Календарно-тематическое планирование 8 класс

Количество часов:

Всего – 70 **ч.; в неделю** – 2 **ч.**

Плановых зачётов:
За год – 15;
I четверть – 6
II четверть – 2
III четверть – 4
IV четверть – 3

Планирование составлено на основе: Федеральной примерной программы основного общего образования по физической культуре, созданной на основе федерального компонента государственного образовательного стандарта

1. Авторской программой Физическая культура 5-9 классы под редакцией В.И. ЛяхМ.: Просвещение 2014 год;

№ п/п	Тема урока	Кол-во часов	Элементы содержания	**Планируемые результаты** (1-предметные, 2-метапредметные, 3-личностные)	Форма контроля	Дата		Примечание
						План	Факт	
Легкая атлетика – 12 часов.								
1.	Вводный инструктаж по ТБ на уроках легкой атлетики.	1	Первичный инструктаж на рабочем месте по технике безопасности. Инструктаж по ЛА.	1.включать беговые упражнения в различные формы занятий физической культурой. 2. демонстрировать вариативное выполнение прыжковых упражнений. 3. взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения прыжковых упражнений.	текущий			
2.	Техника низкого старта. Развитие быстроты.	1	Комплекс общеразвивающих упражнений с набивным мячом (КРУ). Специальные беговые упражнения. Бег с ускорением (4-5 серий по 20-30м.	1.включать беговые упражнения в различные формы занятий физической культурой. 2. демонстрировать вариативное выполнение прыжковых упражнений и метание набивного мяча.. 3.соблюдать правила безопасности.	текущий			
3.	Низкий старт - совершенствование. Развитие скоростно-силовых качеств.	1	ОРУ в движении. Специальные беговые упражнения. Бег с ускорением 2-3 серии по 30-60 метров. Скоростной бег до 70 метров с	1.включать беговые упражнения в различные формы занятий физической культурой. 2. применят беговые упражнения для развития физических качеств. 3.взаимодействовать со сверстниками в процессе	Корректировка техники бега.			

			передачей эстафетной палочки.	совместного освоения беговых упражнений.				
4.	Бег 60 метров с учетом норм ГТО – з**ачёт.** Развитие выносливости.	1	ОРУ в движении. СУ. Специальные беговые упражнения. Бег со старта с гандикапом 1-2хзо-60 метров. Бег 60 метров на результат.	Р:включать беговые упражнения в различные формы занятий физической культурой. П: применят беговые упражнения для развития физических качеств. К: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения беговых упражнений.	Зачёт: Юн.: 8.2/9.2/9.6 Дев.: 9.6/10.4/ 10.6			
5.	Понятие о темпе и ритме. Развитие выносливости.	1	Преодоление полосы препятствий с использованием бега, прыжков, передвижение в висе на руках (юноши). Бег 2000 м. Понятие о темпе и ритме выполнения упражнений.	1.включать беговые упражнения в различные формы занятий физической культурой. 2.демонстрировать выполнение прыжковых упражнений. 3. взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения беговых упражнений.	Корректировка техники бега.			
6.	Бег 2000 метров с учётом норм ГТО – **зачёт**	1	ОРУ в движении. СУ. Специальные беговые упражнения. Бег 2000 метров. История отечественного спорта.	1. применять упражнения малого мяча для развития физических качеств. 2.демонстрировать выполнение метания малого мяча. 3. взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения упражнений в метании малого мяча.	Зачёт: Юн.: 9.00/9.45/10.30 Дев.: 10.50/12.30/13.20			

7.	Метание мяча. Развитие ловкости.	1	ОРУ для рук и плечевого пояса в ходьбе. СУ. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростно-силовых качеств.	1. применять упражнения малого мяча для развития физических качеств. 2. демонстрировать выполнение метания малого мяча. 3. взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения упражнений в метании малого мяча.	Корректировка техники метания			
8.	Метание мяча с разбега на дальность. Развитие выносливости.	1	ОРУ для рук и плечевого пояса в ходьбе. СУ. Специальные беговые упражнения. Метание теннисного мяча с 4-5 шагов разбега на дальность.	1.включать беговые упражнения в различные формы занятий физической культурой. 2. демонстрировать выполнение передачи эстафетной палочки. 3. взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения бега на выносливость по дистанции	Корректировка техники метания.			
9.	Метание мяча на дальность - **зачёт**. Прыжок в длину с места.	1	Комплекс с набивными мячами (до 1 кг.). Специальные беговые упражнения. Прыжки в длину с места. Прыжок через препятствие (с5-7 беговых шагов)	1. применять упражнения малого мяча для развития физических качеств. 2. демонстрировать выполнение метания малого мяча. 3. взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения упражнений в метании малого мяча.	Зачёт. Юн.: 40/30/34 Дев.: 27/21/19			

10.	Совершенствование техники прыжка в длину с места.	1	ОРУ в движении. СУ. Специальные беговые упражнения. Медленный бег с изменением направления по сигналу. Прыжки в длину с места.	1.включать беговые упражнения в различные формы занятий физической культурой. 2. демонстрировать выполнение передачи эстафетной палочки. 3. взаимодействовать со сверстниками.	Корректировка техники бега.			
11.	Прыжок в длину с места - **зачёт**. Развитие скоростно-силовых качеств.	1	Специальные беговые упражнения. Разнообразные прыжки и многоскоки.	1.Применять упражнения с малым мячом. 2.демонстрировать метание мяча. 3. Взаимодействовать со сверстниками	Зачёт: Юн.: 215/190/ 170 Дев.: 180/160/ 150			
12.	Гладкий бег от 5-8 минут.	1	СУ. Повторный бег с повышенной скоростью от 400-800 метров. Учебная игра.	1Включать беговые упражнения. 2Демонстрировать технику бега. 3 Взаимодействовать с партнерами.	Корректировка техники бега.			
Баскетбол – 6 часов.								
13.	Техника перемещений в баскетболе. Передачи мяча	1	Инструктаж по ТБ по волейболу. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Перемещения лицом, боком, спиной вперед: подвижные игры, эстафеты, игровые упражнения.	1.применять правила подбора одежды для занятий волейболом. 2.моделировать технику действий и приемов волейболиста. 3.соблюдать правила безопасности.	текущий			

14.	Передачи мяча – совершенствование.	1	Повторение ранее пройденного материала. Развитие координационных способностей. Терминология игры в баскетбол. Правила игры в баскетболе	1.уважительно относиться к партнёру. 2.моделировать технику игровых действий и приёмов. 3.взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технических действий волейбола.	Корректировка техники передачи			
15.	Передачи мяча – **зачет**. Ведение мяча различными способами.	1	Прием мяча после передачи а) на месте; б) после перемещения; в) игровые упражнения. Развитие координации. Комбинация из освоенных элементов техники перемещений и ведения	1. уважительно относиться к своему сопернику и управлять своими эмоциями. 2.моделировать технику игровых действий и приёмов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности. 3.взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения.	Корректировка передачи мяча			
16.	Ведение мяча – совершенствование. Броски мяча в кольцо	1	Комбинация из освоенных элементов техники перемещений и ведения	1. использовать игру волейбол в организации активного отдыха. 2. моделировать технику игровых действий и приёмов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий. 3.соблюдать правила безопасности.	Корректировка техники			

17.	Ведение мяча – **зачет**.	1	Комбинация из освоенных элементов техники перемещений и ведения. Развитие выносливости.	1.уважительно относиться к партнёру. 2.моделировать технику игровых действий и приёмов. 3.взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технических действий волейбола.	Корректировка техники			
18.	Бросок мяча в кольцо различными способами – совершенствование.	1	Повторение ранее пройденного материала. Развитие координационных способностей. Игровые задания. Учебная игра.	1. уважительно относиться к своему сопернику и управлять своими эмоциями. 2.моделировать технику игровых действий и приёмов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности. 3.взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения.	Текущий.			
Гимнастика – 8 часов.								
19.	Инструктаж по ТБ на уроках гимнастики. Силовые упражнения	1	Повторный инструктаж по ТБ, инструктаж по гимнастике. Правила самостраховки и страховки товарища во время выполнения упражнений.	1. выбрать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. 2.самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. 3.слушать собеседника, формулировать свои затруднения.	текущий			

20.	Лазанье по канату изученным способом	1	Специальные беговые упражнения. Упражнения на гибкость. Упражнения с внешним сопротивлением – с гантелями.	1.формулировать и удерживать поставленную задачу; применять установленные правила в планировании способа решения. 2.ориентироваться в разнообразии способов решения задач. 3.слушать собеседника, задавать вопросы, использовать речь.	Корректировка техники лазанья			
21.	Лазанье по канату - **зачёт**	1	ОРУ комплекс с гимнастическими палками. Комплекс силовых упражнений..	1.предвидеть возможности получения конкретного результата при решении задач. 2.узнавать, называть и определять объекты явления окружающей действительности в соответствии с содержанием учебных предметов. 3.строить для партнера понятные высказывания.	зачёт			
22.	Развитие силовых способностей	1	Совершенствование упражнений в висах и упорах: юноши -подъём завесом вне, вис прогнувшись, вис согнувшись.	1.осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату. 2. ставить, формулировать и решать проблемы. 3.задавать вопросы, строить понятия.	текущий			
23.	Подтягивание из виса; виса лежа. **Зачет** с учетом норм ГТО.	1	Подтягивание юноши- на высокой перекладине; девушки – на низкой перекладине – на результат.	1.использовать установленные правила в контроле способа решения. 2.ставить и формулировать проблемы. 3.договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности.	Зачёт: Юн.: 12/8/6 (подтяг.) 36/24/20 (отжим.) Дев.: 18/12/10 (подтяг.) 15/10/8 (отжим.)			

24.	Кувырок вперед, перекатом назад стойка на лопатках.	1	ОРУ,СУ. Специальные беговые упражнения. Мальчики – кувырок вперед, назад, стойка на голове, длинный кувырок.	1.ориентироваться в разнообразии способов решения задач; вносить дополнения и изменения в план действий 2.использовать знаковосимволические средства, в том числе модели и схемы, для решения задач. 3.определять цели, функции участников.	Корректировка техники выполнения			
25.	Стойка на голове и руках «мост» из положения стоя с помощью.	1	Девушки- мост, кувырок вперед, назад, полушпагат. Упражнения на гибкость. Упражнения на пресс. Подтягивание – юноши.	1.ориентироваться в разнообразии способов решения задач, вносить дополнения и изменения в план действий. 2.использовать знакосимволические средства, в том числе и модели и схемы для решения задач 3.определять цели, функции участников, способы взаимодействия, координировать и принимать различные позиции во взаимодействии.	корректировка			
26.	Лазанье по канату - повторение	1	Упражнения на гибкость. Прыжки со скакалкой. Эстафеты. Упражнения на гибкость.	1.предвидеть возможности получения конкретного результата при решении задачи. 2.полдучать и обрабатывать информацию, ставить и формулировать проблемы. 3.формулировать собственное мнение и позицию.	текущий			
Баскетбол – 6 часов								

27.	Ловля и передача мяча с места	1	Инструктаж по ТБ по баскетболу. Перемещения в стойке баскетболиста. Пробежки без мяча в сочетании с остановками.	1.предвидеть возможности получения конкретного результата при решении задач. 2.получать и обрабатывать информацию. 3.формировать собственное мнение и позицию.	текущий			
28.	Передача мяча со сменной мест	1	Повороты без мяча и с мячом, передвижение парами в нападении и защите лицом к друг другу. Развитие координационных способностей	1.устанавливать соответствие полученного результата поставленной цели. 2.узнавать, называть и определять объекты и явления окружающей действительности в соответствии с содержанием учебных предметов. 3.слушать собеседника, формулировать собственное мнение и задавать вопросы.	текущий			
29.	Ведение мяча с последующей передачей	1	Терминология игры в баскетболе. Правила игры в баскетбол.	1.стабилизировать эмоциональное состояние для решения задач. 2.самостоятельно создавать фон деятельности для решения проблем или ситуаций различного характера. 3.формировать собственное мнение и позицию, координировать.	текущий			
30.	Двусторонняя игра с заданием	1	Двусторонняя игра с заданием после ведения. Вырывание и выбивание мяча у игрока,	1.адекватно воспринимать предложения учителей и товарищей, родителей и других людей по исправлению допущенных ошибок.	текущий			

			двигающегося с ведением. Перехват мяча. Учебная игра.	2.самстоятельно создавать алгоритмы деятельности при решении проблем различного характера. 3.слушать собеседника, задавать вопросы, строить монологические высказывания.				
31.	Тактические действия в нападении	1	Варианты ловли и передачи мяча. Действия против игрока с мячом (вырывание, выбивание, перехват, накрывание). Тактика свободного нападения.	1.использовать игровые действия футбола для развития физических качеств. 2.моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий. 3.соблюдать правила безопасности	текущий			
32.	Игровые задания в защите	1	Передача и ловля мяча при встречном движении; ловля и передача мяча с продвижением вперед	1.использоватьь игру футбол в организации активного отдыха. 2.моделировать технику игровых действий и приемов.. 3.взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технических действий.	текущий			
Лыжная подготовка – 13 часов.								
33.	Инструктаж по ТБ. Повторение техники лыжных ходов	1	Инструктаж по ТБ. Теоретический материал (виды лыжных ходов). Подбор лыжного инвентаря. Скользящий шаг.	1.применять правила подбора одежды для занятий лыжной подготовкой. 2.давать оценку погодным условиям и подготовке к уроку на свежем воздухе.	текущий			

			Попеременный одношажный ход.	3.осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь.				
34.	Коньковый ход	1	Коньковый ход без палок и с палками. Передвижение 3 км.	1. использовать передвижение на лыжах в организации активного отдыха. 2. моделировать способы передвижения на лыжах в зависимости от особенности лыжной трассы. 3.соблюдать правила безопасности.	Корректировка техники			
35.	Подъём ступающим шагом («лесенкой»). Спуск с уклона.	1	Попеременный двухшажный ход. Прохождение дистанции 2-3 км.	1.применять правила подбора одежды для занятий лыжной подготовке. 2.контролировать физическую нагрузку по частоте сердечных сокращений. 3. взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техники передвижения на лыжах.	Корректировка техники			
36.	Подъём «елочкой». Спуск в высокой стойке. Торможение «плугом»	1	Коньковый ход. Подъём «лесенкой». Спуск с уклона. Спуск в высокой стойке. Торможение «плугом»	1.Освоить технику передвижения на лыжах самостоятельно. 2. 2.моделировать способы передвижения на лыжах в зависимости от трассы. 3.соблюдать правила безопасности.	Корректировка техники			
37.	Учет техники спуска в основной стойке - **зачёт**	1	Одновременный двухшажный ход.	1. применять правила подбора одежды для занятий лыжной подготовке.	Корректировка техники			

			Прохождение дистанции 3 км.	2.контролировать физическую нагрузку по частоте сердечных сокращений. 3.взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техники передвижения на лыжах.				
38.	Коньковый ход-совершенствование техники передвижения.	1	Коньковый ход. Переход с попеременных ходов на одновременные.	1. использовать передвижение на лыжах в организации активного отдыха. 2. применять движения на лыжах для развития физических качеств. 3. взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техники лыжных ходов.	Корректировка конькового хода.			
39.	Бег на лыжах 3 км с учетом норм ГТО - **зачёт**	1	Коньковый ход на технику. Подъём и спуск изученным способом.	1. использовать передвижение на лыжах в организации активного отдыха. 2. контролировать физическую нагрузку по частоте сердечных сокращений. 3. взаимодействовать со сверстниками в процессе освоения техники	Зачёт: Юн.: 16.30/17.40/16.30 Дев.: 19.30/21.30/22.30			
40.	Передвижение на лыжах с использованием спусков, подъёмов на скорость.	1	Подъём «ёлочкой», торможение «плугом» на склоне. Повторное пробегание отрезков 5х500 м.	1. использовать передвижение на лыжах в организации активного отдыха. 2. моделировать способы передвижения на лыжах в зависимости от трассы. 3. соблюдать правила безопасности.	текущий			

41.	Прохождение дистанции 3 км используя коньковый ход	1	Коньковый ход на технику. Прохождение поворотов на спуске.	1. применять правила подбора одежды для занятий лыжной подготовке. 2. контролировать физическую нагрузку по частоте сердечных сокращений. 3. взаимодействовать со сверстниками в процессе освоения техники	текущий			
42.	Эстафета с этапами до 250 м.	1	Применение одновременных ходов на небольшом уклоне	1. использовать передвижение на лыжах в организации активного отдыха. 2. применять движения на лыжах для развития физических качеств. 3. взаимодействовать со сверстниками в процессе освоения техники	текущий			
43.	Передвижение коньковым ходом на подъёме - изучение	1	Применение конькового хода на подъёме. Спуск с поворотом на уклоне	1. использовать передвижение на лыжах в организации активного отдыха. 2. моделировать способы передвижения на лыжах в зависимости от трассы. 3. соблюдать правила безопасности.	Корректировка техники на подъёме			
44.	Учет техники конькового хода - **зачёт**.	1	Коньковый ход на подъёме. Спуск и торможение.	1. использовать передвижение на лыжах в организации активного отдыха. 2. моделировать способы передвижения на лыжах в зависимости от трассы. 3. соблюдать правила безопасности.	зачёт			

45.	Коньковый ход на подъёме	1	Поворот переступанием. Эстафета.	1. использовать передвижение на лыжах в организации активного отдыха. 2. моделировать способы передвижения на лыжах в зависимости от трассы. 3. соблюдать правила безопасности.	Корректировка техники конькового хода			
Баскетбол – 15 часов								
46.	Ловля и передача мяча с места	1	Перемещения в стойке баскетболиста. Пробежки без мяча в сочетании с остановками.	1.саморегуляция –стабилизировать эмоциональное состояние для решения различных задач. 2. общеучебные – самостоятельно создавать фон деятельности для решения проблем или ситуация различного характера 3.взаимодействовать со сверстниками.	текущий			
47.	Передача мяча со сменной мест	1	Повороты без мяча и с мячом, передвижение парами в нападении и защите лицом к друг другу. Развитие координационных способностей	1. моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий. 2. соблюдать правила безопасности. 3. уважительно относиться к сопернику и управлять своими эмоциями.	текущий			
48.	Ведение мяча с последующей передачей	1	Терминология игры в баскетболе. Правила игры в баскетбол.	1. моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий. 2. взаимодействовать со сверстниками в процессе	текущий			

				совместного освоения технических действий волейбола. 3. уважительно относиться к партнеру.				
49.	Бросок мяча по корзине с места.	1	Ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча на месте и в движении и в парах.	1. моделировать технику игровых действий и приёмов. 2. взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технических действий волейбола. 3. выполнять правила игры.	Корректировка техники броска			
50.	Бросок по корзине из-под щита - **зачёт**.	1	Ведение мяча. Ловля и передача мяча. Вырывание и выбивание мяча. Вырывание и выбивание мяча у игрока, сделавшего остановку.	1. моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий. 2. соблюдать правила безопасности. 3.взаимодействовать со сверстниками.	зачёт			
51.	Двусторонняя игра с заданием	1	Двусторонняя игра с заданием после ведения. Вырывание и выбивание мяча у игрока, двигающегося с ведением. Перехват мяча. Учебная игра.	1. моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий. 2. соблюдать правила безопасности. 3.взаимодействовать со сверстниками.	текущий			
52.	Быстрый прорыв.	1	Позиционное нападение и личная защита в игровых взаимодействиях 2:2, 3:3, 4:4, 5:5 на	1. прогнозирование- предвидеть возможности получения конкретного результата при решении задачи.	текущий			

			одну корзину. Нападение быстрым прорывом 3:2.	2. информационные -получать о обрабатывать информацию; общеучебные – ставить и формулировать проблемы. 3.взаимодействие – формулировать собственное мнение и позицию.				
53.	Сочетание приёмов: ведение – бросок мяча	1	Ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча на месте и в движении и в парах.	1.использовать игровые действия баскетбола для развития физических качеств. 2. моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий. 3. соблюдать правила безопасности.	Текущий			
54.	Спец. упражнения с баскетбольным мячом	1	Варианты ловли и передачи мяча. Действия против игрока с мячом (вырывание, выбивание, перехват, накрывание).	1.использовать игру баскетбол в организации активного отдыха. 2. моделировать технику игровых действий и приёмов. 3.взаимодействовать со сверстниками в процессе освоения технических действий.	текущий			
55.	Обводка стоек.	1	Повороты без мяча и с мячом, передвижение парами в нападении и защите лицом к друг другу. Развитие координационных способностей	1.выполнять правила игры. 2. моделировать технику игровых действий и приёмов. 3. взаимодействовать со сверстниками.	Текущий			

56.	Передачи мяча различными способами	1	Ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча на месте и в движении и в парах	1.использовать игровые действия баскетбола для развития физических качеств. 2. моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий. 13. соблюдать правила безопасности.	Текущий			
57.	Бросок мяча по корзине различными способами	1	Бросок мяча по корзине различными способами: с места, из под щита, в движении, после двух шагов.	1. моделировать технику игровых действий и приемов. 2.взаимодействовать со сверстниками в процессе освоения технических действий. 3. взаимодействовать со сверстниками.	Текущий			
58.	Сочетание приёмов ловли и передачи мяча	1	Передача и ловля мяча при встречном движении; ловля и передача мяча с продвижением вперед	1.использовать игровые действия баскетбола для развития физических качеств. 2. моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий. 3. соблюдать правила безопасности.	Текущий			
59.	Совершенствование приёмов в баскетболе	1	Специальные беговые упражнения. Варианты ведения мяча. Штрафные броски. Держание игрока с мячом в	1. использовать игру баскетбол в организации активного отдыха. 2. моделировать технику игровых действий и приемов. 3.взаимодействовать со сверстниками в процессе освоения технических действий.	Текущий			

			защите. Учебная игра.					
60.	Игровые задания в защите	1	ОРУ. СУ. Личная защита под своим кольцом.	1. моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий. 2. соблюдать правила безопасности. 3. уважительно относиться к сопернику и управлять своими эмоциями.	Текущий			
Легкая атлетика – 10 часов.								
61.	Развитие скоростных способностей. Бег 3-5 х20-30 м.	1	Инструктаж по ТБ по ЛА. Специальные беговые упражнения. Многоскоки. Переменный бег на отрезках 200-4-600-800м.	1. формулировать и удерживать поставленную задачу. 2.использоватьь общие приёмы решения поставленных задач. 3.ставить вопросы, обращаться за помощью.	Текущий			
62.	Бег 60 м на результат с учетом норм ГТО - **зачёт**.	1	ОРУ в движении. СУ. Специальные беговые упражнения. Бег с низкого старта в гору. Разнообразные прыжки и многоскоки.	1.выбрать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации 2.самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. 3.ставить вопросы, обращаться за помощью.	Зачёт: Юн.: 8.2/9.2/9.6 Дев.: 9.6/10.4/ 10.6			
63.	Прыжок в длину с места. Переменный бег.	1	ОРУ в движении. СУ. Специальные беговые	1.формулировать и удерживать учебную задачу.	Текущий			

			упражнения. Бег на 2000 метров – юноши, 1500 м- девушки. Спортивные игры.	2.контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. 3.ставить вопросы, обращаться за помощью, формулировать собственное мнение и позицию.				
64.	Кроссовая подготовка. Равномерный бег 5-8 минут.	1	Повторение ранее пройденных упражнений. Специальные беговые упражнения. Бег с хода 3-4х40-60м.	1.выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. 2.самостятельно выделять и формулировать познавательную цель. 3.ставить вопросы, обращаться за помощью.	Текущий			
65.	Прыжок в длину с места на результат – **зачёт**.	1	Медленный бег с изменением направления по сигналу. Прыжки в длину с 11-13 шагов разбега на результат.	1.сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона. 2.выбирать наиболее эффективные способы решения задач. 3.задавать вопросы, обращаться за помощью	Зачёт: Юн.: 215/190/ 170 Дев.: 180/160/ 150			
66.	Метание мяча с разбега на технику. Эстафета.	1	ОРУ для рук и плечевого пояса в ходьбе. СУ. Специальные беговые упражнения. Метание теннисного мяча с 4-5 шагов разбега на дальность.	1.ставить новые задачи в сотрудничестве с учителем. 2.контролировать и оценивать процесс в ходе выполнения упражнений. 3.задавать вопросы, общаться за помощью.	текущий			

67.	Бег 2000 м. на результат с учетом норм ГТО. – **зачет**.	1	Беговые упражнения. Повторный бег с повышенной скоростью от 400 до 800 метров. Учебная игра.	1.ставить новые задачи в сотрудничестве с учителем. 2.контролировать и оценивать процесс в ходе выполнения упражнений. 3.задавать вопросы, общаться за помощью.	Зачёт: Юн.: 9.00/9.45/10.30 Дев.: 10.50/12.30/13.20			
68.	Переменный бег с 2-3 ускорениями. Силовые упражнения.	1	Беговые упражнения. Низкий старт и стартовое ускорение 5-6х30 метров. Бег со старта 3-4х40-60 м.	1.ставить новые задачи в сотрудничестве с учителем. 2.контролировать и оценивать процесс в ходе выполнения упражнения. 3.задавать вопросы, обращаться за помощью.	текущий			
69.	Развитие прыгучести. Бег 6 минут.	1	Прыжки в длину с места на результат.	1.формулировать и удерживать учебную задачу. 2.контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. 3.ставить вопросы, обращаться за помощью, формулировать собственное мнение и позицию.	текущий			
70.	Эстафетный бег	1	Специальные беговые упражнения. Бег с ускорением 2-3х70-8- метров. Скоростной бег до 70 метров с передачей эстафетной палочки.	1.выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. 2.самостятельно выделять и формулировать познавательную цель. 3.ставить вопросы, обращаться за помощью.	текущий			