Провести контроль за двигательной подготовленностью на скоростно-силовые качества. Прыжок в длину с места (КУ). | Правильное отталкивание и приземление. | Умение самостоятельно и мотивированно организовывать свою деятельность, объективное оценивание своих учебных достижений | Принимает цель, поставленную учителем, использует предложенный алгоритм действий, осуществляет контроль своих действий | Измерительная планка. |
| 6. | 11.09-15.09.2017 |  | Прыжки в длину согнув ноги. | 1. Научить технике подбора разбега, отталкивания, приземления.  2.Развивать скоростно-силовые качеств через эстафету.  3. Совершенствовать беговые упражнения. | Правильный подбор разбега. | Умение самостоятельно и мотивированно организовывать свою деятельность, объективное оценивание своих учебных достижений | Принимает цель, поставленную учителем, использует предложенный алгоритм действий, осуществляет контроль своих действий | Измерительная планка. |
| 7. | 18.09-22.09.2017 |  | Сдача контрольного норматива, прыжки в длину согнув ноги. | 1. Научить технике подбора разбега, отталкивания, приземления.  2.Развивать скоростно-силовые качеств через эстафету.  3. Совершенствовать беговые упражнения. | Правильное отталкивание и приземление. | Умение самостоятельно и мотивированно организовывать свою деятельность, объективное оценивание своих учебных достижений | Принимает цель, поставленную учителем, использует предложенный алгоритм действий, осуществляет контроль своих действий | Измерительная планка. |
| 8. | 18.09-22.09.2017 |  | Метание малого мяча на заданное расстояние. | 1 Разучить метание малого мяча (имитация работы рук, ног на месте)  2. Игра «выжигало» | Правильный подбор разбега | Умение самостоятельно и мотивированно организовывать свою деятельность, объективное оценивание своих учебных достижений | Выбирают необходимые ресурсы для выполнения действий,самостоятельно планируют и осуществляют контроль своих действий | Малый мяч. |
| 9. | 18.09-22.09.2017 |  | Сдача контрольного норматива, метание малого мяча на дальность | 1.Закрепление имитаций метания малого мяча  2. Разучить технику метания мяча на дальность с места.  3. Игра «пятнашки» | Совершенствование техники метания мяча | Умение самостоятельно и мотивированно организовывать свою деятельность, объективное оценивание своих учебных достижений | Выбирают необходимые ресурсы для выполнения действий,самостоятельно планируют и осуществляют контроль своих действий | Малый мяч. |
| 10. | 25.09-29.09.2017 |  | Сдача контрольного норматива, бег на длинные дистанции | 1. Учет бегу на 1000 метров  2.Развивать скоростные качества посредствам эстафет. | Улучшение результатов в беге на 1000 метров | Умение самостоятельно и мотивированно организовывать свою деятельность, объективное оценивание своих учебных достижений | Принимает цель, поставленную учителем, использует предложенный алгоритм действий, осуществляет контроль своих действий | Свисток, секундомер. |
| 11. | 25.09-29.09.2017 | Спортивные игры. Вариативная часть часов | Волейбол. Приём мяча одной рукой с последующим перекатом в сторону | 1. Научить правилам спортивной игры «волейбол»  2. Разучить новый комплекс УГГ. | Улучшение техники ловли и передачи мяча | Владение навыками организации и участия в коллективной деятельности | Умение быть коммуникабельным, умение работать в команде | Мяч, сетка |
| 12. | 25.09-29.09.2017 |  | Волейбол. Приём мяча одной рукой с последующим перекатом в сторону | 1. Совершенствовать технику игры «волейбол» | Улучшение техники ловли и передачи волейбольного мяча | Владение навыками организации и участия в коллективной деятельности | Умение быть коммуникабельным, умение работать в команде | Мяч, сетка |
| 13. | 02.10-06.10.2017 |  | Волейбол. Приём мяча сверху двумя руками с перекатом  на спине | 1. Совершенствовать технику игры «волейбол» | Улучшение техники ловли и передачи волейбол мяча | Владение навыками организации и участия в коллективной деятельности | Умение быть коммуникабельным, умение работать в команде | Мяч, сетка |
| 14. | 02.10-06.10.2017 |  | Волейбол. Приём мяча сверху двумя руками с перекатом  на спине | 1. Совершенствовать технику игры «волейбол» | Улучшение техники ловли и передачи волейбольного мяча | Владение навыками организации и участия в коллективной деятельности | Умение быть коммуникабельным, умение работать в команде | Мяч, сетка |
| 15. | 02.10-06.10.2017 |  | Правило игры в «футбол» | 1.Разучить новые и совершенствовать уже изученные элементы футбола на мини площадке ( передачи мяча, удары по воротам, удары головой) | Обучение выполнению разных элементов футбола | Владение навыками организации и участия в коллективной деятельности | Умение быть коммуникабельным, умение работать в команде | Футбольный мяч, свисток. |
| 16. | 09.10-13.10.2017 |  | Правило игры в «футбол» | 1.Разучить новые и совершенствовать уже изученные элементы футбола на мини площадке ( передачи мяча, удары по воротам, удары головой) | Обучение выполнению разных элементов футбола | Владение навыками организации и участия в коллективной деятельности | Умение быть коммуникабельным, умение работать в команде | Футбольный мяч, свисток. |
| 17. | 09.10-13.10.2017 |  | Совершенствование игры в «футбол» | 1.Разучить новые и совершенствовать уже изученные элементы футбола на мини площадке ( передачи мяча, удары по воротам, удары головой) | Обучение выполнению разных элементов футбола | Владение навыками организации и участия в коллективной деятельности | Умение быть коммуникабельным, умение работать в команде | Футбольный мяч, свисток. |
| 18. | 09.10-13.10.2017 | Спортивные игры баскетбол 10 часов. | Техника игры в баскетбол | 1. Изучить стойку игрока  2. Разучить перемещение в стойки игрока.  3. Развитие скоростно-силовых качеств посредством эстафет. | Улучшение качества техники передвижения с мячом. | Владение навыками организации и участия в коллективной деятельности | Умение быть коммуникабельным, умение работать в команде | Баскетбольный мяч,секундомер, свисток. |
| 19. | 16.10-20.10.2017 |  | Ловля и передача мяча. | 1.Совершенствовать различные варианты передачи мяча.  2. Совершенствование технику ловли и передачи посредством эстафет.  3. Воспитание чувства коллективизма | Улучшение техники передач и точности. | Владение навыками организации и участия в коллективной деятельности | Умение быть коммуникабельным, умение работать в команде | Баскетбольный мяч,секундомер, свисток. |
| 20. | 16.10-20.10.2017 |  | Ведение мяча. | 1.Совершенствовать ведение мяча правой и левой рукой по прямой и с изменением направления  2. Совершенствовать ведения мяча в низкой, средней и высокой стойке на месте.  3. Совершенствовать технику ведения мяча посредством эстафет. | Улучшение техники ведения мяча по прямой. | Владение навыками организации и участия в коллективной деятельности | Умение быть коммуникабельным, умение работать в команде | Баскетбольный мяч,секундомер, свисток. |
| 21. | 16.10-20.10.2017 |  | Ведение мяча с изменением направления | 1.Совершенствовать технику ведения мяча с изменением направления  2. Совершенствовать ведения мяча в низкой, средней и высокой стойке на месте.  3. Развивать двигательные качества координации движения. | Улучшение техники ведения мяча с изменением направления | Владение навыками организации и участия в коллективной деятельности | Умение брать ответственность на себя, умение быть коммуникабельным, умение работать в команде | Баскетбольный мяч,секундомер, свисток. |
| 22. | 23.10-27.10.2017 |  | Бросок в кольцо. | 1.Совершенствовать броски мяча одной рукой с места  2. Совершенствовать броски мяча двумя руками с места с расстояния в прыжке.  3. ОРУ с мячами в парах, тройках. | Улучшение техники передач и точности бросков по кольцу. | Владение навыками организации и участия в коллективной деятельности | Выбирают необходимые ресурсы для выполнения действий,самостоятельно планируют и осуществляют контроль своих действий | Баскетбольный мяч,секундомер, свисток. |
| 23 | 06.11-10.11.2017 |  | Бросок в кольцо с двух шагов разбега. | 1.Разучить бросок в кольцо с двух шагов разбега. | Повышение точности бросков по кольцу. | Владение навыками организации и участия в коллективной деятельности | Выбирают необходимые ресурсы для выполнения действий,самостоятельно планируют и осуществляют контроль своих действий | Баскетбольный мяч,секундомер, свисток. |
| 24. | 06.11-10.11.2017 |  | Бросок в кольцо после ловли мяча. | 1.Совершенствовать броски в кольцо после ловли мяча.  2.Совершенствовать передачу мяча. | Повышение точности бросков по кольцу и качества передач. | Владение навыками организации и участия в коллективной деятельности | Выбирают необходимые ресурсы для выполнения действий,самостоятельно планируют и осуществляют контроль своих действий | Баскетбольный мяч,секундомер, свисток. |
| 25. | 06.11-10.11.2017 |  | Бросок в кольцо в движении | 1.Совершенствовать броски в кольцо после веденя мяча.  2.Совершенствовать броски в кольцо после ловли.  3. Разучить новый комплекс УТГ. | Повышение качества передач и точности бросков по кольцу. | Владение навыками организации и участия в коллективной деятельности | Умение брать ответственность на себя, умение быть коммуникабельным, умение работать в команде | Баскетбольный мяч,секундомер, свисток. |
| 26 | 13.11-17.11.2017 |  | Вырывание и выбивание. | 1. разучить вырыванию и выбиванию мяча.  2. Развитие скоростно-силовых качеств посредством эстафет с элементами передач, ведения.  3. Формирование навыков игры по упрощенным правилам. | Научиться выполнению перехвата мяча. | Владение навыками организации и участия в коллективной деятельности | Умение брать ответственность на себя, умение быть коммуникабельным, умение работать в команде | Баскетбольный мяч,секундомер, свисток. |
| 27 | 13.11-17.11.2017 |  | Тактика игры. | 1.Разучивание тактики свободного нападения..  2. Совершенствование нападения быстрым прорывом.  3. Игра « отдай мяч и выйди». | Уметь участвовать в нападении с изменением позиции игроков | Владение навыками организации и участия в коллективной деятельности | Умение брать ответственность на себя, умение быть коммуникабельным, умение работать в команде | Баскетбольный мяч,секундомер, свисток. |
| 28 | 13.11-17.11.2017 | Гимнастика 18 часов | Т.Б при занятиях гимнастикой. Комплекс ОРУ. | 1. Разучить строевой шаг, размыкание и смыкание на месте.  2. Формирование правильной осанки посредством ОРУ без предметов  3. Инструктаж по Т.Б | Умение выполнять строевые команды | Умение самостоятельно и мотивированно организовывать свою деятельность, объективное оценивание своих учебных достижений | Принимает цель, поставленную учителем, использует предложенный алгоритм действий, осуществляет контроль своих действий |  |
| 29 | 20.11-24.11.2017 |  | Совершенствование строевых упражнений | 1. Совершенствовать строевые упражнения на месте, в движении шагом и бегом.  2. Формировать правильную осанку. | Умение выполнять строевые команды. | Умение самостоятельно и мотивированно организовывать свою деятельность, объективное оценивание своих учебных достижений | Принимает цель, поставленную учителем, использует предложенный алгоритм действий, осуществляет контроль своих действий |  |
| 30 | 20.11-24.11.2017 |  | Комплекс ОРУ | 1. Разучить комплекс ОРУ с сочетанием различных положений рук, ног, туловища  2. Совершенствование строевых команд.  3. Развитие чувства координации движений посредством ОРУ. | Разучить комплекс ОРУ | Умение соотносить приложенные усилия с полученными результатами своей деятельности | Принимает цель, поставленную учителем, использует предложенный алгоритм действий, осуществляет контроль своих действий |  |
| 31 | 20.11-24.11.2017 |  | Подтягивание на перекладине (КУ) | 1. Совершенствовать технику подтягивания.  2. Развивать силу рук. | Совершенствовать технику подтягивания | Умение соотносить приложенные усилия с полученными результатами своей деятельности | Принимает цель, поставленную учителем, использует предложенный алгоритм действий, осуществляет контроль своих действий |  |
| 32 | 27.11-01.12.2017 |  | Сдача контрольного норматива, поднимание туловища из положения лежа (КУ) | 1. Совершенствовать технику выполнения упражнений. | Увеличить количество повторений выполнения упражнений. | Умение соотносить приложенные усилия с полученными результатами своей деятельности | Принимает цель, поставленную учителем, использует предложенный алгоритм действий, осуществляет контроль своих действий | Гимнастических мат,секундомер |
| 33 | 27.11-01.12.2017 |  | Сдача контрольного норматива, комплекс ОРУ с предметами | 1. Разучить комплекс ОРУ с мячами  2. Развитие силовых качеств посредством ОРУ.  3. Формирование правильной осанки через ОРУ | Разучить комплекс ОРУ с предметами. | Умение соотносить приложенные усилия с полученными результатами своей деятельности | Принимает цель, поставленную учителем, использует предложенный алгоритм действий, осуществляет контроль своих действий | Мячи. |
| 34-35 | 27.11-01.12.2017 |  | Акробатические упражнения | 1. Совершенствовать два кувырка вперед слитно  2. Развитие координационных способностей  3.Воспитывать эстетическому выполнению акробатических элементов. | Совершенствование акробатических соединений | Умение соотносить приложенные усилия с полученными результатами своей деятельности | Принимает цель, поставленную учителем, использует предложенный алгоритм действий, осуществляет контроль своих действий | Гимнастические маты. |
| 36-37 | 04.12-08.12.2017 |  | Сдача контрольного норматива, акробатические упражнения | 1. Разучить мост из положения стоя с помощью.  2. Развивать координационные способности посредством упражнений с гимнастической скамейкой.  3. ОРУ на развитие гибкости. | Совершенствование акробатических соединений | Умение соотносить приложенные усилия с полученными результатами своей деятельности | Принимает цель, поставленную учителем, использует предложенный алгоритм действий, осуществляет контроль своих действий | Гимнастические маты. |
| 38-39 | 04.12-08.12.2017 |  | Акробатические упражнения | 1. Разучить акробатическое соединение из 2 элементов.  2. Развивать гибкость на гимнастической стенке  3. Формировать правильную осанку через ОРУ. | Совершенствование акробатических соединений | Умение соотносить приложенные усилия с полученными результатами своей деятельности | Принимает цель, поставленную учителем, использует предложенный алгоритм действий, осуществляет контроль своих действий | Гимнастические маты. |
| 40 | 04.12-08.12.2017 |  | Висы и упоры на перекладине | 1.Научить различным висам и упорам на перекладине | Развивать силовые качества | Умение соотносить приложенные усилия с полученными результатами своей деятельности | Принимает цель, поставленную учителем, использует предложенный алгоритм действий, осуществляет контроль своих действий |  |
| 41 | 11.12-15.12.2017 |  | Сдача контрольного норматива, висы и упоры на перекладине | 1.Совершенствовать различные висы и упоры на перекладине | Развивать силовые качества | Умение соотносить приложенные усилия с полученными результатами своей деятельности | Принимает цель, поставленную учителем, использует предложенный алгоритм действий, осуществляет контроль своих действий |  |
| 42 | 11.12-15.12.2017 |  | Упражнения на развитие координации. | 1. Выполнить упражнения с гимнастической скамейкой и на гимнастической стенке на развитие координации. | Развивать качества координации. | Умение соотносить приложенные усилия с полученными результатами своей деятельности | Принимает цель, поставленную учителем, использует предложенный алгоритм действий, осуществляет контроль своих действий | Гимнастическая скамейка. |
| 43 | 11.12-15.12.2017 |  | Опорные прыжки. | 1. Разучить опорный прыжок ноги врозь через козла в ширину.  2. Развивать скоростно-силовые способности. | Улучшение качества опорного прыжка. | Умение соотносить приложенные усилия с полученными результатами своей деятельности | Принимает цель, поставленную учителем, использует предложенный алгоритм действий, осуществляет контроль своих действий | Гимнастический козел, гимнастический мост. |
| 44 | 18.12-22.12.2017 |  | Опорные прыжки. | 1. Закрепить опорный прыжок ноги врозь через козла в ширину  2. Развивать скоростно-силовые способности через эстафеты. | Улучшение качества опорного прыжка. | Умение соотносить приложенные усилия с полученными результатами своей деятельности | Принимает цель, поставленную учителем, использует предложенный алгоритм действий, осуществляет контроль своих действий | Гимнастический козел, гимнастический мост. |
| 45 | 18.12-22.12.2017 |  | Сдача контрольного норматива, опорные прыжки. | 1. Совершенствовать опорный прыжок ноги врозь через козла в ширину  2. Развивать скоростно-силовые способности.  3. Подведение итогов четверти | Улучшение техники опорного прыжка. | Умение соотносить приложенные усилия с полученными результатами своей деятельности | Принимает цель, поставленную учителем, использует предложенный алгоритм действий, осуществляет контроль своих действий | Гимнастический козел, гимнастический мост. |
| 46 | 18.12-22.12.2017 |  | Правила и техника подвижной игры «мини футбол» | 1.Разучить новые и совершенствовать уже изученные элементы футбола на мини площадке ( передачи мяча, удары по воротам, удары головой) | Обучение выполнению разных элементов футбола | Владение навыками организации и участия в коллективной деятельности | Умение быть коммуникабельным, умение работать в команде | Футбольный мяч, свисток. |
| 47 | 25.12-29.12.2017 |  | Правила и техника подвижной игры «мини футбол» | 1.Разучить новые и совершенствовать уже изученные элементы футбола на мини площадке ( передачи мяча, удары по воротам, удары головой) | Обучение выполнению разных элементов футбола | Владение навыками организации и участия в коллективной деятельности | Умение быть коммуникабельным, умение работать в команде | Футбольный мяч, свисток. |
| 48 | 25.12-29.12.2017 |  | Правила и техника подвижной игры «мини футбол» | 1.Разучить новые и совершенствовать уже изученные элементы футбола на мини площадке ( передачи мяча, удары по воротам, удары головой) | Обучение выполнению разных элементов футбола | Владение навыками организации и участия в коллективной деятельности | Умение быть коммуникабельным, умение работать в команде | Футбольный мяч, свисток. |
| 49-50 | 25.12-29.12.2017 | Лыжная подготовка. 22 часов | Правила ТБ при передвижении на лыжах. Сдача контрольного норматива, попеременный двухшажный ход. | 1.Передвижение скользящим шагом.  2.Учить движению рук и ног в попеременном двухшажном ходе..  3. Прохождение дистанции до 1,5 км.  4. Знать правила ТБ при катании на лыжах. | Улучшение попеременно двухшажного хода. | Умение соотносить приложенные усилия с полученными результатами своей деятельности | Принимает цель, поставленную учителем, использует предложенный алгоритм действий, осуществляет контроль своих действий | Лыжи, палки, ботинки, секундомер. |
| 51-52 | 15.01-19.01.2018 |  | Сдача контрольного норматива, Одновременный одношажный ход. | 1. Движение рук, ног в одновременном одношажном ходе.  2. Передвижение одновременным одношажным ходом  3. Прохождение дистанции до 1,5 км. | Улучшение техники одновременного одношажного хода. | Умение соотносить приложенные усилия с полученными результатами своей деятельности | Принимает цель, поставленную учителем, использует предложенный алгоритм действий, осуществляет контроль своих действий | Лыжи, палки, ботинки, секундомер. |
| 53-54 | 15.01-19.01.2018 |  | Сдача контрольного норматива, Одновременный бесшажный ход | 1.Отталкивание руками в одновременном бесшажном ходе.  2.Обучение перехода из высокой стойки в низкую.  3. Прохождение дистанции до 1,5 км.. | Улучшение техники одновременного безшажного хода. | Умение соотносить приложенные усилия с полученными результатами своей деятельности | Принимает цель, поставленную учителем, использует предложенный алгоритм действий, осуществляет контроль своих действий | Лыжи, палки, ботинки, секундомер. |
| 55-56 | 15.01-19.01.2018 |  | Торможение упором | 1. спуск в основной стойке.  2.Переход из спуска к торможению упором.  3. Прохождение дистанции до 2,0 км. | Улучшение лыжных навыков. | Умение соотносить приложенные усилия с полученными результатами своей деятельности | Принимает цель, поставленную учителем, использует предложенный алгоритм действий, осуществляет контроль своих действий | Лыжи, палки, ботинки, секундомер. |
| 57-58 | 22.01-26.01.2018 |  | Сдача контрольного норматива, торможение и поворот «упором» | 1. спуск в основной стойке.  2. Спуск с торможением и поворотом «упором».  3. Совершенствовать переход из торможения плугом в поворот «плугом»  4. Прохождение дистанции до 2,0 км. | Улучшение лыжных навыков | Умение соотносить приложенные усилия с полученными результатами своей деятельности | Принимает цель, поставленную учителем, использует предложенный алгоритм действий, осуществляет контроль своих действий | Лыжи, палки, ботинки, секундомер. |
| 59-60 | 22.01-26.01.2018 |  | Подъем на склон « елочкой» | 1.Учить согласованности движений рук и ног в подъеме «елочкой».  2.Выполнение подъема «елочкой».  3. Прохождение дистанции 2,0 км. | Совершенствование техники подъема. | Умение соотносить приложенные усилия с полученными результатами своей деятельности | Принимает цель, поставленную учителем, использует предложенный алгоритм действий, осуществляет контроль своих действий | Лыжи, палки, ботинки, секундомер. |
| 61-62 | 29.01-02.02.2018 |  | Поворот переступанием | 1. Совершенствование поворота переступанием.  2. Выполнение подъема «елочкой».  3. Прохождение дистанции 2,0 км. | Совершенствование техники поворота переступанием. | Умение соотносить приложенные усилия с полученными результатами своей деятельности | Принимает цель, поставленную учителем, использует предложенный алгоритм действий, осуществляет контроль своих действий | Лыжи, палки, ботинки, секундомер. |
| 63-64 | 29.01-02.02.2018 |  | Спуск со склона в основной стойке | 1. Спуск со склона в основной стойке  2.Подъем на склон «елочкой»  3. Прохождение дистанции 2,0 км. | Преодоление страха, улучшение лыжных навыков. | Умение соотносить приложенные усилия с полученными результатами своей деятельности | Принимает цель, поставленную учителем, использует предложенный алгоритм действий, осуществляет контроль своих действий | Лыжи, палки, ботинки, секундомер. |
| 65-66 | 05.02-09.02.2018 |  | Сдача контрольного норматива, спуски и подъемы | 1. Совершенствовать технику спусков и подъемов  2. Игра « с горки на горку»  3. Прохождение дистанции 2,0 км. | Совершенствование техники спусков и подъемов. | Умение соотносить приложенные усилия с полученными результатами своей деятельности | Принимает цель, поставленную учителем, использует предложенный алгоритм действий, осуществляет контроль своих действий | Лыжи, палки, ботинки, секундомер. |
| 67-68 | 05.02-09.02.2018 |  | Контрольный норматив на дистанции 2,0 км, 3,0 км. | 1.Передвижение одновременным двухшажным коньковым ходом на лыжне под уклон.  2.Принять контрольные нормативы на дистанции: девочки-2,0 км , мальчики-3,0км. | Развитие выносливости, совершенствование техники лыжных ходов. | Умение соотносить приложенные усилия с полученными результатами своей деятельности | Принимает цель, поставленную учителем, использует предложенный алгоритм действий, осуществляет контроль своих действий | Лыжи, палки, ботинки, секундомер. |
| 69-70 | 19.02-23.02.2018 | Коньки вариативная часть 10 часов | ТБ при катании на коньках. Отталкивание и скольжение на правой, левой ноге поочередно | 1.Знать правила ТБ при катании на катке  2.Научить правильному отталкиванию и скольжению на правой, левой ноге, правильной работы рук. | Обучение скольжению на коньках | Умение соотносить приложенные усилия с полученными результатами своей деятельности | Принимает цель, поставленную учителем, использует предложенный алгоритм действий, осуществляет контроль своих действий | Коньки. |
| 71-72 | 19.02-23.02.2018 |  | Движение скользящим шагом | 1.Научить и совершенствовать движение скользящим шагом. | Обучить правильной работе рук и ног при движении скользящим шагом | Умение соотносить приложенные усилия с полученными результатами своей деятельности | Принимает цель, поставленную учителем, использует предложенный алгоритм действий, осуществляет контроль своих действий | Коньки. |
| 73-74 | 26.02-02.03.2018 |  | Повороты «переступанием» в правую и левую стороны. | 1.Научить и совершенствовать повороты переступанием в правую и левую стороны.  2. Прохождение дистанции 1 км. | Обучить правильной работе ног при повороте переступанием | Умение соотносить приложенные усилия с полученными результатами своей деятельности | Принимает цель, поставленную учителем, использует предложенный алгоритм действий, осуществляет контроль своих действий | Коньки. |
| 75-76 | 26.02-02.03.2018 |  | Торможение «полуплугом» «плугом» | 1. Научить торможению «полуплугом», «плугом»  2. Прохождение дистанции 2 км. | Обучить торможению на коньках | Умение соотносить приложенные усилия с полученными результатами своей деятельности | Принимает цель, поставленную учителем, использует предложенный алгоритм действий, осуществляет контроль своих действий | Коньки. |
| 77-78 | 05.03-09.03.2018 |  | Сдача контрольного норматива, Прохождение дистанции 2 км девочки, 3 км мальчики. | 1. Совершенствовать различные элементы движения на коньках, изученные ранее. | Развитие выносливости и совершенствование техники | Умение соотносить приложенные усилия с полученными результатами своей деятельности | Принимает цель, поставленную учителем, использует предложенный алгоритм действий, осуществляет контроль своих действий | Коньки. |
| 79 | 05.03-09.03.2018 | Спортивные игры. Волейбол 10 часов | Прием и передача снизу | 1.Обучить технике приема и передачи мяча снизу на месте и после перемещения.  2.Развивать координационные способности.  3.Совершенствовать передачу мяча снизу на месте и после перемещения через сетку. | Улучшение приема и передачи мяча снизу. | Владение навыками организации и участия в коллективной деятельности | Принимает цель, поставленную учителем, использует предложенный алгоритм действий, осуществляет контроль своих действий | Волейболный мяч,свисток. |
| 80-81 | 12.03-16.03.2018 |  | Сдача контрольного норматива, приема и передачи мяча снизу | 1.Совершенствовать технику передачи мяча снизу на местеи после перемещения через сетку. | Улучшение приема и передачи мяча снизу. | Владение навыками организации и участия в коллективной деятельности | Принимает цель, поставленную учителем, использует предложенный алгоритм действий, осуществляет контроль своих действий | Волейболный мяч,свисток. |
| 82 | 12.03-16.03.2018 |  | Прием и передача мяча сверху. | 1.Обучить технике приема и передачи мяча сверху на месте и после перемещения.  2. Развивать координационные способности. 3.Совершенствовать передачу мяча сверху на месте и после перемещения через сетку. | Улучшение приема и передачи мяча сверху. | Владение навыками организации и участия в коллективной деятельности | Принимает цель, поставленную учителем, использует предложенный алгоритм действий, осуществляет контроль своих действий | Волейбольный мяч, свисток. |
| 83-84 | 12.03-16.03.2018 |  | Сдача контрольного норматива, приема и передачи мяча сверху | 1. Совершенствовать технику передачи мяча снизу на местеи после перемещения через сетку. | Улучшение приема и передачи мяча сверху. | Владение навыками организации и участия в коллективной деятельности | Принимает цель, поставленную учителем, использует предложенный алгоритм действий, осуществляет контроль своих действий | Волейболный мяч,свисток. |
| 85 | 19.03-23.03.2018 |  | Нижняя прямая подача. | 1. Совершенствовать прямую нижнюю подачу мяча 3-6 метров от сетки  2. Развитие координационных способностей и глазомера при выполнении удара | Умение выполнить нижнюю подачу | Владение навыками организации и участия в коллективной деятельности | Принимает цель, поставленную учителем, использует предложенный алгоритм действий, осуществляет контроль своих действий | Волейболный мяч,свисток. |
| 86 | 19.03-23.03.2018 |  | Сдача контрольного норматива, нижней прямой подачи. | 1. Совершенствовать прямую нижнюю подачу 3-6 метров от сетки  2. Развитие координационных способностей и глазомера при выполнении удара | Умение выполнить нижнюю подачу | Владение навыками организации и участия в коллективной деятельности | Принимает цель, поставленную учителем, использует предложенный алгоритм действий, осуществляет контроль своих действий | Волейболный мяч,свисток. |
| 87 | 02.04-06.04.2018 |  | Верхняя прямая подача | 1.Обучение техники верхней прямой подачи  2.Совершенствование передачи мяча сверху.  3. Развитие быстроты | Умение выполнять верхнюю прямую подачу. | Владение навыками организации и участия в коллективной деятельности | Принимает цель, поставленную учителем, использует предложенный алгоритм действий, осуществляет контроль своих действий | Волейболный мяч,свисток. |
| 88 | 02.04-06.04.2018 |  | Совершенствование верхней прямой подачи. | 1. Совершенствовать техники верхней прямой подачи.  2. Совершенствование передачи мяча снизу. | Умение выполнять верхнюю прямую подачу | Владение навыками организации и участия в коллективной деятельности | Принимает цель, поставленную учителем, использует предложенный алгоритм действий, осуществляет контроль своих действий | Волейболный мяч,свисток. |
| 89-92 | 09.04-13.04.2018 | Легкая атлетика 12 часов. | ТБ при занятиях легкой атлетикой. Сдача контрольного норматива, прыжки в высоту с разбега | 1. Совершенствование техники прыжка в высоту способом перешагивания.  2. Развивать скоростно-силовые качества.  3. Формирование навыков подбора разбега, отталкивания, приземления | Правильный подбор разбега | Умение самостоятельно и мотивированно организовывать свою деятельность, объективное оценивание своих учебных достижений | Принимает цель, поставленную учителем, использует предложенный алгоритм действий, осуществляет контроль своих действий |  |
| 93 | 16.04-20.04.2018 |  | Метание малого мяча | 1.Научить техники метания малого мяча с разбега.  2.Совершенствовать «скрестный шаг» | Обучение технике метания мяча с разбега. | Умение самостоятельно и мотивированно организовывать свою деятельность, объективное оценивание своих учебных достижений | Принимает цель, поставленную учителем, использует предложенный алгоритм действий, осуществляет контроль своих действий | Малый мяч. |
| 94 | 23.04-27.04.2018 |  | Сдача контрольного норматива, метания малого мяча на дальность | 1. Совершенствовать технику метания малого мяча с разбега.  2. Совершенствовать «скрестный шаг» | Обучение технике метания мяча с разбега. | Умение самостоятельно и мотивированно организовывать свою деятельность, объективное оценивание своих учебных достижений | Принимает цель, поставленную учителем, использует предложенный алгоритм действий, осуществляет контроль своих действий | Малый мяч. |
| 95 | 07.05-11.05.2018 |  | Метание малого мяча в вертикальную и горизонтальную цель | 1. Совершенствование метания малого мяча на дальность.  2. Разучить технике метания мяча в вертикальную и горизонтальную цель с расстояния 8-10 метров. | Совершенствование техники метания | Умение самостоятельно и мотивированно организовывать свою деятельность, объективное оценивание своих учебных достижений | Принимает цель, поставленную учителем, использует предложенный алгоритм действий, осуществляет контроль своих действий | Малый мяч. |
| 96-97 | 14.05-18.05.2018 |  | Сдача контрольного норматива, прыжки в длину согнув ноги с разбега | 1. Совершенствовать подбору разбега, отталкиванию, приземлению  2. Развивать скоростно-силовые качества.  3. Совершенствовать беговые упражнения | Совершенствованье подбора разбега, отталкивания, приземления. | Умение самостоятельно и мотивированно организовывать свою деятельность, объективное оценивание своих учебных достижений | Принимает цель, поставленную учителем, использует предложенный алгоритм действий, осуществляет контроль своих действий |  |
| 98 | 21.05-25.05.2018 |  | Сдача контрольного норматива, спринтерский бег. | 1. Совершенствовать беговые и прыжковые упражнения  2. Совершенствовать технику низкого старта.  3. Развивать скоростные качества в беге на 60 метров(учет). | Развитие быстроты. | Умение самостоятельно и мотивированно организовывать свою деятельность, объективное оценивание своих учебных достижений | Принимает цель, поставленную учителем, использует предложенный алгоритм действий, осуществляет контроль своих действий | Секундомер, свисток. |
| 99 | 21.05-25.05.2018 |  | Бег на длинные дистанции | 1. Развивать выносливости качества в беге до 15 минут.  2. Формировать навыки правильного дыхания в беге на длинные дистанции. | Развитие выносливости. | Умение самостоятельно и мотивированно организовывать свою деятельность, объективное оценивание своих учебных достижений | Принимает цель, поставленную учителем, использует предложенный алгоритм действий, осуществляет контроль своих действий | Секундомер, свисток. |
| 100 | 28.05-01.06.2018 |  | Сдача контрольного норматива, Бег на длинные дистанции | 1.Учет бега на 1200 метров.  2. Развивать выносливость.  3.Подведение итогов за год. | Развитие выносливости. | Умение самостоятельно и мотивированно организовывать свою деятельность, объективное оценивание своих учебных достижений | Принимает цель, поставленную учителем, использует предложенный алгоритм действий, осуществляет контроль своих действий | Секундомер, свисток. |
| 101 | 28.05-01.06.2018 | Подвижные игры. Вариативная часть 2 часа. | Правила и техника подвижной игры «мини футбол» | 1.Разучить новые и совершенствовать уже изученные элементы футбола на мини площадке ( передачи мяча, удары по воротам, удары головой) | Обучение выполнению разных элементов футбола | Владение навыками организации и участия в коллективной деятельности | Умение быть коммуникабельным, умение работать в команде | Футбольный мяч, свисток. |
| 102 | 28.05-01.06.2018 |  | Легкоатлетические эстафеты в игровой форме. Теоретические сведения | 1. Подведение итогов по учебной программе  2. Разъяснение ТБ при нахождении в летнее время на открытых водоемах, при принятии воздушных и солнечных ванн. | Развитие двигательных качеств | Умение самостоятельно и мотивированно организовывать свою деятельность, объективное оценивание своих учебных достижений | Принимает цель, поставленную учителем, использует предложенный алгоритм действий, осуществляет контроль своих действий |  |

**МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ**

Список литературы

1.Комплексная программа физического воспитания 1-11 классы. В.И. Лях, А.А Зданевич. Москва, «Просвещение», 2011 г.

2.Пособие « Поурочные разработки по физкультуре» В.И. Ковалько. Москва, «ВАКО», 2007.

3. Учебник « Физическая культура», В.И. Лях, А.А Зданевич. Москва, «Просвещение», 2011 г.

4. « Подвижные игры» Жуков М.Н.-М.: Издательский центр «Академия», 2000.

Оборудование:

футбольные мячи, сетка волейбольная, мяч волейбольный, мяч баскетбольный, скакалка, обруч пластмассовый, мяч регби, комплекс лыжного инвентаря, гимнастические маты, гимнастический мостик, козел гимнастический, конь гимнастический, велотренажер, турник навесной, брусья гимнастические, перекладина гимнастическая, стол для игры в настольный теннис, канат для лазанья с механизмом крепления, бревно гимнастическое напольное, планка для прыжков в высоту, стойки для прыжков в высоту (комплект), стойки волейбольные (универсальные).