

Областное государственное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Краснояржская средняя общеобразовательная школа»

**02-05**



**« УТВЕРЖДЕНО »**  
**Директор ОГБОУ «Краснояржская средняя**  
**общеобразовательная школа»**

\_\_\_\_\_ **Сидорова Т.Н.**  
**Приказ № 504**  
**от «31» августа 2022 г.**

Образовательная программа начального общего образования

**Рабочая программа курса внеурочной деятельности**  
**«Адаптивная физическая культура», 1 -4 класс**

**Срок реализации программы 1 год**

п. Красная Яруга  
2022 год

## **1. Планируемые результаты освоения курса внеурочной деятельности**

### Личностные результаты

- знание истории физической культуры своего народа, своего края как части наследия народов России и человечества;
- воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;
- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учётом устойчивых познавательных интересов
- демонстрировать результаты не ниже, чем средний уровень основных физических способностей;
- владеть способами физкультурно-оздоровительной деятельности: самостоятельно выполнять упражнения на развитие быстроты, координации, выносливости, силы, гибкости; соблюдать правила самоконтроля и безопасности во время выполнения упражнений;
- владеть правилами поведения на занятиях физическими упражнениями: соблюдать нормы поведения в коллективе, правила безопасности, гигиену занятий и личную гигиену; помогать друг другу и преподавателю; поддерживать

товарищей, имеющих недостаточную физическую подготовленность; проявлять активность, самостоятельность, выдержку и самообладание.

### Метапредметные результаты

- владение способами организации и проведения разнообразных форм занятий физическими упражнениями, их планирования и наполнения содержанием;
- владение умениями выполнения двигательных действий и физических упражнений базовых видов спорта и оздоровительной физической культуры, активно их использовать в самостоятельно организуемой спортивнооздоровительной и физкультурно-оздоровительной деятельности;
- владение способами наблюдения за показателями индивидуального здоровья, физического развития и физической подготовленности, величиной физических нагрузок, использования этих показателей в организации и проведении самостоятельных форм занятий;
- знание факторов, потенциально опасных для здоровья (вредные привычки, ранние половые связи, допинг), и их опасные последствия;

- добросовестное выполнение учебных занятий, осознанное стремление к освоению новых знаний и умений, повышающих результативность выполнения заданий.

### **Овладение универсальными учебными коммуникативными действиями:**

#### 1) общение:

- воспринимать и формулировать суждения, выражать эмоции в соответствии с целями и условиями общения в знакомой среде;
- проявлять уважительное отношение к собеседнику, соблюдать правила ведения диалога и дискуссии;
- признавать возможность существования разных точек зрения;
- корректно и аргументировано высказывать свое мнение;
- строить речевое высказывание в соответствии с поставленной задачей;

#### 2) совместная деятельность:

- формулировать краткосрочные и долгосрочные цели (индивидуальные с учетом участия в коллективных задачах) в стандартной (типовой) ситуации на основе предложенного формата планирования, распределения промежуточных шагов и сроков;
- принимать цель совместной деятельности, коллективно строить действия по ее достижению: распределять роли, договариваться, обсуждать процесс и результат совместной работы;

- проявлять готовность руководить, выполнять поручения, подчиняться;
- ответственно выполнять свою часть работы;
- оценивать свой вклад в общий результат;
- выполнять совместные проектные задания с опорой на предложенные образцы.

Овладение универсальными учебными регулятивными действиями:

1) самоорганизация:

- планировать действия по решению учебной задачи для получения результата;
- выстраивать последовательность выбранных действий;

2) самоконтроль:

- устанавливать причины успеха/неудач учебной деятельности;
- корректировать свои учебные действия для преодоления ошибок.

Сформировано ценностное отношение:

- к адаптивной физической культуре;
- семье и семейным традициям;
- учебе, труду и творчеству;

- своему здоровью, здоровью родителей (законных представителей), членов своей семьи, педагогов, сверстников;
- природе и всем формам жизни.

Сформирован интерес:

- зарядке и подвижным играм;
- общественным явлениям, понимать активную роль человека в обществе;

Сформированы умения:

- устанавливать дружеские взаимоотношения в коллективе, основанные на взаимопомощи и взаимной поддержке;
- проявлять бережное, гуманное отношение ко всем окружающим;
- соблюдать общепринятые нормы поведения в обществе;
- распознавать асоциальные поступки, уметь противостоять им; проявлять отрицательное отношение к аморальным поступкам, грубости, оскорбительным словам и действиям.

## **2.Содержание курса внеурочной деятельности**

1. Подвижные игры с мячом;
2. Игры с лазанием и перелазанием;
3. Игры с прыжками;
4. Игры на внимание и ловкость;

5. Игры со скакалкой;
6. Пионербол;
7. Баскетбол;
8. Футбол;
9. Настольный теннис;
- 10.ОФП.

### 3. Тематическое планирование

№	К.ч	Тип урока	Тема урока	Содержание и элементы урока	Требования к уроку подготовки обучающихся	УУД	Вид контроля
1	2	Комбинированный	Инструктаж по ТБ во время проведения спортивных и подвижных игр. Подвижные игры с мячом.	Разучить новую разминку. Подвижные игры с мячом, техника приема мяча и передачи.	Демонстрировать уровень начального развития физических качеств. Умение работать в команде.	<p><i>Предметные:</i> иметь углубленные представления о технике выполнения общеразвивающих упражнений, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки и подвижных игр;</p> <p><i>Метапредметные:</i> ставить и формировать для себя новые задачи в познавательной деятельности; соотносить свои действия с планируемыми результатами; осуществлять контроль своей деятельности в процессе</p>	Текущей

						<p>достижения результата;</p> <p><i>Личностные:</i> формирование ответственного отношения к учению; формирование положительного отношения учащихся к занятиям физкультурой; накопление необходимых знаний, умений.</p>	
2	2	Комбинированный	Подвижные игры с лазаньем, перелазаньем, прыжками, с мячом.	п\и «Альпинисты», «Удочка», «Горячая картошка». Встречная эстафета.	Демонстрировать уровень основных двигательных навыков, развития физических качеств. Умение работать в команде, играть по правилам.	<p><i>Предметные:</i> иметь углубленные представления о технике лазанья, прыжков, уметь играть по правилам, соблюдать технику безопасности во время игры с мячом; организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки и подвижных игр;</p> <p><i>Метапредметные:</i> осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата; уметь работать в команде, бережно</p>	Текущий



						<p>относиться к сверстникам;</p> <p><i>Личностные:</i> формирование ответственного отношения к учению; формирование положительного отношения учащихся к занятиям физкультурой; накопление необходимых знаний, умений.</p>	
3	2	Комбинированный	<p>Общеразвивающие игры на внимание, ловкость.</p> <p>Подвижные игры со скакалкой.</p>	<p>п\и «Скала», «Альпинисты»</p> <p>Разминка в движении.</p> <p>Развитие координационных способностей.</p>	<p>Демонстрировать уровень основных средств передвижения (прыжки), развития физических качеств.</p> <p>Умение работать в команде, играть по правилам.</p>	<p><i>Предметные:</i> иметь первоначальные представления о координации, углубленные представления о технике прыжков через препятствие, прыжки в глубину, уметь играть по правилам; организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки в движении и подвижных игр;</p> <p><i>Метапредметные:</i> осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата; уметь работать в команде, бережно относиться к сверстникам;</p> <p><i>Личностные:</i> формирование ответственного отношения к учению; формирование положительного отношения</p>	Текущий

						учащихся к занятиям физкультурой; накопление необходимых знаний, умений.	
4	2	Комбинированный	Общеразвивающие и подвижные игры.  Разминка с набивным мячом.	п\и «Лабиринт», «Зеркало».  Разминка с набивным мячом.	Демонстрировать уровень основных двигательных навыков, развития физических качеств. Умение работать в команде, играть по правилам.	<i>Предметные:</i> иметь углубленные представления о двигательных навыках, развитие физических качеств средствами подвижных игр, уметь играть по правилам, соблюдать технику безопасности во время игры с мячом; организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки и подвижных игр;  <i>Метапредметные:</i> осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата; уметь работать в команде, бережно относиться к сверстникам;  <i>Личностные:</i> формирование ответственного отношения к учению; формирование положительного отношения учащихся к занятиям физкультурой; накопление необходимых знаний, умений.	Текущий
5	2	Комбинированный.	Пионербол.  Основы	Презентация, развитие игры в России, СБУ для	Демонстрировать первоначальные знания, умение	<i>Предметные:</i> иметь первоначальные представления о технике выполнения передач мяча	Текущий

			знаний, история развития игры, правила игры.	разминки, развитие физических качеств, влияние спортивной игры на организм человека.	работать в группе, навыки владения мячом.	над собой одной рукой; организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с волейбольными мячом.  <i>Метапредметные:</i> ставить и формировать для себя новые задачи в учебе и познавательной деятельности; соотносить свои действия с планируемыми результатами; осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата;  <i>Личностные:</i> формирование ответственного отношения к учению; формирование положительного отношения учащихся к занятиям физкультурой; накопление необходимых знаний, умений.	
6	2	Комбинированный.	Пионербол.  Передача одной рукой и прием мяча двумя руками.	Разминка с волейбольным мячом. Встречная эстафета.  Правила игры.	Демонстрировать технику передачи, подачи мяча, правило 3 шагов, пас.	<i>Предметные:</i> иметь углубленные представления технике передаче мяча одной рукой, иметь первоначальные представления о приемах игры в пионербол; организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки.	Текущий

						<p><i>Метапредметные:</i> определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, корректировать свои действия в соответствии с изменением ситуации;</p> <p><i>Личностные:</i> формирование нравственных чувств и нравственного поведения; проявление культуры общения и взаимодействия в процессе занятий.</p> <p><i>Личностные:</i> формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками и взрослыми в процессе образовательной деятельности; формирование установки на безопасный о здоровый образ жизни.</p>	
7	2	Комбинированный.	<p>Пионербол.</p> <p>ТБ во время спортивной игры.</p> <p>Прием и передача мяча через сетку.</p> <p>Учебная игра</p>	Разминка с волейбольным мячом. Правила игры. Учебная игра.	Демонстрировать технику передачи, подачи мяча. Уметь играть по правилам.	<p><i>Предметные:</i> иметь углубленные представления технике передачи, подачи мяча; иметь углубленные представления о приемах игры; организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с волейбольным мячом и игры в «Пионербол».</p> <p><i>Метапредметные:</i> определять цел</p>	Текущий

			по правилам.			и держать ее, создавать обобщения, корректировать свои действия в соответствии с изменением ситуации;  <i>Личностные:</i> формирование нравственных чувств и нравственного поведения; проявление культуры общения и взаимодействия в процессе занятий.	
8	2	Комбинированный.	Пионербол.  Учебная игра по правилам.	Разминка в движение.	Демонстрировать технику передачи, подачи мяча. Уметь играть по правилам.	<i>Предметные:</i> иметь углубленные представления технике передачи, подачи мяча; иметь углубленные представления о приемах игры; организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с волейбольным мячом и игры в «Пионербол».  <i>Метапредметные:</i> определять цель и держать ее, создавать обобщения, корректировать свои действия в соответствии с изменением ситуации;  <i>Личностные:</i> формирование нравственных чувств и нравственного поведения; проявление культуры общения и взаимодействия в процессе занятий.	Текущий

9	2	Комбинированный.	Пионербол. Учебная игра.	Разминка с гимнастической палкой.  Игра по правилам.	Демонстрировать технику передачи, подачи мяча. Уметь играть по правилам.	<i>Предметные:</i> организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с гимнастической палкой и игры в «Пионербол».  <i>Метапредметные:</i> создавать обобщения, корректировать свои действия в соответствии с изменением ситуации;  <i>Личностные:</i> формирование нравственных чувств и нравственного поведения; проявление культуры общения и взаимодействия в процессе занятий.	Текущий
10	2	Комбинированный.	Пионербол. Тактические действия. Учебная игра.	Разминка с набивным мячом.  Игра по правилам.	Демонстрировать технические приемы игры. Уметь играть по правилам.	<i>Предметные:</i> организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с набивным мячом и игры в «Пионербол».  <i>Метапредметные:</i> создавать обобщения, корректировать свои действия в соответствии с изменением ситуации;  <i>Личностные:</i> формирование нравственных чувств и нравственного поведения; проявление культуры общения и	Текущий

						взаимодействия в процессе занятий.	
11	4	Комбинированный.	Тактические действия. Контрольный урок по теме «Пионербол».	Разминка в парах с волейбольным мячом.	Демонстрировать технические приемы игры, Уметь играть по правилам.	<p><i>Предметные:</i> организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки с набивным мячом и игры в «Пионербол».</p> <p><i>Метапредметные:</i> создавать обобщения, корректировать свои действия в соответствии с изменением ситуации;</p> <p><i>Личностные:</i> формирование нравственных чувств и нравственного поведения; проявление культуры общения и взаимодействия в процессе занятий.</p>	Зачет
12	2	Комплексный	ТБ во время игры «Баскетбол». Стойки и передвижения игрока, повороты и остановки.	Повторить правила техники безопасности при проведении подвижных и спортивных игр; выполнить комплекс ОРУ с мячом; изучить технику передвижения в	Демонстрировать комплекс ОРУ с мячом; технику передвижения в защитной стойке: повороты, остановки; терминологией игры.	<p><i>Предметные:</i> иметь углубленные представления о ТБ при проведении подвижных и спортивных игр; иметь углубленные представления о технике передвижения в защитной стойке: повороты, остановки; познакомиться с терминологией игры; организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью общеразвивающей разминки.</p>	Текущий

				защитной стойке: повороты, остановки; познакомится с терминологией игры.		<p><i>Метапредметные;</i> организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; владеть навыком самоконтроля; осуществлять осознанный выбор в учебной и познавательной деятельности; создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации. Устанавливать причина - следственные связи, строить логические рассуждения и делать выводы.</p> <p><i>Личностные:</i> формирование ответственного отношения к учению, развитие морального осознания и компетентности; формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками и взрослыми в процессе образовательной деятельности.</p>	
13	2	Комбинированный	Баскетбол. Ловля и передача мяча. Броски мяча в корзину.	Выполнять комплекс ОРУ в движении; специально беговые упражнения;	Уметь выполнять комплекс ОРУ в движении; специально беговые упражнения; изучить технику передачи и	<p><i>Предметные:</i> иметь углубленные представления о технике передачи и ловли мяча различными способами.</p> <p><i>Метапредметные;</i> соотносить свои действия с планируемыми</p>	Текущий



				изучить технику передачи и ловли мяча различными способами.	ловли мяча различными способами.	<p>результатами; организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; владеть навыком самоконтроля; осуществлять осознанный выбор в учебной и познавательной деятельности;</p> <p><i>Личностные:</i> формирование ответственного отношения к учебной и познавательной деятельности; формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками и взрослыми в процессе образовательной деятельности.</p>	
14	2	Комплексный	Баскетбол. Ведение мяча. Основные правила и приемы игры.	Выполнять комплекс упражнений для рук и плечевого пояса, специальные упражнения для закрепления и совершенствования приемов игры в баскетбол.	Демонстрировать технику ведения мяча на месте и в движении, приемов игры в баскетбол.	<p><i>Предметные:</i> иметь углубленные представления технике ведения мяча на месте и в движении; иметь первоначальные представления о приемах игры в баскетбол; организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки игры в «Баскетбол».</p> <p><i>Метапредметные:</i> определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, корректировать свои действия в</p>	Текущий

				Совершенствовать технику ведения мяча на месте и в движении.		соответствии с изменением ситуации;  <i>Личностные:</i> формирование нравственных чувств и нравственного поведения; проявление культуры общения и взаимодействия в процессе занятий.  <i>Личностные:</i> формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками и взрослыми в процессе образовательной деятельности; формирование установки на безопасный и здоровый образ жизни.	
15	2	Комбинированный	Баскетбол. Бросок мяча одной рукой от плеча, двумя руками в прыжке.	Совершенствовать технику бросков в баскетбольную корзину, провести подвижную игру «Тридцать три», спортивную игру «Баскетбол»	Демонстрировать броски в баскетбольную корзину одной рукой от плеча, двумя руками в прыжке. Играть по правилам.	<i>Предметные:</i> иметь углубленные представления о технике выполнения бросков в баскетбольную корзину; организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки и игры в «Баскетбол».  <i>Метапредметные:</i> ставить и формулировать для себя новые задачи, в учебе и познавательной деятельности; соотносить свои действия с планируемыми результатами; осуществлять	Текущий

						<p>контроль своей деятельности в процессе достижения результата.</p> <p><i>Личностные:</i> формирование ответственного отношения к учебной и познавательной деятельности; формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками и взрослыми в процессе образовательной деятельности.</p>	
16	4	Комбинированный	Баскетбол. Вырывание и выбивание мяча. Перехват мяча.	Провести разминку с набивным мячом. Изучить технику перехвата мяча, выбивание и вырывание мяча.	Демонстрировать технику вырывания и выбивания мяча. Технику перехвата мяча.	<p><i>Предметные:</i> иметь углубленные представления о представлении о технике вырывания и выбивания мяча, перехват мяча; организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки игры в «Баскетбол».</p> <p><i>Метапредметные;</i> соотносить свои действия с планируемыми результатами; организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; владеть навыком самоконтроля; осуществлять осознанный выбор в учебной и познавательной деятельности;</p>	Зачет

						<i>Личностные:</i> формирование ответственного отношения к учению, умение владеть культурой общения и взаимодействия в процессе занятий физическими упражнениями, во время игры.	
17	2	Комплексный	Баскетбол. Нападение и защита.	Разучить разминку с баскетбольным мячом в парах, совершенствовать технику игры в нападении и защите, провести спортивную игру «Баскетбол»	Демонстрировать технику нападения и защиты. Играть по правилам.	<p><i>Предметные:</i> иметь углубленные представления о технике нападения в защите; технике вырывания и выбивания мяча; организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки игры в «Баскетбол».</p> <p><i>Метапредметные:</i> развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности; определять способы действий в рамках предложенных условий и требований; корректировать свои действия в соответствии и изменением ситуации; работать в группе.</p> <p><i>Личностные:</i> формирование ответственного отношения к учению, умение владеть культурой общения и взаимодействия в процессе занятий физическими упражнениями, во время игры.</p>	Текущий
18	2	Комбинированный	Контрольный	Провести	Демонстрировать	<i>Предметные:</i> организовать	Зачет

		ванный	урок по теме «Баскетбол»	разминку с баскетбольным мячом, выполнить контрольные упражнения, провести спортивную игру «Баскетбол»	игру по правилам.	<p>здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью спортивной игры «Волейбол».</p> <p><i>Метапредметные:</i> соотносить свои действия с планируемыми результатами; организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; владеть навыком самоконтроля; осуществлять осознанный выбор в учебной и познавательной деятельности; создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации. Устанавливать причина - следственные связи, строить логические рассуждения и делать выводы.</p> <p><i>Личностные:</i> формирование ответственного отношения к учению, развитие морального осознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личного выбора; формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками и</p>
--	--	--------	--------------------------	--	-------------------	---

						взрослыми в процессе образовательной деятельности.	
19	2	Комбинированный	ТБ во время игры «Футбол». Удары по катящему мячу.	Разучить разминку с футбольным мячом. Совершенствовать технику удара по катящему – летящему мячу. Остановка мяча. Введение мяча.	Демонстрировать технику введения, остановки мяча. Удар по летящему мячу.	<p><i>Предметные:</i> иметь углубленные представления о технике удара по летящему мячу, о технике ударов по катящему мячу, организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью эстафет.</p> <p><i>Метапредметные;</i> соотносить свои действия с планируемыми результатами; организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; владеть навыком самоконтроля; осуществлять осознанный выбор в учебной и познавательной деятельности; создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации. Устанавливать причина - следственные связи, строить логические рассуждения и делать выводы.</p> <p><i>Личностные:</i> формирование ответственного отношения к учению, развитие морального</p>	Текущий

						осознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личного выбора; формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками и взрослыми в процессе образовательной деятельности.	
20	2	Комбинированный	«Футбол». Ведение мяча. Остановка мяча.	Разминка в парах с футбольным мячом.  Техника остановки мяча. Введение мяча.	Демонстрировать технику остановки мяча, ведение мяча.	<i>Предметные:</i> иметь углубленные представления о технике ведения мяча, остановки, организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью эстафет.  <i>Метапредметные;</i> соотносить свои действия с планируемыми результатами; организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; владеть навыком самоконтроля; осуществлять осознанный выбор в учебной и познавательной деятельности; самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации. Устанавливать причина - следственные связи, строить логические рассуждения и делать выводы.	Текущий

						<p><i>Личностные:</i> формирование ответственного отношения к учению, развитие морального осознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личностного выбора; формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками и взрослыми в процессе образовательной деятельности.</p>	
21	2	Комбинированный.	Футбол. Жонглирование.	<p>Разминка с футбольным мячом. Эстафеты с футбольным мячом.</p> <p>Учебная игра по правилам.</p>	Совершенствовать технику передачи мяча, ведение мяча, остановки. Уметь жонглировать мячом.	<p><i>Предметные:</i> иметь углубленные представления о технике ведения мяча, остановки, организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью эстафет и спортивной игры в футбол.</p> <p><i>Метапредметные;</i> соотносить свои действия с планируемыми результатами; организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; владеть навыком самоконтроля; осуществлять осознанный выбор в учебной и познавательной деятельности; самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации. Устанавливать</p>	Текущий



						<p>причина - следственные связи, строить логические рассуждения и делать выводы.</p> <p><i>Личностные:</i> формирование ответственного отношения к учению, развитие морального осознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личного выбора; формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками и взрослыми в процессе образовательной деятельности.</p>	
22	2	Комбинированный.	Футбол. Тактические действия. Игра по правилам.	<p>Разминка с футбольным мячом. Эстафеты с футбольным мячом.</p> <p>Учебная игра по правилам.</p>	Совершенствовать технику передачи мяча, ведение мяча, остановки. Уметь играть по правилам.	<p><i>Предметные:</i> иметь углубленные представления о технических действиях в игре, организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью эстафет и спортивной игры «Футбол».</p> <p><i>Метапредметные;</i> организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; владеть навыком самоконтроля; устанавливать причина - следственные связи, строить логические рассуждения и делать</p>	

						<p>выводы.</p> <p><i>Личностные:</i> формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками и взрослыми в процессе образовательной деятельности.</p>	
23	2	Комплексный	Контрольный урок по теме «Футбол».	Жонглирование ногами футбольный мяч. Учебная игра в футбол.	Демонстрировать контрольных упражнений, техникой приемами игры. Учебная игра.	<p><i>Предметные:</i> организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью спортивной игры «Футбол».</p> <p><i>Метапредметные;</i> соотносить свои действия с планируемыми результатами; организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; владеть навыком самоконтроля; осуществлять осознанный выбор в учебной и познавательной деятельности; создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации. Устанавливать причина - следственные связи, строить логические рассуждения и</p>	Зачет

24	2	Комбинируемый	<p>ТБ при игре в «Настольный теннис».</p> <p>История развития игры.</p> <p>Упражнения с ракеткой и мячом (набивание). Техника передвижений у стола,</p>	<p>Разминка для верхнего плечевого пояса.</p> <p>Специальные упражнения с ракеткой и мячом.</p> <p>Имитация ударов на столе.</p> <p>Упражнения на развитие скорости удара.</p>	<p>Демонстрировать первоначальные усвоенные знания о игре в настольный теннис, уметь ориентироваться у стола, владеть ракеткой.</p>	<p>делать выводы.</p> <p><i>Личностные:</i> формирование ответственного отношения к учению, развитие морального осознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личностного выбора; формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками и взрослыми в процессе образовательной деятельности.</p> <p><i>Предметные:</i> иметь первоначальные представления о технике набивания мяча, передвижения у стола; общеразвивающих упражнений для верхнего плечевого пояса, организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью разминки.</p> <p><i>Метапредметные:</i> ставить и формировать для себя новую цель и задачи в познавательной деятельности; соотносить свои</p>	Текущий
----	---	---------------	---	--	---	---	---------

			координация.			<p>действия с планируемыми результатами; осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата;</p> <p><i>Личностные:</i> формирование ответственного отношения к учению, развитие морального осознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личностного выбора; формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками и взрослыми в процессе образовательной деятельности; накопление необходимых знаний, умений; умение сотрудничать со взрослыми и сверстниками.</p>	
25	2	Комбинированный	<p>Настольный теннис.</p> <p>Точность попадания,</p>	Имитация ударов на столе. Упражнения на развитие скорости удара.	Демонстрировать кондиционные способности, технику попадания подачи мяча.	<p><i>Предметные:</i> иметь углубленные представления о технике набивания, передвижения у стола, иметь первоначальные представления о технике подаче мяча; организовывать здоровьесберегающую</p>	Текущий

			техника. Подача мяча.	Правила игры. «Игра против всех».		<p>жизнедеятельность с помощью разминки.</p> <p><i>Метапредметные:</i> удерживать для себя новые задачи в познавательной деятельности; соотносить свои действия с планируемыми результатами; осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата; устанавливать причина - следственные связи, строить логические рассуждения и делать выводы.</p> <p><i>Личностные:</i> формирование ответственного отношения к учению, развитие морального осознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личного выбора; формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками и взрослыми в процессе образовательной деятельности.</p>	
		Комбиниру			Демонстрировать		

26	2	ванный	<p>Настольный теннис. Подача мяча.</p> <p>Удар справа, удар слева.</p>	<p>Специальные индивидуальные упражнения с ракеткой и мячом. Техника подачи мяча. Игра на счет.</p>	<p>удары справа, слева. Координацию.</p>	<p><i>Предметные:</i> иметь первоначальные представления о правилах игры в «Настольный теннис»; иметь углубленные представления о технике передачи мяча справа-слева, иметь углубленные представления о технике подаче мяча; организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью специально индивидуальных упражнений.</p> <p><i>Метапредметные:</i> удерживать для себя поставленные задачи в познавательной деятельности; соотносить свои действия с планируемыми результатами; осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата; устанавливать причина - следственные связи, строить логические рассуждения и делать выводы.</p> <p><i>Личностные:</i> формирование ответственного отношения к учению, развитие морального осознания и компетентности в</p>	Текущий
----	---	--------	--	---	--	--	---------

27	4	Комбинированный	Настольный теннис.  Атака, контратака.	Атака, контратака. Игра «Один против всех» на счет.	Демонстрировать технику подачи, атаки мяча. Играть по правилам.	<p>решении моральных проблем на основе личного выбора; формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками и взрослыми в процессе образовательной деятельности.</p> <p><i>Предметные:</i> иметь первоначальные представления о технике атаки и контратаки; организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью специально игры «Один против всех».</p> <p><i>Метапредметные:</i> соотносить свои действия с планируемыми результатами; осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата; устанавливать причина - следственные связи, строить логические рассуждения и делать выводы.</p> <p><i>Личностные:</i> формирование ответственного отношения к</p>	Зачет
----	---	-----------------	--	--	---	---	-------

28	4	Комбинированный	Контрольный урок по теме «Настольный теннис».	Упражнения для сдачи нормативов	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Выполнять без ошибок основные технические приемы;</li> <li>• выполнять технические приемы и их сочетания.</li> </ul>	<p>учению, развитие морального осознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личного выбора; формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками и взрослыми в процессе образовательной деятельности.</p> <p><i>Предметные:</i> организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью контрольных упражнений, спортивной игры «Настольный теннис»;</p> <p><i>Метапредметные;</i> соотносить свои действия с планируемыми результатами; организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; владеть навыком самоконтроля; осуществлять осознанный выбор в учебной и познавательной деятельности; создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно</p>	Зачёт
				Набивание мяча (кол-во раз)			
				М 20 – 25.			
				Д15 – 20.			
				Подача (кол – во раз, 10 попыток)			
				М 9 попаданий.			
				Д 7 попаданий.			
				Накат М 10, Д 9			
				Отбивание М 10,			



	29	4	Комбинированный	ОФП развитие физических качеств.	<p>Д9.</p> <p>Развитие физических качеств.</p> <p>Круговая тренировка.</p>	<p>Демонстрировать физические кондиции.</p>	<p>выбирать основания и критерии для классификации. Устанавливать причина - следственные связи, строить логические рассуждения и делать выводы.</p> <p><i>Личностные:</i> формирование ответственного отношения к учению, развитие морального осознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личного выбора; формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками и взрослыми в процессе образовательной деятельности.</p> <p><i>Предметные:</i> иметь углубленные представления о понятие физические качества (сила, ловкость, гибкость, выносливость, быстрота); организовать здоровьесберегающую жизнедеятельность с помощью круговых тренировок, на развитие физических качеств.</p> <p><i>Метапредметные;</i> организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с</p>	Текущий
--	----	---	-----------------	----------------------------------	--	---	--	---------

						<p>учителем и сверстниками; владеть навыком самоконтроля; осуществлять осознанный выбор в учебной и познавательной деятельности; создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации.</p> <p><i>Личностные:</i> формирование ответственного отношения к учению, развитие морального осознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личного выбора; формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками и взрослыми в процессе образовательной деятельности, формировать установку на здоровый образ жизни.</p>	
--	--	--	--	--	--	---	--