

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования и науки Чеченской Республики

Департамент образования Мэрии г.Грозного

МБОУ "СОШ № 29" г. Грозного

РАССМОТРЕНО

методическим объединением
учителей

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора по УВР

УТВЕРЖДЕНО

Директор

П.С.Хайдарова

Ф.А.Арсамерзуева

Руководитель МО

Протокол № номер

Приказ № номер

Л.А.Мадалова

от "число" месяц год г.

от "число" месяц год г.

Протокол №номер

от "число" месяц год г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
(ID 857414)**

учебного предмета

«Физическая культура»

для 5 класса основного общего образования

на 2021-2022 учебный год

Составитель: Юсупов Абдул-Керим Асланбекович

Учитель физкультуры

г. Грозный 2022

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

При создании рабочей программы учитывались потребности современного российского общества в физически крепком и дееспособном подрастающем поколении, способном активно включаться в разнообразные формы здорового образа жизни, умеющем использовать ценности физической культуры для самоопределения, саморазвития и самоактуализации. В рабочей программе нашли свои отражения объективно сложившиеся реалии современного социокультурного развития российского общества, условия деятельности образовательных организаций, возросшие требования родителей, учителей и методистов к совершенствованию содержания школьного образования, внедрению новых методик и технологий в учебно-воспитательный процесс.

В своей социально-ценностной ориентации рабочая программа сохраняет исторически сложившееся предназначение дисциплины «Физическая культура» в качестве средства подготовки учащихся к предстоящей жизнедеятельности, укрепления их здоровья, повышения функциональных и адаптивных возможностей систем организма, развития жизненно важных физических качеств. Программа обеспечивает преемственность с Примерной рабочей программой начального среднего общего образования, предусматривает возможность активной подготовки учащихся к выполнению нормативов «Президентских состязаний» и «Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО».

ЦЕЛИ ИЗУЧЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

Общей целью школьного образования по физической культуре является формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха. В рабочей программе для 5 класса данная цель конкретизируется и связывается с формированием устойчивых мотивов и потребностей школьников в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических, психических и нравственных качеств, творческом использовании ценностей физической культуры в организации здорового образа жизни, регулярных занятиях двигательной деятельностью и спортом.

Развивающая направленность рабочей программы определяется вектором развития физических качеств и функциональных возможностей организма занимающихся, являющихся основой укрепления их здоровья, повышения надёжности и активности адаптивных процессов. Существенным достижением данной ориентации является приобретение школьниками знаний и умений в организации самостоятельных форм занятий оздоровительной, спортивной и прикладно-ориентированной физической культурой, возможностью познания своих физических способностей и их целенаправленного развития.

Воспитывающее значение рабочей программы заключается в содействии активной социализации школьников на основе осмысления и понимания роли и значения мирового и российского олимпийского движения, приобщения к их культурным ценностям, истории и современному развитию. В число практических результатов данного направления входит формирование положительных навыков и умений в общении и взаимодействии со сверстниками и учителями физической культуры, организации совместной учебной и консультативной деятельности.

Центральной идеей конструирования учебного содержания и планируемых результатов образования в основной школе является воспитание целостной личности учащихся, обеспечение единства в развитии их физической, психической и социальной природы. Реализация этой идеи становится возможной на основе содержания учебной дисциплины «Физическая культура», которое представляется двигательной

деятельностью с её базовыми компонентами: информационным (знания о физической культуре), операциональным (способы самостоятельной деятельности) и мотивационно-процессуальным (физическое совершенствование).

В целях усиления мотивационной составляющей учебного предмета, придания ей личностно значимого смысла, содержание рабочей программы представляется системой модулей, которые входят структурными компонентами в раздел «Физическое совершенствование».

Инвариантные модули включают в себя содержание базовых видов спорта: гимнастика, лёгкая атлетика, зимние виды спорта (на примере лыжной подготовки), спортивные игры, плавание. Данные модули в своём предметном содержании ориентируются на всестороннюю физическую подготовленность учащихся, освоение ими технических действий и физических упражнений, содействующих обогащению двигательного опыта.

Вариативные модули объединены в рабочей программе модулем «Спорт», содержание которого разрабатывается образовательной организацией на основе Примерных модульных программ по физической культуре для общеобразовательных организаций, рекомендуемых Министерством просвещения Российской Федерации. Основной содержательной направленностью вариативных модулей является подготовка учащихся к выполнению нормативных требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО, активное вовлечение их в соревновательную деятельность.

Исходя из интересов учащихся, традиций конкретного региона или образовательной организации, модуль «Спорт» может разрабатываться учителями физической культуры на основе содержания базовой физической подготовки, национальных видов спорта, современных оздоровительных систем. В настоящей рабочей программе в помощь учителям физической культуры в рамках данного модуля, представлено примерное содержание «Базовой физической подготовки».

В программе предусмотрен раздел «Универсальные учебные действия», в котором раскрывается вклад предмета в формирование познавательных, коммуникативных и регулятивных действий, соответствующих возможностям и особенностям школьников данного возраста. Личностные достижения непосредственно связаны с конкретным содержанием учебного предмета и представлены по мере его раскрытия.

Содержание рабочей программы, раскрытие личностных и метапредметных результатов обеспечивает преемственность и перспективность в освоении областей знаний, которые отражают ведущие идеи учебных предметов основной школы и подчёркивают её значение для формирования готовности учащихся к дальнейшему образованию в системе среднего полного или среднего профессионального образования.

МЕСТО УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

В 5 классе на изучение предмета отводится 3 часа в неделю, суммарно 102 часа.

Вариативные модули (не менее 1 часа в неделю) могут быть реализованы во внеурочной деятельности, в том числе в форме сетевого взаимодействия с организациями системы дополнительного образования детей.

При подготовке рабочей программы учитывались личностные и метапредметные результаты, зафиксированные в Федеральном государственном образовательном стандарте основного общего образования и в «Универсальном кодификаторе элементов содержания и требований к результатам освоения основной образовательной программы основного общего образования».

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Знания о физической культуре. Физическая культура в основной школе: задачи, содержание и формы организации занятий. Система дополнительного обучения физической культуре; организация спортивной работы в общеобразовательной школе.

Физическая культура и здоровый образ жизни: характеристика основных форм занятий физической культурой, их связь с укреплением здоровья, организацией отдыха и досуга.

Исторические сведения об Олимпийских играх Древней Греции, характеристика их содержания и правил спортивной борьбы. Расцвет и завершение истории Олимпийских игр древности.

Способы самостоятельной деятельности. Режим дня и его значение для учащихся школы, связь с умственной работоспособностью. Составление индивидуального режима дня; определение основных индивидуальных видов деятельности, их временных диапазонов и последовательности в выполнении

Физическое развитие человека, его показатели и способы измерения. Осанка как показатель физического развития, правила предупреждения её нарушений в условиях учебной и бытовой деятельности. Способы измерения и оценивания осанки. Составление комплексов физических упражнений с коррекционной направленностью и правил их самостоятельного проведения.

Проведение самостоятельных занятий физическими упражнениями на открытых площадках и в домашних условиях; подготовка мест занятий, выбор одежды и обуви; предупреждение травматизма.

Оценивание состояния организма в покое и после физической нагрузки в процессе самостоятельных занятий физической культуры и спортом.

Составление дневника физической культуры.

Физическое совершенствование. Физкультурно-оздоровительная деятельность. Роль и значение физкультурно-оздоровительной деятельности в здоровом образе жизни современного человека. Упражнения утренней зарядки и физкультминуток, дыхательной и зрительной гимнастики в процессе учебных занятий; закаливающие процедуры после занятий утренней зарядкой. Упражнения на развитие гибкости и подвижности суставов; развитие координации; формирование телосложения с использованием внешних отягощений.

Спортивно-оздоровительная деятельность. Роль и значение спортивно-оздоровительной деятельности в здоровом образе жизни современного человека.

Модуль «Гимнастика». Кувырки вперёд и назад в группировке; кувырки вперёд ноги «скрестно»; кувырки назад из стойки на лопатках (мальчики). Опорные прыжки через гимнастического козла ноги врозь (мальчики); опорные прыжки на гимнастического козла с последующим спрыгиванием (девочки).

Упражнения на низком гимнастическом бревне: передвижение ходьбой с поворотами кругом и на 90°, лёгкие подпрыгивания; подпрыгивания толчком двумя ногами; передвижение приставным шагом (девочки). Упражнения на гимнастической лестнице: перелезание приставным шагом правым и левым боком; лазанье разноимённым способом по диагонали и одноимённым способом вверх. Расхождение на гимнастической скамейке правым и левым боком способом «удерживая за плечи».

Модуль «Лёгкая атлетика». Бег на длинные дистанции с равномерной скоростью передвижения с высокого старта; бег на короткие дистанции с максимальной скоростью передвижения. Прыжки в длину с разбега способом «согнув ноги»; прыжки в высоту с прямого разбега.

Метание малого мяча с места в вертикальную неподвижную мишень; метание малого мяча на дальность с трёх шагов разбега.

Модуль «Зимние виды спорта». Передвижение на лыжах попеременным двухшажным ходом; повороты на лыжах переступанием на месте и в движении по учебной дистанции; подъём по пологому склону способом «лесенка» и спуск в основной стойке; преодоление небольших бугров и впадин при спуске с пологого склона.

Модуль «Спортивные игры».

Баскетбол. Передача мяча двумя руками от груди, на месте и в движении; ведение мяча на месте и в движении «по прямой», «по кругу» и «змейкой»; бросок мяча в корзину двумя руками от груди с места; ранее разученные технические действия с мячом.

Волейбол. Прямая нижняя подача мяча; приём и передача мяча двумя руками снизу и сверху на месте и в движении; ранее разученные технические действия с мячом.

Футбол. Удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы с небольшого разбега; остановка катящегося мяча способом «наступания»; ведение мяча «по прямой», «по кругу» и «змейкой»; обводка мячом ориентиров (конусов).

Совершенствование техники ранее разученных гимнастических и акробатических упражнений, упражнений лёгкой атлетики и зимних видов спорта, технических действий спортивных игр.

Модуль «Спорт». Физическая подготовка к выполнению нормативов комплекса ГТО с использованием средств базовой физической подготовки, видов спорта и оздоровительных систем физической культуры, национальных видов спорта, культурно-этнических игр.

ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Готовность проявлять интерес к истории и развитию физической культуры и спорта в Российской Федерации, гордиться победами выдающихся отечественных спортсменов-олимпийцев;

готовность отстаивать символы Российской Федерации во время спортивных соревнований, уважать традиции и принципы современных Олимпийских игр и олимпийского движения;

готовность ориентироваться на моральные ценности и нормы межличностного взаимодействия при организации, планировании и проведении совместных занятий физической культурой и спортом, оздоровительных мероприятий в условиях активного отдыха и досуга;

готовность оценивать своё поведение и поступки во время проведения совместных занятий физической культурой, участия в спортивных мероприятиях и соревнованиях;

готовность оказывать первую медицинскую помощь при травмах и ушибах, соблюдать правила техники безопасности во время совместных занятий физической культурой и спортом;

стремление к физическому совершенствованию, формированию культуры движения и телосложения, самовыражению в избранном виде спорта;

готовность организовывать и проводить занятия физической культурой и спортом на основе научных представлений о закономерностях физического развития и физической подготовленности с учётом самостоятельных наблюдений за изменением их показателей;

осознание здоровья как базовой ценности человека, признание объективной необходимости в его укреплении и длительном сохранении посредством занятий физической культурой и спортом;

осознание необходимости ведения здорового образа жизни как средства профилактики пагубного влияния вредных привычек на физическое, психическое и социальное здоровье человека;

способность адаптироваться к стрессовым ситуациям, осуществлять профилактические мероприятия по регулированию эмоциональных напряжений, активному восстановлению организма после значительных умственных и физических нагрузок;

готовность соблюдать правила безопасности во время занятий физической культурой и спортом, проводить гигиенические и профилактические мероприятия по организации мест занятий, выбору спортивного инвентаря и оборудования, спортивной одежды;

готовность соблюдать правила и требования к организации бивуака во время туристских походов, противостоять действиям и поступкам, приносящим вред окружающей среде;

освоение опыта взаимодействия со сверстниками, форм общения и поведения при выполнении учебных заданий на уроках физической культуры, игровой и соревновательной деятельности;

повышение компетентности в организации самостоятельных занятий физической культурой, планировании их содержания и направленности в зависимости от индивидуальных интересов и потребностей;

формирование представлений об основных понятиях и терминах физического воспитания и спортивной тренировки, умений руководствоваться ими в познавательной и практической деятельности, общении со сверстниками, публичных выступлениях и дискуссиях.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Универсальные познавательные действия:

проводить сравнение соревновательных упражнений Олимпийских игр древности и современных Олимпийских игр, выявлять их общность и различия;

осмысливать Олимпийскую хартию как основополагающий документ современного олимпийского движения, приводить примеры её гуманистической направленности;

анализировать влияние занятий физической культурой и спортом на воспитание положительных качеств личности, устанавливать возможность профилактики вредных привычек;

характеризовать туристские походы как форму активного отдыха, выявлять их целевое предназначение в сохранении и укреплении здоровья; руководствоваться требованиями техники безопасности во время передвижения по маршруту и организации бивуака;

устанавливать причинно-следственную связь между планированием режима дня и изменениями показателей работоспособности;

устанавливать связь негативного влияния нарушения осанки на состояние здоровья и выявлять причины нарушений, измерять индивидуальную форму и составлять комплексы упражнений по профилактике и коррекции выявляемых нарушений;

устанавливать причинно-следственную связь между уровнем развития физических качеств, состоянием здоровья и функциональными возможностями основных систем организма;

устанавливать причинно-следственную связь между качеством владения техникой физического упражнения и возможностью возникновения травм и ушибов во время самостоятельных занятий физической культурой и спортом;

устанавливать причинно-следственную связь между подготовкой мест занятий на открытых площадках и правилами предупреждения травматизма.

Универсальные коммуникативные действия:

выбирать, анализировать и систематизировать информацию из разных источников об образцах техники выполнения разучиваемых упражнений, правилах планирования самостоятельных занятий физической и технической подготовкой;

вести наблюдения за развитием физических качеств, сравнивать их показатели с данными возрастно-половых стандартов, составлять планы занятий на основе определённых правил и регулировать нагрузку по частоте пульса и внешним признакам утомления;

описывать и анализировать технику разучиваемого упражнения, выделять фазы и элементы движений, подбирать подготовительные упражнения и планировать последовательность решения задач обучения; оценивать эффективность обучения посредством сравнения с эталонным образцом;

наблюдать, анализировать и контролировать технику выполнения физических упражнений другими учащимися, сравнивать её с эталонным образцом, выявлять ошибки и предлагать способы их устранения;

изучать и коллективно обсуждать технику «иллюстративного образца» разучиваемого упражнения, рассматривать и моделировать появление ошибок, анализировать возможные причины их появления, выяснять способы их устранения.

Универсальные учебные регулятивные действия:

составлять и выполнять индивидуальные комплексы физических упражнений с разной функциональной направленностью, выявлять особенности их воздействия на состояние организма, развитие его резервных возможностей с помощью процедур контроля и функциональных проб;

составлять и выполнять акробатические и гимнастические комплексы упражнений, самостоятельно разучивать сложно-координированные упражнения на спортивных снарядах;

активно взаимодействовать в условиях учебной и игровой деятельности, ориентироваться на указания учителя и правила игры при возникновении конфликтных и нестандартных ситуаций, признавать своё право и право других на ошибку, право на её совместное исправление;

разучивать и выполнять технические действия в игровых видах спорта, активно взаимодействуют при совместных тактических действиях в защите и нападении, терпимо относится к ошибкам игроков своей команды и команды соперников;

организовывать оказание первой помощи при травмах и ушибах во время самостоятельных занятий физической культурой и спортом, применять способы и приёмы помощи в зависимости от характера и признаков полученной травмы.

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

К концу обучения в 5 классе обучающийся научится:

выполнять требования безопасности на уроках физической культуры, на самостоятельных занятиях физическими упражнениями в условиях активного отдыха и досуга;

проводить измерение индивидуальной осанки и сравнивать её показатели со стандартами, составлять комплексы упражнений по коррекции и профилактике её нарушения, планировать их выполнение в режиме дня;

тренироваться в упражнениях общефизической и специальной физической подготовки с учётом индивидуальных и возрастно-половых особенностей.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Дата изучения	Виды деятельности	Виды, формы контроля	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		всего	контрольные работы	практические работы				
Раздел 1. ЗНАНИЯ О ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ								

1.1.	Знакомство с программным материалом и требованиями к его освоению	Укажите часы	Укажите часы	Укажите часы	Укажите период	<p>обсуждают задачи и содержание занятий физической культурой на предстоящий учебный год;; высказывают свои пожелания и предложения, конкретизируют требования по отдельным разделам и темам; интересуются работой спортивных секций и их расписанием;; задают вопросы по организации спортивных соревнований. делают выводы о возможном в них участии; описывают основные формы оздоровительных занятий, конкретизируют их</p>	Устный опрос;	Укажите образовательные ресурсы
------	---	--------------	--------------	--------------	----------------	---	---------------	---------------------------------

						<p>утренняя зарядка; физкультминутки и физкультпаузы, прогулки и занятия на открытом воздухе, занятия физической культурой, тренировочные занятия по видам спорта;; приводят примеры содержательного наполнения форм занятий физкультурно- оздоровительной и спортивно- оздоровительной направленности;; осознают положительное влияние каждой из форм организации занятий на состояние здоровья, физическое развитие и физическую подготовленность; характеризуют</p>		
--	--	--	--	--	--	--	--	--

						<p>событие Древнего мира; излагают версию их появления и причины завершения;; анализируют состав видов спорта, входивших в программу Олимпийских игр Древней Греции, сравнивают их с видами спорта из программы современных Олимпийских игр;; устанавливают общность и различия в организации древних и современных Олимпийских игр;</p>		
1.2.	<p>Знакомство с системой дополнительного обучения физической культуре и организацией спортивной работы в школе</p>	<p>Укажите часы</p>	<p>Укажите часы</p>	<p>Укажите часы</p>	<p>Укажите период</p>	<p>обсуждают задачи и содержание занятий физической культурой на предстоящий учебный год;; высказывают свои предложения и</p>	<p>Устный опрос;</p>	<p>Укажите образовательные ресурсы</p>

						<p>предложения, конкретизируют требования по отдельным разделам и темам; интересуются работой спортивных секций и их расписанием;; задают вопросы по организации спортивных соревнований, делают выводы о возможном в них участии; описывают основные формы оздоровительных занятий, конкретизируют их значение для здоровья человека; утренняя зарядка; физкультминутки и физкультпаузы, прогулки и занятия на открытом воздухе, занятия физической культуры</p>		
--	--	--	--	--	--	---	--	--

						спорта;; приводят примеры содержательного наполнения форм занятий физкультурно- оздоровительной и спортивно- оздоровительной направленности;; осознают положительное влияние каждой из форм организации занятий на состояние здоровья, физическое развитие и физическую подготовленность; характеризуют Олимпийские игры как яркое культурное событие Древнего мира; излагают версию их появления и причины завершения;; анализируют состав видов спорта.	
--	--	--	--	--	--	---	--

						Олимпийских игр Древней Греции, сравнивают их с видами спорта из программы современных Олимпийских игр;; устанавливают общность и различия в организации древних и современных Олимпийских игр;		
1.3.	Знакомство с понятием «здоровый образ жизни» и значением здорового образа жизни в жизнедеятельности современного человека	Укажите часы	Укажите часы	Укажите часы	Укажите период	обсуждают задачи и содержание занятий физической культурой на предстоящий учебный год;; высказывают свои пожелания и предложения, конкретизируют требования по отдельным разделам и темам; интересуются работой спортивных секций и их	Выберите вид/форму контроля	Укажите образовательные ресурсы

						задают вопросы по организации спортивных соревнований, делают выводы о возможном в них участии; описывают основные формы оздоровительных занятий, конкретизируют их значение для здоровья человека: утренняя зарядка: физкультминутки и физкультпаузы, прогулки и занятия на открытом воздухе, занятия физической культурой, тренировочные занятия по видам спорта;; приводят примеры содержательного наполнения форм занятий физкультурно-оздоровительной		
--	--	--	--	--	--	--	--	--

						<p>направленности;; осознают положительное влияние каждой из форм организации занятий на состояние здоровья, физическое развитие и физическую подготовленность; характеризуют Олимпийские игры как яркое культурное событие Древнего мира; излагают версию их появления и причины завершения;; анализируют состав видов спорта, входивших в программу Олимпийских игр Древней Греции; сравнивают их с видами спорта из программы современных Олимпийских игр;; устанавливают</p>	
--	--	--	--	--	--	--	--

						древних и современных Олимпийских игр;		
1.4.	Знакомство с историей древних Олимпийских игр	Укажите часы	Укажите часы	Укажите часы	Укажите период	обсуждают задачи и содержание занятий физической культурой на предстоящий учебный год;; высказывают свои пожелания и предложения, конкретизируют требования по отдельным разделам и темам; интересуются работой спортивных секций и их расписанием;; задают вопросы по организации спортивных соревнований, делают выводы о возможном в них участии; описывают основные	Выберите вид/форму контроля	Укажите образовательные ресурсы

						занятий, конкретизируют их значение для здоровья человека; утренняя зарядка; физкультминутки и физкультпаузы, прогулки и занятия на открытом воздухе, занятия физической культурой, тренировочные занятия по видам спорта;; приводят примеры содержательного наполнения форм занятий физкультурно- оздоровительной и спортивно- оздоровительной направленности;; осознают положительное влияние каждой из форм организации занятий на состояние здоровья, физическое	
--	--	--	--	--	--	--	--

					<p>подготовленность; характеризуют Олимпийские игры как яркое культурное событие Древнего мира; излагают версию их появления и причины завершения;; анализируют состав видов спорта, входивших в программу Олимпийских игр Древней Греции, сравнивают их с видами спорта из программы современных Олимпийских игр;; устанавливают общность и различия в организации древних и современных</p>		
Итого по разделу		3					
Раздел 2. СПОСОБЫ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ							

2.1.	Режим дня и его значение для современного школьника	Укажите часы	Укажите часы	Укажите часы	Укажите период	<p>знакомятся с понятием «работоспособность» и изменениями показателей работоспособности в течение дня;; устанавливают причинно-следственную связь между видами деятельности, их содержанием и напряжённостью и показателями работоспособности;; устанавливают причинно-следственную связь между планированием режима дня школьника и изменениями показателей работоспособности в течение дня.; определяют индивидуальные</p>	Выберите вид/форму контроля	Укажите образовательные ресурсы
------	---	--------------	--------------	--------------	----------------	---	-----------------------------	---------------------------------

						<p>устанавливают временной диапазон и последовательность их выполнения;; составляют индивидуальный режим дня и оформляют его в виде таблицы.; знакомятся с понятием «физическое развитие» в значении «процесс взросления организма под влиянием наследственных программ»;; приводят примеры влияния занятий физическими упражнениями на показатели физического развития.; знакомятся с понятиями «правильная осанка»</p>		
--	--	--	--	--	--	--	--	--

						<p>осанки и возможными причинами нарушения; устанавливают причинно- следственную связь между нарушением осанки и состоянием здоровья (защемление нервов, смещение внутренних органов, нарушение кровообращения).; измеряют показатели индивидуального физического развития (длины и массы тела, окружности грудной клетки, осанки); выявляют соответствие текущих индивидуальных показателей стандартным показателям с</p>		
--	--	--	--	--	--	--	--	--

						<p>заполняют таблицу индивидуальных показателей.;</p> <p>составляют комплексы упражнений с предметами и без предметов на голове; самостоятельно разучивают технику их выполнения;;</p> <p>составляют комплекс упражнений для укрепления мышц туловища; самостоятельно разучивают технику их выполнения;</p> <p>рассматривают возможные виды самостоятельных занятий на открытых площадках и в домашних условиях. приводят примеры их целевого предназначения (оздоровительные мероприятия в режиме дня</p>		
--	--	--	--	--	--	--	--	--

						<p>использованием физических упражнений и др.);; знакомятся с требованиями к подготовке мест занятий на открытых спортивных площадках, выбору одежды и обуви в соответствии с погодными условиями и временем года;; устанавливают причинно- следственную связь между подготовкой мест занятий на открытых площадках и правилами предупреждения травматизма;; знакомятся с требованиями к подготовке мест занятий в домашних условиях, выбору одежды и обуви;;</p>		
--	--	--	--	--	--	---	--	--

						<p>следственную связь между подготовкой мест занятий в домашних условиях и правилами предупреждения травматизма.;</p> <p>выбирают индивидуальный способ регистрации пульса (наложением руки на запястье, на сонную артерию, в область сердца);;</p> <p>разучивают способ проведения одномоментной пробы в состоянии относительного покоя, определяют состояние организма по определённой формуле;;</p> <p>разучивают способ проведения одномоментной пробы после выполнения физической нагрузки</p>	
--	--	--	--	--	--	---	--

						<p>по определённой формуле;;</p> <p>измеряют пульс после выполнения упражнений (или двигательных действий) в начале, середине и по окончании самостоятельных занятий;;</p> <p>сравнивают полученные данные с показателями таблицы физических нагрузок и определяют её характеристики;;</p> <p>проводят анализ нагрузок самостоятельных занятий и делают вывод о различии их воздействий на организм.;</p> <p>составляют дневник физической</p>	
--	--	--	--	--	--	--	--

2.2.	Самостоятельное составление индивидуального режима дня	Укажите часы	Укажите часы	Укажите часы	Укажите период	<p>знакомятся с</p> <p>понятием</p> <p>«работоспособность»</p> <p>и изменениями</p> <p>показателей</p> <p>работоспособности в течение дня;;</p> <p>устанавливают</p> <p>причинно-следственную связь между видами деятельности, их содержанием и напряжённостью и показателями работоспособности;;</p> <p>устанавливают</p> <p>причинно-следственную связь между планированием режима дня школьника и изменениями показателей работоспособности в течение дня.;</p> <p>определяют индивидуальные</p>	Выберите вид/форму контроля	Укажите образовательные ресурсы
------	--	--------------	--------------	--------------	----------------	---	-----------------------------	---------------------------------

						<p>устанавливают временной диапазон и последовательность их выполнения;; составляют индивидуальный режим дня и оформляют его в виде таблицы.; знакомятся с понятием «физическое развитие» в значении «процесс взросления организма под влиянием наследственных программ»;; приводят примеры влияния занятий физическими упражнениями на показатели физического развития.; знакомятся с понятиями «правильная осанка»</p>		
--	--	--	--	--	--	--	--	--

						<p>осанки и возможными причинами нарушения; устанавливают причинно- следственную связь между нарушением осанки и состоянием здоровья (защемление нервов, смещение внутренних органов, нарушение кровообращения).; измеряют показатели индивидуального физического развития (длины и массы тела, окружности грудной клетки, осанки); выявляют соответствие текущих индивидуальных показателей стандартным показателям с</p>		
--	--	--	--	--	--	--	--	--

						<p>заполняют таблицу индивидуальных показателей.;</p> <p>составляют комплексы упражнений с предметами и без предметов на голове; самостоятельно разучивают технику их выполнения;;</p> <p>составляют комплекс упражнений для укрепления мышц туловища; самостоятельно разучивают технику их выполнения;</p> <p>рассматривают возможные виды самостоятельных занятий на открытых площадках и в домашних условиях. приводят примеры их целевого предназначения (оздоровительные мероприятия в режиме дня.</p>		
--	--	--	--	--	--	---	--	--

						<p>использованием физических упражнений и др.);; знакомятся с требованиями к подготовке мест занятий на открытых спортивных площадках, выбору одежды и обуви в соответствии с погодными условиями и временем года;; устанавливают причинно- следственную связь между подготовкой мест занятий на открытых площадках и правилами предупреждения травматизма;; знакомятся с требованиями к подготовке мест занятий в домашних условиях, выбору одежды и обуви;;</p>		
--	--	--	--	--	--	---	--	--

						<p>следственную связь между подготовкой мест занятий в домашних условиях и правилами предупреждения травматизма.;</p> <p>выбирают индивидуальный способ регистрации пульса (наложением руки на запястье, на сонную артерию, в область сердца);;</p> <p>разучивают способ проведения одномоментной пробы в состоянии относительного покоя, определяют состояние организма по определённой формуле;;</p> <p>разучивают способ проведения одномоментной пробы после выполнения физической нагрузки</p>	
--	--	--	--	--	--	---	--

						по определённой формуле;; измеряют пульс после выполнения упражнений (или двигательных действий) в начале, середине и по окончании самостоятельных занятий;; сравнивают полученные данные с показателями таблицы физических нагрузок и определяют её характеристики;; проводят анализ нагрузок самостоятельных занятий и делают вывод о различии их воздействий на организм.; составляют дневник физической	
--	--	--	--	--	--	---	--

2.3.	Физическое развитие человека и факторы, влияющие на его показатели	Укажите часы	Укажите часы	Укажите часы	Укажите период	<p>знакомятся с понятием «работоспособность» и изменениями показателей работоспособности в течение дня;; устанавливают причинно-следственную связь между видами деятельности, их содержанием и напряжённостью и показателями работоспособности;; устанавливают причинно-следственную связь между планированием режима дня школьника и изменениями показателей работоспособности в течение дня.; определяют индивидуальные</p>	Выберите вид/форму контроля	Укажите образовательные ресурсы
------	--	--------------	--------------	--------------	----------------	---	-----------------------------	---------------------------------

						<p>устанавливают временной диапазон и последовательность их выполнения;; составляют индивидуальный режим дня и оформляют его в виде таблицы.; знакомятся с понятием «физическое развитие» в значении «процесс взросления организма под влиянием наследственных программ»;; приводят примеры влияния занятий физическими упражнениями на показатели физического развития.; знакомятся с понятиями «правильная осанка»</p>		
--	--	--	--	--	--	--	--	--

						<p>осанки и возможными причинами нарушения; устанавливают причинно- следственную связь между нарушением осанки и состоянием здоровья (защемление нервов, смещение внутренних органов, нарушение кровообращения).; измеряют показатели индивидуального физического развития (длины и массы тела, окружности грудной клетки, осанки); выявляют соответствие текущих индивидуальных показателей стандартным показателям с</p>		
--	--	--	--	--	--	--	--	--

						<p>заполняют таблицу индивидуальных показателей.;</p> <p>составляют комплексы упражнений с предметами и без предметов на голове; самостоятельно разучивают технику их выполнения;;</p> <p>составляют комплекс упражнений для укрепления мышц туловища; самостоятельно разучивают технику их выполнения;</p> <p>рассматривают возможные виды самостоятельных занятий на открытых площадках и в домашних условиях. приводят примеры их целевого предназначения (оздоровительные мероприятия в режиме дня.</p>		
--	--	--	--	--	--	---	--	--

						<p>использованием физических упражнений и др.);; знакомятся с требованиями к подготовке мест занятий на открытых спортивных площадках, выбору одежды и обуви в соответствии с погодными условиями и временем года;; устанавливают причинно- следственную связь между подготовкой мест занятий на открытых площадках и правилами предупреждения травматизма;; знакомятся с требованиями к подготовке мест занятий в домашних условиях, выбору одежды и обуви;;</p>		
--	--	--	--	--	--	---	--	--

						<p>следственную связь между подготовкой мест занятий в домашних условиях и правилами предупреждения травматизма.;</p> <p>выбирают индивидуальный способ регистрации пульса (наложением руки на запястье, на сонную артерию, в область сердца);;</p> <p>разучивают способ проведения одномоментной пробы в состоянии относительного покоя, определяют состояние организма по определённой формуле;;</p> <p>разучивают способ проведения одномоментной пробы после выполнения физической нагрузки</p>	
--	--	--	--	--	--	---	--

						<p>по определённой формуле;;</p> <p>измеряют пульс после выполнения упражнений (или двигательных действий) в начале, середине и по окончании самостоятельных занятий;;</p> <p>сравнивают полученные данные с показателями таблицы физических нагрузок и определяют её характеристики;;</p> <p>проводят анализ нагрузок самостоятельных занятий и делают вывод о различии их воздействий на организм.;</p> <p>составляют дневник физической</p>	
--	--	--	--	--	--	--	--

2.4.	Осанка как показатель физического развития и здоровья школьника	Укажите часы	Укажите часы	Укажите часы	Укажите период	<p>знакомятся с понятием «работоспособность» и изменениями показателей работоспособности в течение дня;; устанавливают причинно-следственную связь между видами деятельности, их содержанием и напряжённостью и показателями работоспособности;; устанавливают причинно-следственную связь между планированием режима дня школьника и изменениями показателей работоспособности в течение дня.; определяют</p>	Выберите вид/форму контроля	Укажите образовательные ресурсы
------	---	--------------	--------------	--------------	----------------	--	-----------------------------	---------------------------------

						<p>течение дня; устанавливают временной диапазон и последовательность их выполнения;; составляют индивидуальный режим дня и оформляют его в виде таблицы.; знакомятся с понятием «физическое развитие» в значении «процесс взросления организма под влиянием наследственных программ»;; приводят примеры влияния занятий физическими упражнениями на показатели физического развития.; знакомятся с понятиями</p>		
--	--	--	--	--	--	---	--	--

						<p>осанка», видами осанки и возможными причинами нарушения;; устанавливают причинно- следственную связь между нарушением осанки и состоянием здоровья (защемление нервов, смещение внутренних органов, нарушение кровообращения).; измеряют показатели индивидуального физического развития (длины и массы тела, окружности грудной клетки, осанки);; выявляют соответствие текущих индивидуальных показателей стандартным</p>	
--	--	--	--	--	--	--	--

						стандартных таблиц;; заполняют таблицу индивидуальных показателей.; составляют комплексы упражнений с предметами и без предметов на голове; самостоятельно разучивают технику их выполнения;; составляют комплекс упражнений для укрепления мышц туловища; самостоятельно разучивают технику их выполнения; рассматривают возможные виды самостоятельных занятий на открытых площадках и в домашних условиях, приводят примеры их целевого предназначения (оздоровительные мероприятия		
--	--	--	--	--	--	---	--	--

						<div>развлечения с</div> <div>использованием</div> <div>физических</div> <div>упражнений и др.);;</div> <div>знакомятся с</div> <div>требованиями к</div> <div>подготовке мест</div> <div>занятий на открытых</div> <div>спортивных</div> <div>площадках, выбору</div> <div>одежды и обуви</div> <div>в соответствии с</div> <div>погодными</div> <div>условиями и</div> <div>временем года;;</div> <div>устанавливают</div> <div>причинно-</div> <div>следственную связь</div> <div>между подготовкой</div> <div>мест занятий на</div> <div>открытых площадках</div> <div>и правилами</div> <div>предупреждения</div> <div>травматизма;;</div> <div>знакомятся с</div> <div>требованиями к</div> <div>подготовке мест</div> <div>занятий в домашних</div> <div>условиях, выбору</div>		
--	--	--	--	--	--	--	--	--

						<p>причинно- следственную связь между подготовкой мест занятий в домашних условиях и правилами предупреждения травматизма.;</p> <p>выбирают индивидуальный способ регистрации пульса (наложением руки на запястье, на сонную артерию, в область сердца);;</p> <p>разучивают способ проведения одномоментной пробы в состоянии относительного покоя, определяют состояние организма по определённой формуле;;</p> <p>разучивают способ проведения одномоментной пробы после выполнения</p>		
--	--	--	--	--	--	--	--	--

						<p>состояние организма по определённой формуле;;</p> <p>измеряют пульс после выполнения упражнений (или двигательных действий) в начале, середине и по окончании самостоятельных занятий;;</p> <p>сравнивают полученные данные с показателями таблицы физических нагрузок и определяют её характеристики;;</p> <p>проводят анализ нагрузок самостоятельных занятий и делают вывод о различии их воздействий на организм.;</p> <p>составляют дневник физической</p>		
--	--	--	--	--	--	--	--	--

2.5.	Измерение индивидуальных показателей физического развития	Укажите часы	Укажите часы	Укажите часы	Укажите период	<p>знакомятся с понятием «работоспособность» и изменениями показателей работоспособности в течение дня;; устанавливают причинно-следственную связь между видами деятельности, их содержанием и напряжённостью и показателями работоспособности;; устанавливают причинно-следственную связь между планированием режима дня школьника и изменениями показателей работоспособности в течение дня.; определяют</p>	Выберите вид/форму контроля	Укажите образовательные ресурсы
------	---	--------------	--------------	--------------	----------------	--	-----------------------------	---------------------------------

						<p> течение дня; устанавливают временной диапазон и последовательность их выполнения;; составляют индивидуальный режим дня и оформляют его в виде таблицы.; знакомятся с понятием «физическое развитие» в значении «процесс взросления организма под влиянием наследственных программ»;; приводят примеры влияния занятий физическими упражнениями на показатели физического развития.; знакомятся с понятиями </p>		
--	--	--	--	--	--	---	--	--

						<p>осанка», видами осанки и возможными причинами нарушения;; устанавливают причинно- следственную связь между нарушением осанки и состоянием здоровья (защемление нервов, смещение внутренних органов, нарушение кровообращения).; измеряют показатели индивидуального физического развития (длины и массы тела, окружности грудной клетки, осанки);; выявляют соответствие текущих индивидуальных показателей стандартным</p>	
--	--	--	--	--	--	--	--

						<p>стандартных таблиц;; заполняют таблицу индивидуальных показателей.; составляют комплексы упражнений с предметами и без предметов на голове; самостоятельно разучивают технику их выполнения;; составляют комплекс упражнений для укрепления мышц туловища; самостоятельно разучивают технику их выполнения; рассматривают возможные виды самостоятельных занятий на открытых площадках и в домашних условиях, приводят примеры их целевого предназначения (оздоровительные мероприятия</p>	
--	--	--	--	--	--	---	--

						<div>развлечения с</div> <div>использованием</div> <div>физических</div> <div>упражнений и др.);;</div> <div>знакомятся с</div> <div>требованиями к</div> <div>подготовке мест</div> <div>занятий на открытых</div> <div>спортивных</div> <div>площадках, выбору</div> <div>одежды и обуви</div> <div>в соответствии с</div> <div>погодными</div> <div>условиями и</div> <div>временем года;;</div> <div>устанавливают</div> <div>причинно-</div> <div>следственную связь</div> <div>между подготовкой</div> <div>мест занятий на</div> <div>открытых площадках</div> <div>и правилами</div> <div>предупреждения</div> <div>травматизма;;</div> <div>знакомятся с</div> <div>требованиями к</div> <div>подготовке мест</div> <div>занятий в домашних</div> <div>условиях, выбору</div> <div>одежды и обуви;;</div>		
--	--	--	--	--	--	--	--	--

						<p>следственную связь между подготовкой мест занятий в домашних условиях и правилами предупреждения травматизма.;</p> <p>выбирают индивидуальный способ регистрации пульса (наложением руки на запястье, на сонную артерию, в область сердца);;</p> <p>разучивают способ проведения одномоментной пробы в состоянии относительного покоя, определяют состояние организма по определённой формуле;;</p> <p>разучивают способ проведения одномоментной пробы после выполнения физической нагрузки</p>	
--	--	--	--	--	--	---	--

						<p>по определённой формуле;;</p> <p>измеряют пульс после выполнения упражнений (или двигательных действий) в начале, середине и по окончании самостоятельных занятий;;</p> <p>сравнивают полученные данные с показателями таблицы физических нагрузок и определяют её характеристики;;</p> <p>проводят анализ нагрузок самостоятельных занятий и делают вывод о различии их воздействий на организм.;</p> <p>составляют дневник физической</p>	
--	--	--	--	--	--	--	--

2.6.	Упражнения для профилактики нарушения осанки	Укажите часы	Укажите часы	Укажите часы	Укажите период	<p>знакомятся с понятием «работоспособность» и изменениями показателей работоспособности в течение дня;; устанавливают причинно-следственную связь между видами деятельности, их содержанием и напряжённостью и показателями работоспособности;; устанавливают причинно-следственную связь между планированием режима дня школьника и изменениями показателей работоспособности в течение дня.; определяют</p>	Выберите вид/форму контроля	Укажите образовательные ресурсы
------	--	--------------	--------------	--------------	----------------	--	-----------------------------	---------------------------------

						<div>течение дня; устанавливают временной диапазон и последовательность их выполнения;; составляют индивидуальный режим дня и оформляют его в виде таблицы.; знакомятся с понятием «физическое развитие» в значении «процесс взросления организма под влиянием наследственных программ»;; приводят примеры влияния занятий физическими упражнениями на показатели физического развития.; знакомятся с понятиями</div>	
--	--	--	--	--	--	---	--

						<p>осанка», видами осанки и возможными причинами нарушения;; устанавливают причинно- следственную связь между нарушением осанки и состоянием здоровья (защемление нервов, смещение внутренних органов, нарушение кровообращения).; измеряют показатели индивидуального физического развития (длины и массы тела, окружности грудной клетки, осанки);; выявляют соответствие текущих индивидуальных показателей стандартным</p>	
--	--	--	--	--	--	--	--

						<p>стандартных таблиц;; заполняют таблицу индивидуальных показателей.; составляют комплексы упражнений с предметами и без предметов на голове; самостоятельно разучивают технику их выполнения;; составляют комплекс упражнений для укрепления мышц туловища; самостоятельно разучивают технику их выполнения; рассматривают возможные виды самостоятельных занятий на открытых площадках и в домашних условиях, приводят примеры их целевого предназначения (оздоровительные мероприятия</p>		
--	--	--	--	--	--	---	--	--

						<div>развлечения с</div> <div>использованием</div> <div>физических</div> <div>упражнений и др.);;</div> <div>знакомятся с</div> <div>требованиями к</div> <div>подготовке мест</div> <div>занятий на открытых</div> <div>спортивных</div> <div>площадках, выбору</div> <div>одежды и обуви</div> <div>в соответствии с</div> <div>погодными</div> <div>условиями и</div> <div>временем года;;</div> <div>устанавливают</div> <div>причинно-</div> <div>следственную связь</div> <div>между подготовкой</div> <div>мест занятий на</div> <div>открытых площадках</div> <div>и правилами</div> <div>предупреждения</div> <div>травматизма;;</div> <div>знакомятся с</div> <div>требованиями к</div> <div>подготовке мест</div> <div>занятий в домашних</div> <div>условиях, выбору</div>		
--	--	--	--	--	--	--	--	--

						<p>причинно- следственную связь между подготовкой мест занятий в домашних условиях и правилами предупреждения травматизма.;</p> <p>выбирают индивидуальный способ регистрации пульса (наложением руки на запястье, на сонную артерию, в область сердца);;</p> <p>разучивают способ проведения одномоментной пробы в состоянии относительного покоя, определяют состояние организма по определённой формуле;;</p> <p>разучивают способ проведения одномоментной пробы после выполнения</p>		
--	--	--	--	--	--	--	--	--

						<p>состояние организма по определённой формуле;;</p> <p>измеряют пульс после выполнения упражнений (или двигательных действий) в начале, середине и по окончании самостоятельных занятий;;</p> <p>сравнивают полученные данные с показателями таблицы физических нагрузок и определяют её характеристики;;</p> <p>проводят анализ нагрузок самостоятельных занятий и делают вывод о различии их воздействий на организм.;</p> <p>составляют дневник физической</p>		
--	--	--	--	--	--	--	--	--

2.7.	Организация и проведение самостоятельных занятий	Укажите часы	Укажите часы	Укажите часы	Укажите период	<p>знакомятся с понятием «работоспособность» и изменениями показателей работоспособности в течение дня;; устанавливают причинно-следственную связь между видами деятельности, их содержанием и напряжённостью и показателями работоспособности;; устанавливают причинно-следственную связь между планированием режима дня школьника и изменениями показателей работоспособности в течение дня.; определяют</p>	Выберите вид/форму контроля	Укажите образовательные ресурсы
------	--	--------------	--------------	--------------	----------------	--	-----------------------------	---------------------------------

						<p> течение дня; устанавливают временной диапазон и последовательность их выполнения;; составляют индивидуальный режим дня и оформляют его в виде таблицы.; знакомятся с понятием «физическое развитие» в значении «процесс взросления организма под влиянием наследственных программ»;; приводят примеры влияния занятий физическими упражнениями на показатели физического развития.; знакомятся с понятиями </p>		
--	--	--	--	--	--	---	--	--

						<p>осанка», видами осанки и возможными причинами нарушения;; устанавливают причинно- следственную связь между нарушением осанки и состоянием здоровья (защемление нервов, смещение внутренних органов, нарушение кровообращения).; измеряют показатели индивидуального физического развития (длины и массы тела, окружности грудной клетки, осанки);; выявляют соответствие текущих индивидуальных показателей стандартным</p>	
--	--	--	--	--	--	--	--

						<p>стандартных таблиц;; заполняют таблицу индивидуальных показателей.; составляют комплексы упражнений с предметами и без предметов на голове; самостоятельно разучивают технику их выполнения;; составляют комплекс упражнений для укрепления мышц туловища; самостоятельно разучивают технику их выполнения; рассматривают возможные виды самостоятельных занятий на открытых площадках и в домашних условиях, приводят примеры их целевого предназначения (оздоровительные мероприятия</p>		
--	--	--	--	--	--	---	--	--

						<div>развлечения с</div> <div>использованием</div> <div>физических</div> <div>упражнений и др.);;</div> <div>знакомятся с</div> <div>требованиями к</div> <div>подготовке мест</div> <div>занятий на открытых</div> <div>спортивных</div> <div>площадках, выбору</div> <div>одежды и обуви</div> <div>в соответствии с</div> <div>погодными</div> <div>условиями и</div> <div>временем года;;</div> <div>устанавливают</div> <div>причинно-</div> <div>следственную связь</div> <div>между подготовкой</div> <div>мест занятий на</div> <div>открытых площадках</div> <div>и правилами</div> <div>предупреждения</div> <div>травматизма;;</div> <div>знакомятся с</div> <div>требованиями к</div> <div>подготовке мест</div> <div>занятий в домашних</div> <div>условиях, выбору</div>		
--	--	--	--	--	--	--	--	--

						<p>причинно- следственную связь между подготовкой мест занятий в домашних условиях и правилами предупреждения травматизма.;</p> <p>выбирают индивидуальный способ регистрации пульса (наложением руки на запястье, на сонную артерию, в область сердца);;</p> <p>разучивают способ проведения одномоментной пробы в состоянии относительного покоя, определяют состояние организма по определённой формуле;;</p> <p>разучивают способ проведения одномоментной пробы после выполнения</p>		
--	--	--	--	--	--	---	--	--

						<p>состояние организма по определённой формуле;;</p> <p>измеряют пульс после выполнения упражнений (или двигательных действий) в начале, середине и по окончании самостоятельных занятий;;</p> <p>сравнивают полученные данные с показателями таблицы физических нагрузок и определяют её характеристики;;</p> <p>проводят анализ нагрузок самостоятельных занятий и делают вывод о различии их воздействий на</p>		
2.8.	Процедура определения состояния организма с помощью одномоментной функциональной пробы	Укажите часы	Укажите часы	Укажите часы	Укажите период	<p>знакомятся с понятием</p>	Выберите вид/форму контроля	Укажите образовательные ресурсы

						<p>«работоспособность» и изменениями показателей работоспособности в течение дня;;</p> <p>устанавливают причинно-следственную связь между видами деятельности, их содержанием и напряжённостью и показателями работоспособности;;</p> <p>устанавливают причинно-следственную связь между планированием режима дня школьника и изменениями показателей работоспособности в течение дня.;</p> <p>определяют индивидуальные виды деятельности в течение дня.</p>		
--	--	--	--	--	--	---	--	--

						и последовательность их выполнения;; составляют индивидуальный режим дня и оформляют его в виде таблицы.: знакомятся с понятием «физическое развитие» в значении «процесс взросления организма под влиянием наследственных программ»;; приводят примеры влияния занятий физическими упражнениями на показатели физического развития		
2.9.	Исследование влияния оздоровительных форм занятий физической культурой на работу сердца	Укажите часы	Укажите часы	Укажите часы	Укажите период	.; знакомятся с понятием «работоспособность» и изменениями	Выберите вид/форму контроля	Укажите образовательные ресурсы

						<p>показателей работоспособности в течение дня;; устанавливают причинно- следственную связь между видами деятельности, их содержанием и напряжённостью и показателями работоспособности;; устанавливают причинно- следственную связь между планированием режима дня школьника и изменениями показателей работоспособности в течение дня.; определяют индивидуальные виды деятельности в течение дня, устанавливают временной диапазон</p>		
--	--	--	--	--	--	---	--	--

						<p>их выполнения;; составляют индивидуальный режим дня и оформляют его в виде таблицы.; знакомятся с понятием «физическое развитие» в значении «процесс взросления организма под влиянием наследственных программ»;; приводят примеры влияния занятий физическими упражнениями на показатели физического развития.; знакомятся с понятиями «правильная осанка» и «неправильная осанка», видами осанки и возможными</p>		
--	--	--	--	--	--	--	--	--

						устанавливают причинно- следственную связь между нарушением осанки и состоянием здоровья (защемление нервов, смещение внутренних органов, нарушение кровообращения).; измеряют показатели индивидуального физического развития (длины и массы тела, окружности грудной клетки, осанки);; выявляют соответствие текущих индивидуальных показателей стандартным показателям с помощью стандартных таблиц;; заполняют таблицу индивидуальных	
--	--	--	--	--	--	---	--

						<p> комплексы упражнений с предметами и без предметов на голове; самостоятельно разучивают технику их выполнения;; составляют комплекс упражнений для укрепления мышц туловища; самостоятельно разучивают технику их выполнения; рассматривают возможные виды самостоятельных занятий на открытых площадках и в домашних условиях, приводят примеры их целевого предназначения (оздоровительные мероприятия в режиме дня, спортивные игры и развлечения с использованием физических </p>		
--	--	--	--	--	--	---	--	--

						<p> требованиями к подготовке мест занятий на открытых спортивных площадках, выбору одежды и обуви в соответствии с погодными условиями и временем года;; устанавливают причинно- следственную связь между подготовкой мест занятий на открытых площадках и правилами предупреждения травматизма;; знакомятся с требованиями к подготовке мест занятий в домашних условиях, выбору одежды и обуви;; устанавливают причинно- следственную связь между подготовкой </p>		
--	--	--	--	--	--	---	--	--

						<p>и правилами предупреждения травматизма.;; выбирают индивидуальный способ регистрации пульса (наложением руки на запястье, на сонную артерию, в область сердца);; разучивают способ проведения одномоментной пробы в состоянии относительного покоя, определяют состояние организма по определённой формуле;; разучивают способ проведения одномоментной пробы после выполнения физической нагрузки и определяют состояние организма по определённой формуле;;</p>	
--	--	--	--	--	--	--	--

						упражнений (или двигательных действий) в начале, середине и по окончании самостоятельных занятий;; сравнивают полученные данные с показателями таблицы физических нагрузок и определяют её характеристики;; проводят анализ нагрузок самостоятельных занятий и делают вывод о различии их воздействий на организм.; составляют дневник физической		
2.10	Ведение дневника физической культуры	Укажите часы	Укажите часы	Укажите часы	Укажите период	; знакомятся с понятием «работоспособность» и изменениями показателей	Выберите вид/форму контроля	Укажите образовательные ресурсы

						<p> работоспособности в течение дня;; устанавливают причинно-следственную связь между видами деятельности, их содержанием и напряжённостью и показателями работоспособности;; устанавливают причинно-следственную связь между планированием режима дня школьника и изменениями показателей работоспособности в течение дня.; определяют индивидуальные виды деятельности в течение дня, устанавливают временной диапазон и </p>		
--	--	--	--	--	--	---	--	--

						<p>составляют индивидуальный режим дня и оформляют его в виде таблицы.; знакомятся с понятием «физическое развитие» в значении «процесс взросления организма под влиянием наследственных программ»;; приводят примеры влияния занятий физическими упражнениями на показатели физического развития.; знакомятся с понятиями «правильная осанка» и «неправильная осанка», видами осанки и возможными причинами</p>		
--	--	--	--	--	--	--	--	--

						<p>причинно- следственную связь между нарушением осанки и состоянием здоровья (защемление нервов, смещение внутренних органов, нарушение кровообращения).; измеряют показатели индивидуального физического развития (длины и массы тела, окружности грудной клетки, осанки).; выявляют соответствие текущих индивидуальных показателей стандартным показателям с помощью стандартных таблиц;; заполняют таблицу индивидуальных показателей.;</p>		
--	--	--	--	--	--	--	--	--

						<p>упражнений с предметами и без предметов на голове; самостоятельно разучивают технику их выполнения;; составляют комплекс упражнений для укрепления мышц туловища; самостоятельно разучивают технику их выполнения; рассматривают возможные виды самостоятельных занятий на открытых площадках и в домашних условиях, приводят примеры их целевого предназначения (оздоровительные мероприятия в режиме дня, спортивные игры и развлечения с использованием физических упражнений и др.)</p>		
--	--	--	--	--	--	--	--	--

						<p>подготовке мест занятий на открытых спортивных площадках, выбору одежды и обуви в соответствии с погодными условиями и временем года;; устанавливают причинно-следственную связь между подготовкой мест занятий на открытых площадках и правилами предупреждения травматизма;; знакомятся с требованиями к подготовке мест занятий в домашних условиях, выбору одежды и обуви;; устанавливают причинно-следственную связь между подготовкой мест занятий в</p>		
--	--	--	--	--	--	---	--	--

						<p>предупреждения травматизма.;</p> <p>выбирают индивидуальный способ регистрации пульса (наложением руки на запястье, на сонную артерию, в область сердца);;</p> <p>разучивают способ проведения одномоментной пробы в состоянии относительного покоя, определяют состояние организма по определённой формуле;;</p> <p>разучивают способ проведения одномоментной пробы после выполнения физической нагрузки и определяют состояние организма по определённой формуле;;</p> <p>измеряют пульс после выполнения</p>		
--	--	--	--	--	--	---	--	--

						действий) в начале, середине и по окончании самостоятельных занятий;; сравнивают полученные данные с показателями таблицы физических нагрузок и определяют её характеристики;; проводят анализ нагрузок самостоятельных занятий и делают вывод о различии их воздействий на организм.; составляют дневник физической		
Итого по разделу		5						
Раздел 3. ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ								
3.1.	Знакомство с понятием «физкультурно-оздоровительная деятельность	Укажите часы	Укажите часы	Укажите часы	Укажите период	: знакомятся с понятием «физкультурно-	Выберите вид/форму контроля	Укажите образовательные ресурсы

						<p>оздоровительная деятельность», ролью и значением физкультурно- оздоровительной деятельности в здоровом образе жизни современного человека., отбирают и составляют комплексы упражнений утренней зарядки и физкультминуток для занятий в домашних условиях без предметов, с гимнастической палкой и гантелями, с использованием стула;; записывают содержание комплексов и регулярность их выполнения в дневнике физической</p>		
--	--	--	--	--	--	---	--	--

						записывают содержание комплексов в дневник физической культуры;; разучивают упражнения дыхательной и зрительной гимнастики для профилактики устомления во время учебных занятий.; закрепляют и совершенствуют навыки проведения закаливающей процедуры способом обливания;; закрепляют правила регулирования температурных и временных режимов закаливающей процедуры;; записывают регулярность изменения температурного		
--	--	--	--	--	--	--	--	--

						<div>изменения её</div> <div>временных</div> <div>параметров в</div> <div>дневник физической</div> <div>культуры.;</div> <div>записывают</div> <div>содержание</div> <div>комплексов и</div> <div>регулярность их</div> <div>выполнения в</div> <div>дневнике</div> <div>физической</div> <div>культуры.;</div> <div>разучивают</div> <div>упражнения на</div> <div>подвижность</div> <div>суставов, выполняют</div> <div>их из разных</div> <div>исходных</div> <div>положений, с</div> <div>одноимёнными и</div> <div>разноимёнными</div> <div>движениями рук и</div> <div>ног, вращением</div> <div>туловища с большой</div> <div>амплитудой.;</div> <div>записывают в</div> <div>дневник физической</div> <div>культуры комплекс</div>		
--	--	--	--	--	--	--	--	--

						<div>координации и</div> <div>разучивают его;;</div> <div>разучивают</div> <div>упражнения в</div> <div>равновесии,</div> <div>точности движений,</div> <div>жонглировании</div> <div>малым (теннисным)</div> <div>мячом;;</div> <div>составляют</div> <div>содержание занятия</div> <div>по развитию</div> <div>координации</div> <div>с использованием</div> <div>разученного</div> <div>комплекса и</div> <div>дополнительных</div> <div>упражнений,</div> <div>планируют их</div> <div>регулярное</div> <div>выполнение в</div> <div>режиме учебной</div> <div>недели.;</div> <div>разучивают</div> <div>упражнения с</div> <div>гантелями на</div> <div>развитие отдельных</div> <div>мышечных групп;;</div> <div>составляют комплекс</div> <div>упражнений</div>		
--	--	--	--	--	--	--	--	--

						выполнения в дневник физической культуры;		
3.2.	Упражнения утренней зарядки	Укажите часы	Укажите часы	Укажите часы	Укажите период	<p>знакомятся с понятием «физкультурно- оздоровительная деятельность», ролью и значением физкультурно- оздоровительной деятельности в здоровом образе жизни современного человека.; отбирают и составляют комплексы упражнений утренней зарядки и физкультминуток для занятий в домашних условиях без предметов, с гимнастической палкой и гантелями, с использованием</p>	Выберите вид/форму контроля	Укажите образовательные ресурсы

						записывают содержание комплексов и регулярность их выполнения в дневнике физической культуры.; знакомятся и записывают содержание комплексов в дневник физической культуры;; разучивают упражнения дыхательной и зрительной гимнастики для профилактики устомления во время учебных занятий.; закрепляют и совершенствуют навыки проведения закаливающей процедуры способом обливания;; закрепляют правила	
--	--	--	--	--	--	--	--

						<div> <div>закаливающей</div> <div>процедуры;;</div> <div>записывают</div> <div>регулярность</div> <div>изменения</div> <div>температурного</div> <div>режима</div> <div>закаливающих</div> <div>процедур и</div> <div>изменения её</div> <div>временных</div> <div>параметров в</div> <div>дневник физической</div> <div>культуры.;</div> <div>записывают</div> <div>содержание</div> <div>комплексов и</div> <div>регулярность их</div> <div>выполнения в</div> <div>дневнике</div> <div>физической</div> <div>культуры.;</div> <div>разучивают</div> <div>упражнения на</div> <div>подвижность</div> <div>суставов, выполняют</div> <div>их из разных</div> <div>исходных</div> <div>положений, с</div> <div>одноимёнными и</div> </div>	
--	--	--	--	--	--	---	--

						ног, вращением туловища с большой амплитудой;; записывают в дневник физической культуры комплекс упражнений для занятий на развитие координации и разучивают его;; разучивают упражнения в равновесии, точности движений, жонглировании малым (теннисным) мячом;; составляют содержание занятия по развитию координации с использованием разученного комплекса и дополнительных упражнений, планируют их регулярное выполнение в режиме учебной	
--	--	--	--	--	--	--	--

						<div>упражнения с гантелями на развитие отдельных мышечных групп;;</div> <div>составляют комплекс упражнений,</div> <div>записывают регулярность его выполнения в дневник физической культуры;</div>		
3.3.	Упражнения дыхательной и зрительной гимнастики	<div>Укажите часы</div>	<div>Укажите часы</div>	<div>Укажите часы</div>	<div>Укажите период</div>	<div>знакомятся с понятием «физкультурно-оздоровительная деятельность»;</div> <div>ролью и значением физкультурно-оздоровительной деятельности в здоровом образе жизни современного человека.;</div> <div>отбирают и составляют комплексы упражнений утренней зарядки и</div>	<div>Выберите вид/форму контроля</div>	<div>Укажите образовательные ресурсы</div>

						<p>для занятий в домашних условиях без предметов, с гимнастической палкой и гантелями, с использованием стула;;</p> <p>записывают содержание комплексов и регулярность их выполнения в дневнике физической культуры.;</p> <p>знакомятся и записывают содержание комплексов в дневник физической культуры;;</p> <p>разучивают упражнения дыхательной и зрительной гимнастики для профилактики утомления во время учебных занятий.;</p> <p>закрепляют и</p>		
--	--	--	--	--	--	---	--	--

						<div>закаливающей</div> <div>процедуры способом</div> <div>обливания;;</div> <div>закрепляют правила</div> <div>регулирования</div> <div>температурных и</div> <div>временных режимов</div> <div>закаливающей</div> <div>процедуры;;</div> <div>записывают</div> <div>регулярность</div> <div>изменения</div> <div>температурного</div> <div>режима</div> <div>закаливающих</div> <div>процедур и</div> <div>изменения её</div> <div>временных</div> <div>параметров в</div> <div>дневник физической</div> <div>культуры.;</div> <div>записывают</div> <div>содержание</div> <div>комплексов и</div> <div>регулярность их</div> <div>выполнения в</div> <div>дневнике</div> <div>физической</div> <div>культуры;;</div> <div>называют</div>		
--	--	--	--	--	--	---	--	--

						<div>суставов, выполняют</div> <div>их из разных</div> <div>исходных</div> <div>положений, с</div> <div>одноимёнными и</div> <div>разноимёнными</div> <div>движениями рук и</div> <div>ног, вращением</div> <div>туловища с большой</div> <div>амплитудой.;</div> <div>записывают в</div> <div>дневник физической</div> <div>культуры комплекс</div> <div>упражнений для</div> <div>занятий на развитие</div> <div>координации и</div> <div>разучивают его;;</div> <div>разучивают</div> <div>упражнения в</div> <div>равновесии,</div> <div>точности движений,</div> <div>жонглировании</div> <div>малым (теннисным)</div> <div>мячом;;</div> <div>составляют</div> <div>содержание занятия</div> <div>по развитию</div> <div>координации</div> <div>с использованием</div>		
--	--	--	--	--	--	--	--	--

						дополнительных упражнений, планируют их регулярное выполнение в режиме учебной недели.; разучивают упражнения с гантелями на развитие отдельных мышечных групп;; составляют комплекс упражнений, записывают регулярность его выполнения в дневник физической		
3.4.	Водные процедуры после утренней зарядки	Укажите часы	Укажите часы	Укажите часы	Укажите период	знакомятся с понятием «физкультурно- оздоровительная деятельность»; ролью и значением физкультурно- оздоровительной деятельности в здоровом образе	Выберите вид/форму контроля	Укажите образовательные ресурсы

						<p>жизни современного человека.; отбирают и составляют комплексы упражнений утренней зарядки и физкультминуток для занятий в домашних условиях без предметов, с гимнастической палкой и гантелями, с использованием стула;; записывают содержание комплексов и регулярность их выполнения в дневнике физической культуры.; знакомятся и записывают содержание комплексов в дневник физической культуры;; называют</p>		
--	--	--	--	--	--	---	--	--

						<div>зрительной</div> <div>гимнастики для</div> <div>профилактики</div> <div>утомления во время</div> <div>учебных занятий.;</div> <div>закрепляют и</div> <div>совершенствуют</div> <div>навыки проведения</div> <div>закаливающей</div> <div>процедуры способом</div> <div>обливания;;</div> <div>закрепляют правила</div> <div>регулирования</div> <div>температурных и</div> <div>временных режимов</div> <div>закаливающей</div> <div>процедуры;;</div> <div>записывают</div> <div>регулярность</div> <div>изменения</div> <div>температурного</div> <div>режима</div> <div>закаливающих</div> <div>процедур и</div> <div>изменения её</div> <div>временных</div> <div>параметров в</div> <div>дневник физической</div> <div>культуры.;</div>	
--	--	--	--	--	--	--	--

						регулярность их выполнения в дневнике физической культуры;; разучивают упражнения на подвижность суставов, выполняют их из разных исходных положений, с однoимёнными и разноимёнными движениями рук и ног, вращением туловища с большой амплитудой.; записывают в дневник физической культуры комплекс упражнений для занятий на развитие координации и разучивают его;; разучивают упражнения в равновесии, точности движений.		
--	--	--	--	--	--	---	--	--

						<p>мячом;;</p> <p>составляют</p> <p>содержание занятия</p> <p>по развитию</p> <p>координации</p> <p>с использованием</p> <p>разученного</p> <p>комплекса и</p> <p>дополнительных</p> <p>упражнений.</p> <p>планируют их</p> <p>регулярное</p> <p>выполнение в</p> <p>режиме учебной</p> <p>недели.;</p> <p>разучивают</p> <p>упражнения с</p> <p>гантелями на</p> <p>развитие отдельных</p> <p>мышечных групп;;</p> <p>составляют комплекс</p> <p>упражнений.</p> <p>записывают</p> <p>регулярность его</p> <p>выполнения в</p> <p>дневник физической</p>		
3.5.	Упражнения на развитие гибкости	Укажите часы	Укажите часы	Укажите часы	Укажите период	<p>знакомятся с</p> <p>понятием</p>	Выберите вид/форму контроля	Укажите образовательные ресурсы

						<p>«физкультурно-оздоровительная деятельность»;</p> <p>ролью и значением физкультурно-оздоровительной деятельности в здоровом образе жизни современного человека.;</p> <p>отбирают и составляют комплексы упражнений утренней зарядки и физкультминуток для занятий в домашних условиях без предметов, с гимнастической палкой и гантелями, с использованием стула;;</p> <p>записывают содержание комплексов и регулярность их выполнения в дневнике.</p>		
--	--	--	--	--	--	---	--	--

						<p> знакомятся и записывают содержание комплексов в дневник физической культуры;; разучивают упражнения дыхательной и зрительной гимнастики для профилактики устомления во время учебных занятий.; закрепляют и совершенствуют навыки проведения закаливающей процедуры способом обливания;; закрепляют правила регулирования температурных и временных режимов закаливающей процедуры;; записывают регулярность изменения </p>		
--	--	--	--	--	--	---	--	--

						<div>процедур и</div> <div>изменения её</div> <div>временных</div> <div>параметров в</div> <div>дневник физической</div> <div>культуры.;</div> <div>записывают</div> <div>содержание</div> <div>комплексов и</div> <div>регулярность их</div> <div>выполнения в</div> <div>дневнике</div> <div>физической</div> <div>культуры.;</div> <div>разучивают</div> <div>упражнения на</div> <div>подвижность</div> <div>суставов, выполняют</div> <div>их из разных</div> <div>исходных</div> <div>положений, с</div> <div>одноимёнными и</div> <div>разноимёнными</div> <div>движениями рук и</div> <div>ног, вращением</div> <div>туловища с большой</div> <div>амплитудой.;</div> <div>записывают в</div> <div>дневник физической</div>		
--	--	--	--	--	--	---	--	--

						занятий на развитие координации и разучивают его;; разучивают упражнения в равновесии, точности движений, жонглировании малым (теннисным) мячом;; составляют содержание занятия по развитию координации с использованием разученного комплекса и дополнительных упражнений, планируют их регулярное выполнение в режиме учебной недели.; разучивают упражнения с гантелями на развитие отдельных мышечных групп;; составляют комплекс		
--	--	--	--	--	--	--	--	--

						регулярность его выполнения в дневник физической культуры;		
3.6.	Упражнения на развитие координации	Укажите часы	Укажите часы	Укажите часы	Укажите период	Укажите вид деятельности	Выберите вид/форму контроля	Укажите образовательные ресурсы
3.7.	Упражнения на формирование телосложения	Укажите часы	Укажите часы	Укажите часы	Укажите период	знакомятся с понятием «физкультурно- оздоровительная деятельность», ролью и значением физкультурно- оздоровительной деятельности в здоровом образе жизни современного человека.; отбирают и составляют комплексы упражнений утренней зарядки и физкультминуток для занятий в домашних условиях	Выберите вид/форму контроля	Укажите образовательные ресурсы

						<p>гимнастической палкой и гантелями, с использованием стула;;</p> <p>записывают содержание комплексов и регулярность их выполнения в дневнике физической культуры.;</p> <p>знакомятся и записывают содержание комплексов в дневник физической культуры.;</p> <p>разучивают упражнения дыхательной и зрительной гимнастики для профилактики утомления во время учебных занятий.;</p> <p>закрепляют и совершенствуют навыки проведения</p>		
--	--	--	--	--	--	---	--	--

						закрепляют правила регулирования температурных и временных режимов закаливающей процедуры;; записывают регулярность изменения температурного режима закаливающих процедур и изменения её временных параметров в дневник физической культуры;; записывают содержание комплексов и регулярность их выполнения в дневнике физической культуры;; разучивают упражнения на подвижность суставов, выполняют		
--	--	--	--	--	--	--	--	--

						<p>положений, с одноимёнными и разноимёнными движениями рук и ног, вращением туловища с большой амплитудой.; записывают в дневник физической культуры комплекс упражнений для занятий на развитие координации и разучивают его;; разучивают упражнения в равновесии, точности движений, жонглировании малым (теннисным) мячом;; составляют содержание занятия по развитию координации с использованием разученного комплекса и дополнительных упражнений.</p>		
--	--	--	--	--	--	---	--	--

						<div>выполнение в</div> <div>режиме учебной</div> <div>недели.;</div> <div>разучивают</div> <div>упражнения с</div> <div>гантелями на</div> <div>развитие отдельных</div> <div>мышечных групп;;</div> <div>составляют комплекс</div> <div>упражнений,</div> <div>записывают</div> <div>регулярность его</div> <div>выполнения в</div> <div>дневник физической</div> <div>культуры;</div>		
3.8.	<div>Модуль</div> <div>«Гимнастика». Знакомство с</div> <div>понятием «спортивно-</div> <div>оздоровительная деятельность</div>	<div>Укажите</div> <div>часы</div>	<div>Укажите</div> <div>часы</div>	<div>Укажите часы</div>	<div>Укажите</div> <div>период</div>	<div>:</div> <div>знакомятся с</div> <div>понятием</div> <div>«спортивно-</div> <div>оздоровительная</div> <div>деятельность»,</div> <div>ролью и значением</div> <div>спортивно-</div> <div>оздоровительной</div> <div>деятельности в</div> <div>здоровом образе</div> <div>жизни современного</div> <div>человека.;</div> <div>рассматривают,</div>	<div>Выберите</div> <div>вид/форму</div> <div>контроля</div>	<div>Укажите</div> <div>образовательные</div> <div>ресурсы</div>

						<p>анализируют иллюстративный образец техники выполнения кувырка вперёд в группировке;; описывают технику выполнения кувырка вперёд с выделением фаз движения. выясняют возможность появление ошибок и причин их появления (на основе предшествующего опыта);; совершенствуют технику кувырка вперёд за счёт повторения техники подводящих упражнений (перекаты и прыжки на месте, толчком двумя ногами в группировке);; определяют задачи закрепления и</p>		
--	--	--	--	--	--	--	--	--

						<p> группировке для самостоятельных занятий;; совершенствуют кувырок вперёд в группировке в полной координации;; контролируют технику выполнения упражнения другими учащимися, сравнивают её с образцом и определяют ошибки, предлагают способы их устранения (обучение в парах).; рассматривают, обсуждают и анализируют иллюстративный образец техники выполнения кувырка назад в группировке;; описывают технику выполнения кувырка назад в группировке с выделением фаз </p>		
--	--	--	--	--	--	---	--	--

						<p>возможные ошибки и причины их появления на основе предшествующего опыта;;</p> <p>определяют задачи закрепления и совершенствования техники кувырка назад в группировке для самостоятельных занятий;;</p> <p>разучивают кувырок назад в группировке по фазам и в полной координации;;</p> <p>контролируют технику выполнения упражнения другими учащимися с помощью сравнения её с образцом.</p> <p>выявляют; ошибки и предлагают способы их устранения (обучение в парах).;</p> <p>рассматривают, обсуждают и определяют</p>		
--	--	--	--	--	--	---	--	--

						<div>выполнения кувырка</div> <div>вперёд, ноги</div> <div>«скрёстно»;;</div> <div>описывают технику</div> <div>выполнения кувырка</div> <div>вперёд с выделением</div> <div>фаз движения,</div> <div>характеризуют</div> <div>возможные ошибки</div> <div>и причины их</div> <div>появления (на основе</div> <div>предшествующего</div> <div>опыта);;</div> <div>определяют задачи</div> <div>для</div> <div>самостоятельного</div> <div>обучения и</div> <div>закрепления техники</div> <div>кувырка вперёд ноги</div> <div>«скрёстно»;;</div> <div>выполняют кувырок</div> <div>вперёд ноги</div> <div>«скрёстно» по фазам</div> <div>и в полной</div> <div>координации;;</div> <div>контролируют</div> <div>технику выполнения</div> <div>упражнения другими</div> <div>учащимися с</div> <div>помощью её</div>		
--	--	--	--	--	--	---	--	--

						образцом, выявляют ошибки и предлагают способы их устранения (обучение в парах).; рассматривают, обсуждают и анализируют иллюстративный образец техники выполнения кувырка назад из стойки на лопатках;; уточняют его выполнение, наблюдая за техникой образца учителя;; описывают технику выполнения кувырка из стойки на лопатках по фазам движения;; определяют задачи и последовательность самостоятельного обучения технике кувырка назад из стойки на лопатках;; называют технику		
--	--	--	--	--	--	--	--	--

						<div>по фазам движения и</div> <div>в полной</div> <div>координации;;</div> <div>контролируют</div> <div>технику выполнения</div> <div>упражнения другими</div> <div>учащимися,</div> <div>анализируют её с</div> <div>помощью сравнения</div> <div>с техникой образца,</div> <div>выявляют ошибки и</div> <div>предлагают способы</div> <div>их устранения</div> <div>(обучение в парах).;</div> <div>рассматривают,</div> <div>обсуждают и</div> <div>анализируют</div> <div>иллюстративный</div> <div>образец техники</div> <div>выполнения</div> <div>опорного прыжка;;</div> <div>уточняют его</div> <div>выполнение,</div> <div>наблюдая за</div> <div>техникой образца</div> <div>учителя;;</div> <div>описывают технику</div> <div>выполнения прыжка</div> <div>с выделением фаз</div> <div>движений.;;</div>		
--	--	--	--	--	--	---	--	--

						<p>упражнения и оценивают технику их выполнения;; определяют задачи и последовательность самостоятельного обучения технике опорного прыжка;; разучивают технику прыжка по фазам и в полной координации;; контролируют технику выполнения упражнения другими учащимися, сравнивают её с иллюстративным образцом и выявляют возможные ошибки, предлагают способы их устранения (обучение в парах).;</p> <p>знакомятся с комбинацией, анализируют трудность выполнения её упражнений..</p>		
--	--	--	--	--	--	---	--	--

						<p>комбинации на полу, на гимнастической скамейке, на напольном гимнастическом бревне, на низком гимнастическом бревне; ; контролируют технику выполнения комбинации другими учащимися, сравнивают её с иллюстративным образцом и выявляют возможные ошибки, предлагают способы их устранения (обучение в группах).; закрепляют и совершенствуют технику лазанья по гимнастической стенке разноимённым способом, передвижение</p>		
--	--	--	--	--	--	---	--	--

						<div>наблюдают и</div> <div>анализируют</div> <div>технику лазанья</div> <div>одноимённым</div> <div>способом,</div> <div>описывают её по</div> <div>фазам движения;;</div> <div>разучивают лазанье</div> <div>одноимённым</div> <div>способом по фазам</div> <div>движения и в полной</div> <div>координации;;</div> <div>контролируют</div> <div>технику выполнения</div> <div>упражнения другими</div> <div>учащимися,</div> <div>сравнивают её с</div> <div>иллюстративным</div> <div>образцом и</div> <div>выявляют</div> <div>возможные ошибки,</div> <div>предлагают способы</div> <div>их устранения</div> <div>(обучение в</div> <div>группах).;</div> <div>знакомятся с</div> <div>образцом учителя,</div> <div>анализируют и</div> <div>уточняют отдельные</div> <div>элементы техники</div>		
--	--	--	--	--	--	---	--	--

						<p>скамейке способом «удерживая за плечи»; выделяют технически сложные его элементы;; разучивают технику расхождения правым и левым боком при передвижении на полу и на гимнастической скамейке (обучение в парах);;</p> <p>контролируют технику выполнения упражнения другими учащимися, сравнивают её с образцом и выявляют возможные ошибки, предлагают способы их устранения (обучение в</p>		
3.9.	Модуль «Гимнастика». Кувырок вперёд в группировке	Укажите часы	Укажите часы	Укажите часы	Укажите период	<p>знакомятся с понятием «спортивно-оздоровительная</p>	Выберите вид/форму контроля	Укажите образовательные ресурсы

						<p> деятельность», ролью и значением спортивно- оздоровительной деятельности в здоровом образе жизни современного человека.; рассматривают, обсуждают и анализируют иллюстративный образец техники выполнения кувырка вперёд в группировке;; описывают технику выполнения кувырка вперёд с выделением фаз движения, выясняют возможность появление ошибок и причин их появления (на основе предшествующего опыта);; совершенствуют технику кувырка </p>		
--	--	--	--	--	--	--	--	--

						<p>упражнений (перекаты и прыжки на месте, толчком двумя ногами в группировке);; определяют задачи закрепления и совершенствования техники кувырка вперёд в группировке для самостоятельных занятий;; совершенствуют кувырок вперёд в группировке в полной координации;; контролируют технику выполнения упражнения другими учащимися, сравнивают её с образцом и определяют ошибки, предлагают способы их устранения (обучение в парах).; рассматривают,</p>		
--	--	--	--	--	--	---	--	--

						образец техники выполнения кувырка назад в группировке;;		
3.10.	Модуль «Гимнастика». Кувырок назад в группировке	Укажите часы	Укажите часы	Укажите часы	Укажите период	знакомятся с понятием «спортивно- оздоровительная деятельность», ролью и значением спортивно- оздоровительной деятельности в здоровом образе жизни современного человека.; рассматривают, обсуждают и анализируют иллюстративный образец техники выполнения кувырка вперёд в группировке;; описывают технику выполнения кувырка вперёд с выделением	Выберите вид/форму контроля	Укажите образовательные ресурсы

						<p>возможность появление ошибок и причин их появления (на основе предшествующего опыта);; совершенствуют технику кувырка вперёд за счёт повторения техники подводящих упражнений (перекаты и прыжки на месте, толчком двумя ногами в группировке);; определяют задачи закрепления и совершенствования техники кувырка вперёд в группировке для самостоятельных занятий;; совершенствуют кувырок вперёд в группировке в полной координации;;</p>		
--	--	--	--	--	--	---	--	--

						<p>учащимися, сравнивают её с образцом и определяют ошибки, предлагают способы их устранения (обучение в парах).; рассматривают, обсуждают и анализируют иллюстративный образец техники выполнения кувырка назад в группировке.</p>		
3.11.	<p>Модуль «Гимнастика». Кувырок вперёд ноги «скрёстно»</p>	<p>Укажите часы</p>	<p>Укажите часы</p>	<p>Укажите часы</p>	<p>Укажите период</p>	<p>знакомятся с понятием «спортивно- оздоровительная деятельность» ролью и значением спортивно- оздоровительной деятельности в здоровом образе жизни современного человека.; рассматривают,</p>	<p>Выберите вид/форму контроля</p>	<p>Укажите образовательные ресурсы</p>

						<p>анализируют иллюстративный образец техники выполнения кувырка вперёд в группировке;; описывают технику выполнения кувырка вперёд с выделением фаз движения. выясняют возможность появление ошибок и причин их появления (на основе предшествующего опыта);; совершенствуют технику кувырка вперёд за счёт повторения техники подводящих упражнений (перекаты и прыжки на месте, толчком двумя ногами в группировке);; определяют задачи закрепления и</p>		
--	--	--	--	--	--	--	--	--

						<p> группировке для самостоятельных занятий;; совершенствуют кувырок вперёд в группировке в полной координации;; контролируют технику выполнения упражнения другими учащимися, сравнивают её с образцом и определяют ошибки, предлагают способы их устранения (обучение в парах).; рассматривают, обсуждают и анализируют иллюстративный образец техники выполнения кувырка назад в группировке;; описывают технику выполнения кувырка назад в группировке 1. </p>		
--	--	--	--	--	--	---	--	--

						<p>возможные ошибки и причины их появления на основе предшествующего опыта;;</p> <p>определяют задачи закрепления и совершенствования техники кувырка назад в группировке для самостоятельных занятий;;</p> <p>разучивают кувырок назад в группировке по фазам и в полной координации;;</p> <p>контролируют технику выполнения упражнения другими учащимися с помощью сравнения её с образцом.</p> <p>выявляют; ошибки и предлагают способы их устранения (обучение в парах).;</p> <p>рассматривают, обсуждают и определяют</p>		
--	--	--	--	--	--	---	--	--

						<div>выполнения кувырка</div> <div>вперёд, ноги</div> <div>«скрёстно»;;</div> <div>описывают технику</div> <div>выполнения кувырка</div> <div>вперёд с выделением</div> <div>фаз движения,</div> <div>характеризуют</div> <div>возможные ошибки</div> <div>и причины их</div> <div>появления (на основе</div> <div>предшествующего</div> <div>опыта);;</div> <div>определяют задачи</div> <div>для</div> <div>самостоятельного</div> <div>обучения и</div> <div>закрепления техники</div> <div>кувырка вперёд ноги</div> <div>«скрёстно»;;</div> <div>выполняют кувырок</div> <div>вперёд ноги</div> <div>«скрёстно» по фазам</div> <div>и в полной</div> <div>координации;;</div> <div>контролируют</div> <div>технику выполнения</div> <div>упражнения другими</div> <div>учащимися с</div>		
--	--	--	--	--	--	---	--	--

						образцом, выявляют ошибки и предлагают способы их устранения (обучение в парах).; рассматривают, обсуждают и анализируют иллюстративный образец техники выполнения кувырка назад из стойки на лопатках;; уточняют его выполнение, наблюдая за техникой образца учителя;; описывают технику выполнения кувырка из стойки на лопатках по фазам движения;; определяют задачи и последовательность самостоятельного обучения технике кувырка назад из стойки на лопатках;; называют технику		
--	--	--	--	--	--	--	--	--

						<p>по фазам движения и в полной координации;; контролируют технику выполнения упражнения другими учащимися, анализируют её с помощью сравнения с техникой образца, выявляют ошибки и предлагают способы их устранения (обучение в парах).; рассматривают, обсуждают и анализируют иллюстративный образец техники выполнения опорного прыжка;; уточняют его выполнение, наблюдая за техникой образца учителя;; описывают технику выполнения прыжка с выделением фаз движений.::</p>		
--	--	--	--	--	--	--	--	--

						<p>упражнения и оценивают технику их выполнения;; определяют задачи и последовательность самостоятельного обучения технике опорного прыжка;; разучивают технику прыжка по фазам и в полной координации;; контролируют технику выполнения упражнения другими учащимися, сравнивают её с иллюстративным образцом и выявляют возможные ошибки, предлагают способы их устранения (обучение в парах).;</p> <p>знакомятся с комбинацией, анализируют трудность выполнения её упражнений..</p>		
--	--	--	--	--	--	---	--	--

						<p>комбинации на полу, на гимнастической скамейке, на напольном гимнастическом бревне, на низком гимнастическом бревне; ; контролируют технику выполнения комбинации другими учащимися, сравнивают её с иллюстративным образцом и выявляют возможные ошибки, предлагают способы их устранения (обучение в группах).; закрепляют и совершенствуют технику лазанья по гимнастической стенке разноимённым способом, передвижение приставным шагом.</p>		
--	--	--	--	--	--	---	--	--

						<p>наблюдают и анализируют технику лазанья одноимённым способом, описывают её по фазам движения;; разучивают лазанье одноимённым способом по фазам движения и в полной координации;; контролируют технику выполнения упражнения другими учащимися, сравнивают её с иллюстративным образцом и выявляют возможные ошибки, предлагают способы их устранения (обучение в группах).; знакомятся с образцом учителя, анализируют и уточняют отдельные элементы техники</p>		
--	--	--	--	--	--	--	--	--

						<p>скамейке способом «удерживая за плечи»; выделяют технически сложные его элементы;; разучивают технику расхождения правым и левым боком при передвижении на полу и на гимнастической скамейке (обучение в парах);; контролируют технику выполнения упражнения другими учащимися, сравнивают её с образцом и выявляют возможные ошибки, предлагают способы их устранения (обучение в</p>		
3.12.	<p><i>Модуль «Гимнастика». Кувырок назад из стойки на лопатках</i></p>	<p>Укажите часы</p>	<p>Укажите часы</p>	<p>Укажите часы</p>	<p>Укажите период</p>	<p>знакомятся с понятием «спортивно-оздоровительная деятельность»;</p>	<p>Выберите вид/форму контроля</p>	<p>Укажите образовательные ресурсы</p>

						<div>ролью и значением</div> <div>спортивно-</div> <div>оздоровительной</div> <div>деятельности в</div> <div>здоровом образе</div> <div>жизни современного</div> <div>человека.;</div> <div>рассматривают,</div> <div>обсуждают и</div> <div>анализируют</div> <div>иллюстративный</div> <div>образец техники</div> <div>выполнения кувырка</div> <div>вперёд в</div> <div>группировке;;</div> <div>описывают технику</div> <div>выполнения кувырка</div> <div>вперёд с выделением</div> <div>фаз движения.</div> <div>выясняют</div> <div>возможность</div> <div>появление ошибок и</div> <div>причин их появления</div> <div>(на основе</div> <div>предшествующего</div> <div>опыта);;</div> <div>совершенствуют</div> <div>технику кувырка</div> <div>вперёд за счёт</div> <div></div>		
--	--	--	--	--	--	---	--	--

						<p> (перекаты и прыжки на месте, толчком двумя ногами в группировке);; определяют задачи закрепления и совершенствования техники кувырка вперёд в группировке для самостоятельных занятий;; совершенствуют кувырок вперёд в группировке в полной координации;; контролируют технику выполнения упражнения другими учащимися, сравнивают её с образцом и определяют ошибки, предлагают способы их устранения (обучение в парах).; рассматривают, обсуждают и </p>		
--	--	--	--	--	--	--	--	--

						<div>выполнения кувырка</div> <div>назад в</div> <div>группировке;;</div> <div>описывают технику</div> <div>выполнения кувырка</div> <div>назад в группировке</div> <div>с выделением фаз</div> <div>движения,</div> <div>характеризуют</div> <div>возможные ошибки</div> <div>и причины их</div> <div>появления на основе</div> <div>предшествующего</div> <div>опыта;;</div> <div>определяют задачи</div> <div>закрепления и</div> <div>совершенствования</div> <div>техники кувырка</div> <div>назад в группировке</div> <div>для самостоятельных</div> <div>занятий;;</div> <div>разучивают кувырок</div> <div>назад в группировке</div> <div>по фазам и в полной</div> <div>координации;;</div> <div>контролируют</div> <div>технику выполнения</div> <div>упражнения другими</div> <div>учащимися с</div>		
--	--	--	--	--	--	---	--	--

						<p>ошибки и предлагают способы их устранения (обучение в парах).; рассматривают, обсуждают и анализируют иллюстративный образец техники выполнения кувырка вперёд, ноги «скрёстно»;; описывают технику выполнения кувырка вперёд с выделением фаз движения, характеризуют возможные ошибки и причины их появления (на основе предшествующего опыта).; определяют задачи для самостоятельного обучения и закрепления техники кувырка вперёд ноги «скрёстно»;; выполняют кувырок</p>		
--	--	--	--	--	--	--	--	--

						и в полной координации;;		
3.13.	Модуль «Гимнастика». Опорный прыжок на гимнастического козла	Укажите часы	Укажите часы	Укажите часы	Укажите период	<p>знакомятся с понятием «спортивно-оздоровительная деятельность», ролью и значением спортивно-оздоровительной деятельности в здоровом образе жизни современного человека.;</p> <p>рассматривают, обсуждают и анализируют иллюстративный образец техники выполнения кувырка вперёд в группировке;;</p> <p>описывают технику выполнения кувырка вперёд с выделением фаз движения, выясняют</p>	Выберите вид/форму контроля	Укажите образовательные ресурсы

						<div>причин их появления</div> <div>(на основе</div> <div>предшествующего</div> <div>опыта);;</div> <div>совершенствуют</div> <div>технику кувырка</div> <div>вперёд за счёт</div> <div>повторения техники</div> <div>подводящих</div> <div>упражнений</div> <div>(перекаты и прыжки</div> <div>на месте, толчком</div> <div>двумя ногами в</div> <div>группировке);;</div> <div>определяют задачи</div> <div>закрепления и</div> <div>совершенствования</div> <div>техники кувырка</div> <div>вперёд в</div> <div>группировке для</div> <div>самостоятельных</div> <div>занятий);;</div> <div>совершенствуют</div> <div>кувырок вперёд в</div> <div>группировке в</div> <div>полной</div> <div>координации);;</div> <div>контролируют</div> <div>технику выполнения</div>		
--	--	--	--	--	--	--	--	--

						образцом и определяют ошибки, предлагают способы их устранения (обучение в парах).; рассматривают, обсуждают и анализируют иллюстративный образец техники выполнения кувырка назад в группировке;; описывают технику выполнения кувырка назад в группировке с выделением фаз движения, характеризуют возможные ошибки и причины их появления на основе предшествующего		
3.14.	Модуль «Гимнастика». Гимнастическая комбинация на низком гимнастическом бревне	Укажите часы	Укажите часы	Укажите часы	Укажите период	знакомятся с понятием «спортивно- оздоровительная деятельность»,	Выберите вид/форму контроля	Укажите образовательные ресурсы

						<div>ролью и значением</div> <div>спортивно-</div> <div>оздоровительной</div> <div>деятельности в</div> <div>здоровом образе</div> <div>жизни современного</div> <div>человека.;</div> <div>рассматривают,</div> <div>обсуждают и</div> <div>анализируют</div> <div>иллюстративный</div> <div>образец техники</div> <div>выполнения кувырка</div> <div>вперёд в</div> <div>группировке;;</div> <div>описывают технику</div> <div>выполнения кувырка</div> <div>вперёд с выделением</div> <div>фаз движения.</div> <div>выясняют</div> <div>возможность</div> <div>появление ошибок и</div> <div>причин их появления</div> <div>(на основе</div> <div>предшествующего</div> <div>опыта);;</div> <div>совершенствуют</div> <div>технику кувырка</div> <div>вперёд за счёт</div>		
--	--	--	--	--	--	---	--	--

						<p>(перекаты и прыжки на месте, толчком двумя ногами в группировке);;</p> <p>определяют задачи закрепления и совершенствования техники кувырка вперёд в группировке для самостоятельных занятий;;</p> <p>совершенствуют кувырок вперёд в группировке в полной координации;; контролируют технику выполнения упражнения другими учащимися, сравнивают её с образцом и определяют ошибки, предлагают способы их устранения (обучение в парах).;</p> <p>рассматривают, обсуждают и</p>		
--	--	--	--	--	--	---	--	--

						выполнения кувырка назад в группировке;;		
3.15.	Модуль «Гимнастика». Лазанье и перелезание на гимнастической стенке	Укажите часы	Укажите часы	Укажите часы	Укажите период	<p>знакомятся с понятием «спортивно- оздоровительная деятельность», ролью и значением спортивно- оздоровительной деятельности в здоровом образе жизни современного человека.;</p> <p>рассматривают, обсуждают и анализируют иллюстративный образец техники выполнения кувырка вперёд в группировке;; описывают технику выполнения кувырка вперёд с выделением фаз движения.</p>	Выберите вид/форму контроля	Укажите образовательные ресурсы

						<p>появление ошибок и причин их появления</p> <p>(на основе предшествующего опыта);;</p> <p>совершенствуют технику кувырка</p> <p>вперёд за счёт повторения техники</p> <p>подводящих упражнений</p> <p>(перекаты и прыжки на месте, толчком двумя ногами в группировке);;</p> <p>определяют задачи закрепления и совершенствования техники кувырка</p> <p>вперёд в группировке для самостоятельных занятий;;</p> <p>совершенствуют кувырок вперёд в группировке в полной координации;;</p> <p>контролируют</p>		
--	--	--	--	--	--	---	--	--

						сравнивают её с образцом и определяют ошибки, предлагают способы их устранения (обучение в парах).;		
3.16.	Модуль «Гимнастика». Расхождение на гимнастической скамейке в парах	Укажите часы	Укажите часы	Укажите часы	Укажите период	знакомятся с понятием «спортивно-оздоровительная деятельность», ролью и значением спортивно-оздоровительной деятельности в здоровом образе жизни современного человека.; рассматривают, обсуждают и анализируют иллюстративный образец техники выполнения кувырка вперёд в группировке;; описывают технику выполнения кувырка	Выберите вид/форму контроля	Укажите образовательные ресурсы

						<p> выясняют возможность появления ошибок и причин их появления (на основе предшествующего опыта);; совершенствуют технику кувырка вперед за счёт повторения техники подводящих упражнений (перекаты и прыжки на месте, толчком двумя ногами в группировке);; определяют задачи закрепления и совершенствования техники кувырка вперед в группировке для самостоятельных занятий;; совершенствуют кувырок вперед в группировке в полной </p>		
--	--	--	--	--	--	--	--	--

						<div>упражнения другими</div> <div>учащимися,</div> <div>сравнивают её с</div> <div>образцом и</div> <div>определяют ошибки,</div> <div>предлагают способы</div> <div>их устранения</div> <div>(обучение в парах).;</div> <div>рассматривают,</div> <div>обсуждают и</div> <div>анализируют</div> <div>иллюстративный</div> <div>образец техники</div> <div>выполнения кувyrка</div> <div>назад в</div> <div>группировке;;</div> <div>описывают технику</div> <div>выполнения кувyrка</div> <div>назад в группировке</div> <div>с выделением фаз</div> <div>движения,</div> <div>характеризуют</div> <div>возможные ошибки</div> <div>и причины их</div> <div>появления на основе</div> <div>предшествующего</div> <div>опыта;;</div> <div>определяют задачи</div> <div>закрепления и</div> <div></div>		
--	--	--	--	--	--	---	--	--

						для самостоятельных занятий;; разучивают кувырок назад в группировке по фазам и в полной координации;; контролируют технику выполнения упражнения другими учащимися с помощью сравнения её с образцом, выявляют;		
3.17.	Модуль «Лёгкая атлетика». Бег с равномерной скоростью на длинные дистанции	Укажите часы	Укажите часы	Укажите часы	Укажите период	; закрепляют и совершенствуют технику высокого старта;; знакомятся с образцом учителя, анализируют и уточняют детали и элементы техники;; описывают технику равномерного бега и разучивают его на учебной дистанции (за лидером, с коррекцией скорости	Выберите вид/форму контроля	Укажите образовательные ресурсы

						учителем);; разучивают поворот во время равномерного бега по учебной дистанции;; разучивают бег с равномерной скоростью по дистанции в 1 км.; знакомятся с рекомендациями по технике безопасности во время выполнения беговых упражнений на самостоятельных занятиях лёгкой атлетикой; закрепляют и совершенствуют технику бега на короткие дистанции		
3.18.	Модуль «Лёгкая атлетика». Знакомство с рекомендациями по технике безопасности во время выполнения беговых упражнений на	Укажите часы	Укажите часы	Укажите часы	Укажите период	закрепляют и совершенствуют технику высокого старта:: знакомятся с	Выберите вид/форму контроля	Укажите образовательные ресурсы

	самостоятельных занятиях лёгкой атлетикой					образцом учителя, анализируют и уточняют детали и элементы техники;; описывают технику равномерного бега и разучивают его на учебной дистанции (за лидером, с коррекцией скорости передвижения учителем);; разучивают поворот во время равномерного бега по учебной дистанции;; разучивают бег с равномерной скоростью по дистанции в 1 км.; знакомятся с рекомендациями по технике безопасности во время выполнения беговых упражнений на самостоятельных занятиях лёгкой атлетикой		
--	---	--	--	--	--	---	--	--

						технику бега на короткие дистанции с высокого старта;;		
3.19.	Модуль «Лёгкая атлетика». Бег с максимальной скоростью на короткие дистанции	Укажите часы	Укажите часы	Укажите часы	Укажите период	закрепляют и совершенствуют технику высокого старта;; знакомятся с образцом учителя, анализируют и уточняют детали и элементы техники;; описывают технику равномерного бега и разучивают его на учебной дистанции (за лидером, с коррекцией скорости передвижения учителем);; разучивают поворот во время равномерного бега по учебной дистанции;; разучивают бег с равномерной скоростью по	Выберите вид/форму контроля	Укажите образовательные ресурсы

						рекомендациями по технике безопасности во время выполнения беговых упражнений на самостоятельных занятиях лёгкой атлетикой; закрепляют и совершенствуют технику бега на короткие дистанции с высокого старта;; разучивают стартовое и финишное ускорение;;		
3.20.	Модуль «Лёгкая атлетика». Прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги»	Укажите часы	Укажите часы	Укажите часы	Укажите период	разучивают поворот во время равномерного бега по учебной дистанции;; разучивают бег с равномерной скоростью по дистанции в 1 км.;	Выберите вид/форму контроля	Укажите образовательные ресурсы

3.21.	Модуль «Лёгкая атлетика». Знакомство с рекомендациями учителя по технике безопасности на занятиях прыжками и со способами их использования для развития скоростно-силовых способностей	Укажите часы	Укажите часы	Укажите часы	Укажите период	разучивают поворот во время равномерного бега по учебной дистанции;; разучивают бег с равномерной скоростью по дистанции в 1 км.; знакомятся с рекомендациями по технике безопасности во время выполнения беговых упражнений на самостоятельных занятиях лёгкой атлетикой; закрепляют и совершенствуют технику бега на короткие дистанции с высокого старта;; разучивают стартовое и финишное	Выберите вид/форму контроля	Укажите образовательные ресурсы
3.22.	Модуль «Лёгкая атлетика». Метание малого мяча в неподвижную мишень	Укажите часы	Укажите часы	Укажите часы	Укажите период	описывают технику равномерного бега и разучивают его на	Выберите вид/форму контроля	Укажите образовательные ресурсы

						<p>учебной дистанции (за лидером, с коррекцией скорости передвижения учителем);;</p> <p>разучивают поворот во время равномерного бега по учебной дистанции;;</p> <p>разучивают бег с равномерной скоростью по дистанции в 1 км.;</p> <p>знакомятся с рекомендациями по технике безопасности во время выполнения беговых упражнений на самостоятельных занятиях лёгкой атлетикой;</p> <p>закрепляют и совершенствуют технику бега на короткие дистанции с высокого старта;;</p> <p>разучивают</p>		
--	--	--	--	--	--	--	--	--

						ускорение;;		
3.23.	Модуль «Лёгкая атлетика». Знакомство с рекомендациями по технике безопасности при выполнении упражнений в метании малого мяча и со способами их использования для развития точности движения	Укажите часы	Укажите часы	Укажите часы	Укажите период	<p>закрепляют и совершенствуют технику высокого старта;;</p> <p>знакомятся с образцом учителя, анализируют и уточняют детали и элементы техники;;</p> <p>описывают технику равномерного бега и разучивают его на учебной дистанции (за лидером, с коррекцией скорости передвижения учителем);;</p> <p>разучивают поворот во время равномерного бега по учебной дистанции;;</p> <p>разучивают бег с равномерной скоростью по</p>	Выберите вид/форму контроля	Укажите образовательные ресурсы

3.24.	Модуль «Лёгкая атлетика». Метание малого мяча на дальность	Укажите часы	Укажите часы	Укажите часы	Укажите период	Укажите вид деятельности	Выберите вид/форму контроля	Укажите образовательные ресурсы
3.25.	Модуль «Зимние виды спорта». Передвижение на лыжах попеременным двухшажным ходом	Укажите часы	Укажите часы	Укажите часы	Укажите период	<p>закрепляют и совершенствуют технику передвижения на лыжах попеременным двухшажным ходом;; рассматривают, обсуждают и анализируют иллюстративный образец техники передвижения на лыжах попеременным двухшажным ходом, выделяют основные фазы движения, определяют возможные ошибки в технике передвижения;; определяют последовательность задач для</p>	Выберите вид/форму контроля	Укажите образовательные ресурсы

						закреплению и совершенствованию техники передвижения на лыжах двухшажным попеременным ходом;; повторяют подводящие и имитационные упражнения, передвижение по фазам движения и в полной кооплинии:;		
3.26.	Модуль «Зимние виды спорта». Знакомство с рекомендациями учителя по технике безопасности на занятиях лыжной подготовкой; способами использования упражнений в передвижении на лыжах для развития выносливости	Укажите часы	Укажите часы	Укажите часы	Укажите период	закрепляют и совершенствуют технику передвижения на лыжах попеременным двухшажным ходом;; рассматривают, обсуждают и анализируют иллюстративный образец техники передвижения на	Выберите вид/форму контроля	Укажите образовательные ресурсы

						<p>попеременным двухшажным ходом, выделяют основные фазы движения, определяют возможные ошибки в технике передвижения;; определяют последовательность задач для самостоятельных занятий по закреплению и совершенствованию техники передвижения на лыжах двухшажным попеременным ходом;; повторяют подводящие и имитационные упражнения, передвижение по фазам движения и в полной координации;; контролируют</p>		
--	--	--	--	--	--	---	--	--

						<p>попеременным двухшажным ходом другими учащимися, выявляют возможные ошибки и предлагают способы их устранения (работа в парах).;</p> <p>знакомятся с рекомендациями учителя по технике безопасности на занятиях лыжной подготовкой; способами использования упражнений в передвижении на лыжах для развития выносливости».</p> <p>закрепляют и совершенствуют технику поворота на лыжах способом переступания на месте и при передвижении по учебной дистанции; контролируют</p>		
--	--	--	--	--	--	---	--	--

						<p> движении другими учащимися, выявляют возможные ошибки и предлагают способы их устранения (работа в парах); применяют повороты способом переступания при прохождении учебных дистанций на лыжах попеременным двухшажным ходом с равномерной скоростью.; </p>		
3.27.	<p> Модуль «Зимние виды спорта». Повороты на лыжах способом переступания </p>	<p> Укажите часы </p>	<p> Укажите часы </p>	<p> Укажите часы </p>	<p> Укажите период </p>	<p> : закрепляют и совершенствуют технику передвижения на лыжах попеременным двухшажным ходом;; рассматривают, обсуждают и анализируют </p>	<p> Выберите вид/форму контроля </p>	<p> Укажите образовательные ресурсы </p>

						<p>образец техники передвижения на лыжах попеременным двухшажным ходом, выделяют основные фазы движения, определяют возможные ошибки в технике передвижения;; определяют последовательность задач для самостоятельных занятий по закреплению и совершенствованию техники передвижения на лыжах двухшажным попеременным ходом;; повторяют подводящие и имитационные упражнения, передвижение по фазам движения и в</p>		
--	--	--	--	--	--	---	--	--

						<p> технику выполнения передвижения на лыжах попеременным двухшажным ходом другими учащимися, выявляют возможные ошибки и предлагают способы их устранения (работа в парах).; </p> <p> знакомятся с рекомендациями учителя по технике безопасности на занятиях лыжной подготовкой; способами использования упражнений в передвижении на лыжах для развития выносливости».; </p> <p> закрепляют и совершенствуют технику поворота на лыжах способом переступания на месте и при </p>		
--	--	--	--	--	--	--	--	--

						<p>контролируют технику выполнения поворотов в движении другими учащимися, выявляют возможные ошибки и предлагают способы их устранения (работа в парах);;</p> <p>применяют повороты способом переступания при прохождении учебных дистанций на лыжах попеременным двухшажным ходом с равномерной скоростью.;</p>		
3.28.	Модуль «Зимние виды спорта». Подъём в горку на лыжах способом «лесенка»	Укажите часы	Укажите часы	Укажите часы	Укажите период	<p>закрепляют и совершенствуют технику передвижения на лыжах попеременным двухшажным ходом.;</p>	Выберите вид/форму контроля	Укажите образовательные ресурсы

						<p>рассматривают, обсуждают и анализируют иллюстративный образец техники передвижения на лыжах попеременным двухшажным ходом, выделяют основные фазы движения, определяют возможные ошибки в технике передвижения;; определяют последовательность задач для самостоятельных занятий по закреплению и совершенствованию техники передвижения на лыжах двухшажным попеременным ходом;; повторяют подводящие и</p>		
--	--	--	--	--	--	---	--	--

						<p> фазам движения и в полной координации;; контролируют технику выполнения передвижения на лыжах попеременным двухшажным ходом другими учащимися, выявляют возможные ошибки и предлагают способы их устранения (работа в парах).; знакомятся с рекомендациями учителя по технике безопасности на занятиях лыжной подготовкой; способами использования упражнений в передвижении на лыжах для развития выносливости».; закрепляют и совершенствуют </p>		
--	--	--	--	--	--	--	--	--

						<p>переступания на месте и при передвижении по учебной дистанции;; контролируют технику выполнения поворотов в движении другими учащимися, выявляют возможные ошибки и предлагают способы их устранения (работа в парах);; применяют повороты способом переступания при прохождении учебных дистанций на лыжах попеременным двухшажным ходом с равномерной скоростью.; изучают и анализируют технику подъёма на лыжах в горку</p>		
--	--	--	--	--	--	---	--	--

						образцу, проводят сравнение с образцом техники учителя;; разучивают технику переступания шагом на лыжах правым и левым боком по ровной поверхности и по небольшому пологую склону;;		
3.29.	Модуль «Зимние виды спорта». Спуск на лыжах с пологого склона	Укажите часы	Укажите часы	Укажите часы	Укажите период	закрепляют и совершенствуют технику передвижения на лыжах попеременным двухшажным ходом;; рассматривают, обсуждают и анализируют иллюстративный образец техники передвижения на лыжах попеременным двухшажным ходом, выделяют основные	Выберите вид/форму контроля	Укажите образовательные ресурсы

						<div>определяют</div> <div>возможные ошибки в</div> <div>технике</div> <div>передвижения;;</div> <div>определяют</div> <div>последовательность</div> <div>задач для</div> <div>самостоятельных</div> <div>занятий по</div> <div>закреплению и</div> <div>совершенствованию</div> <div>техники</div> <div>передвижения на</div> <div>лыжах двухшажным</div> <div>попеременным</div> <div>ходом;;</div> <div>повторяют</div> <div>подводящие и</div> <div>имитационные</div> <div>упражнения,</div> <div>передвижение по</div> <div>фазам движения и в</div> <div>полной</div> <div>координации;;</div> <div>контролируют</div> <div>технику выполнения</div> <div>передвижения на</div> <div>лыжах</div> <div>попеременным</div>	
--	--	--	--	--	--	---	--

						<p>возможные ошибки и предлагают способы их устранения (работа в парах).;</p> <p>знакомятся с рекомендациями учителя по технике безопасности на занятиях лыжной подготовкой; способами использования упражнений в передвижении на лыжах для развития выносливости».</p> <p>закрепляют и совершенствуют технику поворота на лыжах способом переступания на месте и при передвижении по учебной дистанции;</p> <p>контролируют технику выполнения поворотов в движении другими</p>		
--	--	--	--	--	--	--	--	--

						возможные ошибки и предлагают способы их устранения (работа в парах);; применяют повороты способом переступания при прохождении учебных дистанций на лыжах попеременным двухшажным ходом с равномерной скоростью.;		
3.30.	Модуль «Зимние виды спорта». Преодоление небольших препятствий при спуске с пологого склона	Укажите часы	Укажите часы	Укажите часы	Укажите период	;; закрепляют и совершенствуют технику передвижения на лыжах попеременным двухшажным ходом;; рассматривают, обсуждают и анализируют иллюстративный образец техники передвижения на	Выберите вид/форму контроля	Укажите образовательные ресурсы

						<p>попеременным двухшажным ходом, выделяют основные фазы движения, определяют возможные ошибки в технике передвижения;; определяют последовательность задач для самостоятельных занятий по закреплению и совершенствованию техники передвижения на лыжах двухшажным попеременным ходом;; повторяют подводящие и имитационные упражнения, передвижение по фазам движения и в полной координации;; контролируют</p>		
--	--	--	--	--	--	---	--	--

						<p>попеременным двухшажным ходом другими учащимися, выявляют возможные ошибки и предлагают способы их устранения (работа в парах).;</p> <p>знакомятся с рекомендациями учителя по технике безопасности на занятиях лыжной подготовкой; способами использования упражнений в передвижении на лыжах для развития выносливости.</p>		
3.31.	Модуль «Спортивные игры. Баскетбол». Передача баскетбольного мяча двумя руками от груди	Укажите часы	Укажите часы	Укажите часы	Укажите период	<p>рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники учителя в передаче мяча двумя руками от груди, стоя на месте,</p>	Выберите вид/форму контроля	Укажите образовательные ресурсы

						<p>элементы техники;;</p> <p>закрепляют и</p> <p>совершенствуют</p> <p>технику передачи</p> <p>мяча двумя руками</p> <p>от груди на месте</p> <p>(обучение в парах);;</p> <p>рассматривают,</p> <p>обсуждают и</p> <p>анализируют образец</p> <p>техники учителя в</p> <p>передаче мяча двумя</p> <p>руками от груди при</p> <p>передвижении</p> <p>приставным шагом</p> <p>правым и левым</p> <p>боком, анализируют</p> <p>фазы и элементы</p> <p>техники;;</p> <p>закрепляют и</p> <p>совершенствуют</p> <p>технику передачи</p> <p>мяча двумя руками</p> <p>от груди при</p> <p>передвижении</p> <p>приставным шагом</p> <p>правым и левым</p> <p>боком (обучение в</p> <p>парах);</p>		
--	--	--	--	--	--	---	--	--

						использованию подготовительных и подводящих упражнений для освоения технических действий игры баскетбол; рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники ведения баскетбольного мяча на месте и в движении, выделяют отличительные элементы их техники; ; закрепляют и совершенствуют технику ведения мяча на месте и в движении «по		
3.32.	Модуль «Спортивные игры. Баскетбол». Знакомство с рекомендациями учителя по использованию подготовительных и подводящих упражнений для	Укажите часы	Укажите часы	Укажите часы	Укажите период	рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники учителя в передаче мяча двумя	Выберите вид/форму контроля	Укажите образовательные ресурсы

	<p>освоения технических действий игры баскетбол</p>					<p>руками от груди, стоя на месте, анализируют фазы и элементы техники;; закрепляют и совершенствуют технику передачи мяча двумя руками от груди на месте (обучение в парах);; рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники учителя в передаче мяча двумя руками от груди при передвижении приставным шагом правым и левым боком, анализируют фазы и элементы техники;; закрепляют и совершенствуют технику передачи мяча двумя руками от груди при передвижении приставным шагом</p>		
--	--	--	--	--	--	---	--	--

						знакомятся с рекомендациями учителя по использованию подготовительных и подводящих упражнений для освоения технических действий игры баскетбол; рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники ведения баскетбольного мяча на месте и в движении, выделяют отличительные элементы их техники; ; закрепляют и совершенствуют технику ведения мяча на месте и в движении «по		
3.33.	Модуль «Спортивные игры. Баскетбол». Ведение баскетбольного мяча	Укажите часы	Укажите часы	Укажите часы	Укажите период	:; рассматривают, обсуждают и	Выберите вид/форму контроля	Укажите образовательные ресурсы

						<div>анализируют образец</div> <div>техники учителя в</div> <div>передаче мяча двумя</div> <div>руками от груди,</div> <div>стоя на месте,</div> <div>анализируют фазы и</div> <div>элементы техники;;</div> <div>закрепляют и</div> <div>совершенствуют</div> <div>технику передачи</div> <div>мяча двумя руками</div> <div>от груди на месте</div> <div>(обучение в парах);;</div> <div>рассматривают,</div> <div>обсуждают и</div> <div>анализируют образец</div> <div>техники учителя в</div> <div>передаче мяча двумя</div> <div>руками от груди при</div> <div>передвижении</div> <div>приставным шагом</div> <div>правым и левым</div> <div>боком, анализируют</div> <div>фазы и элементы</div> <div>техники;;</div> <div>закрепляют и</div> <div>совершенствуют</div> <div>технику передачи</div> <div>мяча двумя руками</div> <div></div>		
--	--	--	--	--	--	--	--	--

						правым и левым боком (обучение в парах); знакомятся с рекомендациями учителя по использованию подготовительных и подводящих упражнений для освоения технических действий игры баскетбол; рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники ведения баскетбольного мяча на месте и в движении, выделяют отличительные элементы их		
3.34.	Модуль «Спортивные игры. Баскетбол». Бросок баскетбольного мяча в корзину двумя руками от груди с места	Укажите часы	Укажите часы	Укажите часы	Укажите период	рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники учителя в передаче мяча двумя	Выберите вид/форму контроля	Укажите образовательные ресурсы

						<p>руками от груди, стоя на месте, анализируют фазы и элементы техники;; закрепляют и совершенствуют технику передачи мяча двумя руками от груди на месте (обучение в парах);; рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники учителя в передаче мяча двумя руками от груди при передвижении приставным шагом правым и левым боком, анализируют фазы и элементы техники;; закрепляют и совершенствуют технику передачи мяча двумя руками от груди при передвижении приставным шагом</p>		
--	--	--	--	--	--	---	--	--

						<p>знакомятся с рекомендациями учителя по использованию подготовительных и подводящих упражнений для освоения технических действий игры баскетбол; рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники ведения баскетбольного мяча на месте и в движении, выделяют отличительные элементы их техники; закрепляют и совершенствуют технику ведения мяча на месте и в движении «по</p>		
3.35.	Модуль «Спортивные игры. Волейбол». Прямая нижняя подача мяча в волейболе	Укажите часы	Укажите часы	Укажите часы	Укажите период	<p>закрепляют и совершенствуют</p>	Выберите вид/форму контроля	Укажите образовательные ресурсы

						технику подачи мяча;; рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники прямой нижней подачи, определяют фазы движения и особенности их выполнения;; разучивают и закрепляют технику прямой нижней подачи мяча;; контролируют технику выполнения подачи другими учащимися, выявляют возможные ошибки и предлагают способы их устранения (обучение в парах);; знакомятся с рекомендациями учителя по использованию подготовительных и		
--	--	--	--	--	--	--	--	--

						<p> освоения технических действий игры волейбол; рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники приёма и передачи волейбольного мяча двумя руками снизу с места и в движении, определяют фазы движения и особенности их технического выполнения, проводят сравнения в технике приёма и передачи мяча стоя на месте и в движении, определяют отличительные особенности в технике выполнения, делают выводы;; закрепляют и совершенствуют </p>		
--	--	--	--	--	--	---	--	--

						<p>волейбольного мяча двумя руками снизу с места (обучение в парах);; закрепляют и совершенствуют технику приёма и передачи волейбольного мяча двумя руками снизу в движении приставным шагом правым и левым боком (обучение в парах).; рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники учителя, определяют фазы движения и особенности их технического выполнения, проводят сравнения в технике приёма и передачи, в положении стоя на месте и в движении</p>	
--	--	--	--	--	--	---	--

						выполнения;;		
3.36.	Модуль «Спортивные игры. Волейбол». Знакомство с рекомендациями учителя по использованию подготовительных и подводящих упражнений для освоения технических действий игры волейбол	Укажите часы	Укажите часы	Укажите часы	Укажите период	закрепляют и совершенствуют технику подачи мяча;; рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники прямой нижней подачи, определяют фазы движения и особенности их выполнения;; разучивают и закрепляют технику прямой нижней подачи мяча;; контролируют технику выполнения подачи другими учащимися, выявляют возможные ошибки и предлагают способы их устранения	Выберите вид/форму контроля	Укажите образовательные ресурсы

						<p> рекомендациями учителя по использованию подготовительных и подводящих упражнений для освоения технических действий игры волейбол; рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники приёма и передачи волейбольного мяча двумя руками снизу с места и в движении, определяют фазы движения и особенности их технического выполнения, проводят сравнения в технике приёма и передачи мяча стоя на месте и в движении, </p>	
--	--	--	--	--	--	--	--

						<p>особенности в технике выполнения, делают выводы;; закрепляют и совершенствуют технику приёма и передачи волейбольного мяча двумя руками снизу с места (обучение в парах);; закрепляют и совершенствуют технику приёма и передачи волейбольного мяча двумя руками снизу в движении приставным шагом правым и левым боком (обучение в парах).; рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники учителя, определяют фазы движения и особенности их технического</p>		
--	--	--	--	--	--	--	--	--

						<div>в технике приёма и передачи, в положении стоя на месте и в движении, определяют различия в технике выполнения;;</div>		
3.37.	<p>Модуль «Спортивные игры. Волейбол». Приём и передача волейбольного мяча двумя руками снизу</p>	<div>Укажите часы</div>	<div>Укажите часы</div>	<div>Укажите часы</div>	<div>Укажите период</div>	<div>закрепляют и совершенствуют технику подачи мяча;; рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники прямой нижней подачи, определяют фазы движения и особенности их выполнения;; разучивают и закрепляют технику прямой нижней подачи мяча;; контролируют технику выполнения подачи другими учащимися.</div>	<div>Выберите вид/форму контроля</div>	<div>Укажите образовательные ресурсы</div>

						и предлагают способы их устранения (обучение в парах);; знакомятся с рекомендациями учителя по использованию подготовительных и подводящих упражнений для освоения технических действий игры волейбол; рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники приёма и передачи волейбольного мяча двумя руками снизу с места и в движении; определяют фазы движения и особенности их технического выполнения;		
--	--	--	--	--	--	--	--	--

						передачи мяча стоя на месте и в движении, определяют отличительные особенности в технике выполнения, делают выводы;; закрепляют и совершенствуют технику приёма и передачи волейбольного мяча двумя руками снизу с места (обучение в парах);; закрепляют и совершенствуют технику приёма и передачи волейбольного мяча двумя руками снизу в движении приставным шагом правым и левым боком (обучение в		
3.38.	Модуль «Спортивные игры. Волейбол». Приём и передача	Укажите часы	Укажите часы	Укажите часы	Укажите период	: закрепляют и совершенствуют	Выберите вид/форму контроля	Укажите образовательные ресурсы

	волейбольного мяча двумя руками сверху					технику подачи мяча;; рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники прямой нижней подачи, определяют фазы движения и особенности их выполнения;; разучивают и закрепляют технику прямой нижней подачи мяча;; контролируют технику выполнения подачи другими учащимися, выявляют возможные ошибки и предлагают способы их устранения (обучение в парах);; знакомятся с рекомендациями учителя по использованию		
--	--	--	--	--	--	--	--	--

						<p> освоения технических действий игры волейбол; рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники приёма и передачи волейбольного мяча двумя руками снизу с места и в движении, определяют фазы движения и особенности их технического выполнения, проводят сравнения в технике приёма и передачи мяча стоя на месте и в движении, определяют отличительные особенности в технике выполнения, делают выводы;; закрепляют и </p>		
--	--	--	--	--	--	---	--	--

						передачи волейбольного мяча двумя руками снизу с места (обучение в парах);; закрепляют и совершенствуют технику приёма и передачи волейбольного мяча двумя руками снизу в движении приставным шагом правым и левым боком (обучение в парах).;		
3.39.	Модуль «Спортивные игры. Футбол». Удар по неподвижному мячу	Укажите часы	Укажите часы	Укажите часы	Укажите период	; рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники удара по мячу учителя, определяют фазы движения и особенности их технического выполнения;; закрепляют и совершенствуют	Выберите вид/форму контроля	Укажите образовательные ресурсы

						<div>неподвижному мячу</div> <div>внутренней стороной</div> <div>стопы с небольшого</div> <div>разбега.;</div> <div>знакомятся с</div> <div>рекомендациями</div> <div>учителя по</div> <div>использованию</div> <div>подготовительных и</div> <div>подводящих</div> <div>упражнений для</div> <div>освоения</div> <div>технических</div> <div>действий игры</div> <div>футбол;</div> <div>рассматривают,</div> <div>обсуждают и</div> <div>анализируют образец</div> <div>техники учителя,</div> <div>определяют фазы</div> <div>движения и</div> <div>особенности их</div> <div>технического</div> <div>выполнения;;</div> <div>закрепляют и</div> <div>совершенствуют</div> <div>технику остановки</div> <div>катящегося мяча</div>	
--	--	--	--	--	--	---	--

3.40.	Модуль «Спортивные игры. Футбол». Знакомство с рекомендациями учителя по использованию подготовительных и подводящих упражнений для освоения технических действий игры футбол	Укажите часы	Укажите часы	Укажите часы	Укажите период	рассматривают, обсуждают и анализируют иллюстративный образец техники ведения футбольного мяча «по прямой», «по кругу», «змейкой», выделяют отличительные элементы в технике такого ведения, делают выводы;; закрепляют и совершенствуют технику ведения футбольного мяча с изменением направления движения.; рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники учителя, определяют отличительные признаки в технике ведения мяча	Выберите вид/форму контроля	Укажите образовательные ресурсы
-------	---	--------------	--------------	--------------	----------------	--	-----------------------------	---------------------------------

						<div>выводы;;</div> <div>описывают технику</div> <div>выполнения обводки</div> <div>конусов, определяют</div> <div>возможные ошибки</div> <div>и причины их</div> <div>появления,</div> <div>рассматривают</div> <div>способы</div> <div>устранения;;</div> <div>определяют</div> <div>последовательность</div> <div>задач для</div> <div>самостоятельных</div> <div>занятий по</div> <div>разучиванию</div> <div>техники обводки</div> <div>учебных конусов;;</div> <div>разучивают технику</div> <div>обводки учебных</div>		
3.41.	Модуль «Спортивные игры. Футбол». Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы	Укажите часы	Укажите часы	Укажите часы	Укажите период	<div>:</div> <div>рассматривают,</div> <div>обсуждают и</div> <div>анализируют образец</div> <div>техники удара по</div> <div>мячу учителя,</div> <div>определяют фазы</div> <div>движения и</div> <div>особенности их</div>	Выберите вид/форму контроля	Укажите образовательные ресурсы

						<p> технического выполнения;; закрепляют и совершенствуют технику удара по неподвижному мячу внутренней стороной стопы с небольшого разбега.; знакомятся с рекомендациями учителя по использованию подготовительных и подводящих упражнений для освоения технических действий игры футбол; рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники учителя определяют фазы движения и особенности их технического выполнения;; </p>		
--	--	--	--	--	--	--	--	--

						<p>клящегося мяча внутренней стороной стопы. ; рассматривают, обсуждают и анализируют иллюстративный образец техники ведения футбольного мяча «по прямой», «по кругу», «змейкой», выделяют отличительные элементы в технике такого ведения, делают выводы;; закрепляют и совершенствуют технику ведения футбольного мяча с изменением направления</p>		
3.42.	Модуль «Спортивные игры. Футбол». Ведение футбольного мяча	Укажите часы	Укажите часы	Укажите часы	Укажите период	<p>рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники удара по мячу учителя, определяют фазы</p>	Выберите вид/форму контроля	Укажите образовательные ресурсы

						<p> движения и особенности их технического выполнения;; закрепляют и совершенствуют технику удара по неподвижному мячу внутренней стороной стопы с небольшого разбега.; знакомятся с рекомендациями учителя по использованию подготовительных и подводящих упражнений для освоения технических действий игры футбол; рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники учителя, определяют фазы движения и особенности их </p>		
--	--	--	--	--	--	---	--	--

						<div>совершенствуют</div> <div>технику остановки</div> <div>катящегося мяча</div> <div>внутренней стороной</div> <div>стопы. ;</div> <div>рассматривают,</div> <div>обсуждают и</div> <div>анализируют</div> <div>иллюстративный</div> <div>образец техники</div> <div>ведения футбольного</div> <div>мяча «по прямой»,</div> <div>«по кругу»,</div> <div>«змейкой»,</div> <div>выделяют</div> <div>отличительные</div> <div>элементы в технике</div> <div>такого ведения,</div> <div>делают выводы;;</div> <div>закрепляют и</div> <div>совершенствуют</div> <div>технику ведения</div> <div>футбольного мяча с</div> <div>изменением</div> <div>направления</div> <div>движения.;</div> <div>рассматривают,</div> <div>обсуждают и</div> <div>анализируют образец</div>		
--	--	--	--	--	--	---	--	--

						<div>признаки в технике</div> <div>ведения мяча</div> <div>«змейкой» и техники</div> <div>обводки учебных</div> <div>конусов, делают</div> <div>выводы;;</div> <div>описывают технику</div> <div>выполнения обводки</div> <div>конусов, определяют</div> <div>возможные ошибки</div> <div>и причины их</div> <div>появления,</div> <div>рассматривают</div> <div>способы</div> <div>устранения;;</div> <div>определяют</div> <div>последовательность</div> <div>задач для</div> <div>самостоятельных</div> <div>занятий по</div> <div>разучиванию</div> <div>техники обводки</div> <div>учебных конусов;;</div> <div>разучивают технику</div> <div>обводки учебных</div> <div>конусов;;</div> <div>контролируют</div> <div>технику выполнения</div> <div>обводки учебных</div>		
--	--	--	--	--	--	--	--	--

						возможные ошибки и предлагают способы их устранения (работа в парах);		
3.43.	Модуль «Спортивные игры. Футбол». Обводка мячом ориентиров	Укажите часы	Укажите часы	Укажите часы	Укажите период	рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники удара по мячу учителя, определяют фазы движения и особенности их технического выполнения;; закрепляют и совершенствуют технику удара по неподвижному мячу внутренней стороной стопы с небольшого разбега.; знакомятся с рекомендациями учителя по использованию подготовительных и	Выберите вид/форму контроля	Укажите образовательные ресурсы

						<p> освоения технических действий игры футбол; рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники учителя, определяют фазы движения и особенности их технического выполнения;; закрепляют и совершенствуют технику остановки катящегося мяча внутренней стороной стопы. ; рассматривают, обсуждают и анализируют иллюстративный образец техники ведения футбольного мяча «по прямой», «по кругу», «змейкой», выделяют </p>		
--	--	--	--	--	--	--	--	--

						<p> делают выводы;; закрепляют и совершенствуют технику ведения футбольного мяча с изменением направления движения.; рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники учителя, определяют отличительные признаки в технике ведения мяча «змейкой» и техники обводки учебных конусов, делают выводы;; описывают технику выполнения обводки конусов, определяют возможные ошибки и причины их появления, рассматривают способы устранения;; </p>		
--	--	--	--	--	--	--	--	--

						самостоятельных занятий по разучиванию техники обводки учебных конусов;;		
Итого по разделу		64						
Раздел 4. СПОРТ								
4.1.	Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО	30	Укажите часы	Укажите часы	Укажите период	: осваивают содержания Примерных модульных программ по физической культуре или рабочей программы базовой физической подготовки;; демонстрируют приросты в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО.	Выберите вид/форму контроля	Укажите образовательные ресурсы
Итого по разделу		30						

ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ	102	10		
-------------------------------------	-----	----	--	--

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Виды, формы контроля
		всего	контрольные работы	практические работы		
1.		1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Выберите вид/форму контроля
2.		1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Выберите вид/форму контроля
3.		1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Выберите вид/форму контроля
4.		1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Выберите вид/форму контроля
5.		1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Выберите вид/форму контроля
6.		1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Выберите вид/форму контроля

7.		1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Выберите вид/форму контроля
8.		1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Выберите вид/форму контроля
9.		1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Выберите вид/форму контроля
10.		1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Выберите вид/форму контроля
11.		1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Выберите вид/форму контроля
12.		1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Выберите вид/форму контроля
13.		1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Выберите вид/форму контроля
14.		1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Выберите вид/форму контроля

15.		1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Выберите вид/форму контроля
16.		1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Выберите вид/форму контроля
17.		1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Выберите вид/форму контроля
18.		1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Выберите вид/форму контроля
19.		1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Выберите вид/форму контроля
20.		1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Выберите вид/форму контроля
21.		1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Выберите вид/форму контроля
22.		1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Выберите вид/форму контроля

23.		1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Выберите вид/форму контроля
24.		1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Выберите вид/форму контроля
25.		1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Выберите вид/форму контроля
26.		1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Выберите вид/форму контроля
27.		1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Выберите вид/форму контроля
28.		1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Выберите вид/форму контроля
29.		1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Выберите вид/форму контроля
30.		1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Выберите вид/форму контроля

31.		1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Выберите вид/форму контроля
32.		1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Выберите вид/форму контроля
33.		1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Выберите вид/форму контроля
34.		1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Выберите вид/форму контроля
35.		1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Выберите вид/форму контроля
36.		1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Выберите вид/форму контроля
37.		1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Выберите вид/форму контроля
38.		1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Выберите вид/форму контроля

39.		1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Выберите вид/форму контроля
40.		1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Выберите вид/форму контроля
41.		1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Выберите вид/форму контроля
42.		1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Выберите вид/форму контроля
43.		1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Выберите вид/форму контроля
44.		1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Выберите вид/форму контроля
45.		1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Выберите вид/форму контроля
46.		1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Выберите вид/форму контроля

47.		1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Выберите вид/форму контроля
48.		1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Выберите вид/форму контроля
49.		1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Выберите вид/форму контроля
50.		1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Выберите вид/форму контроля
51.		1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Выберите вид/форму контроля
52.		1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Выберите вид/форму контроля
53.		1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Выберите вид/форму контроля
54.		1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Выберите вид/форму контроля

55.		1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Выберите вид/форму контроля
56.		1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Выберите вид/форму контроля
57.		1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Выберите вид/форму контроля
58.		1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Выберите вид/форму контроля
59.		1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Выберите вид/форму контроля
60.		1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Выберите вид/форму контроля
61.		1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Выберите вид/форму контроля
62.		1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Выберите вид/форму контроля

63.		1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Выберите вид/форму контроля
64.		1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Выберите вид/форму контроля
65.		1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Выберите вид/форму контроля
66.		1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Выберите вид/форму контроля
67.		1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Выберите вид/форму контроля
68.		1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Выберите вид/форму контроля
69.		1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Выберите вид/форму контроля
70.		1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Выберите вид/форму контроля

71.		1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Выберите вид/форму контроля
72.		1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Выберите вид/форму контроля
73.		1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Выберите вид/форму контроля
74.		1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Выберите вид/форму контроля
75.		1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Выберите вид/форму контроля
76.		1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Выберите вид/форму контроля
77.		1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Выберите вид/форму контроля
78.		1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Выберите вид/форму контроля

79.		1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Выберите вид/форму контроля
80.		1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Выберите вид/форму контроля
81.		1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Выберите вид/форму контроля
82.		1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Выберите вид/форму контроля
83.		1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Выберите вид/форму контроля
84.		1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Выберите вид/форму контроля
85.		1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Выберите вид/форму контроля
86.		1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Выберите вид/форму контроля

87.		1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Выберите вид/форму контроля
88.		1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Выберите вид/форму контроля
89.		1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Выберите вид/форму контроля
90.		1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Выберите вид/форму контроля
91.		1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Выберите вид/форму контроля
92.		1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Выберите вид/форму контроля
93.		1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Выберите вид/форму контроля
94.		1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Выберите вид/форму контроля

95.		1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Выберите вид/форму контроля
96.		1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Выберите вид/форму контроля
97.		1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Выберите вид/форму контроля
98.		1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Выберите вид/форму контроля
99.		1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Выберите вид/форму контроля
100.		1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Выберите вид/форму контроля
101.		1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Выберите вид/форму контроля
102.		1	Укажите часы	Укажите часы	Укажите дату	Выберите вид/форму контроля

ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ	102	10	
-------------------------------------	-----	----	--

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

Выберите учебные материалы

Введите свой вариант:

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

Введите данные

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

Введите данные

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

УЧЕБНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ

Укажите учебное оборудование

ОБОРУДОВАНИЕ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ЛАБОРАТОРНЫХ, ПРАКТИЧЕСКИХ РАБОТ, ДЕМОНСТРАЦИЙ

Укажите оборудование для проведения презентаций, демонстраций