

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа № 5 г. Гурьевска» Кемеровской области

**РАССМОТРЕНА И  
СОГЛАСОВАНА**  
на заседании МО  
Протокол № 1  
от «31» августа 2023 г.

**ПРИНЯТА НА  
ПЕДАГОГИЧЕСКОМ  
СОВЕТЕ**  
Протокол № 1  
от «30» августа 2023 г.

**УТВЕРЖДАЮ**  
директор МБОУ «СОШ № 5  
г. Гурьевска»  
\_\_\_\_\_ Г.Н. Егорова  
«31» августа 2023 г.

**КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ**  
**по физической культуре для 11 класса**

Составитель:  
Валекжанина Т.В.  
учитель физической  
культуры

Гурьевск  
2023

## Календарно-тематическое планирование по физической культуре 11 класс

№ По порядку	Дата проведения		Тема урока	Домашнее задание	Формируемые УУД
	11А	11Б			
<b>Легкая атлетика(16)</b>					
1/1			Техника безопасности на занятиях физической культуры и легкой атлетики на улице. Олимпийский урок	Стр.10-12	<u>познавательные</u> : ставить и формулировать проблемы, ориентировать ся в способах их решения. <u>регулятивные</u> : оценивать правильность выполнения действий. <u>коммуникативные</u> : взаимодействовать со сверстниками, адекватно воспринимать оценку учителя, учащихся
2/2			Стартовый разгон. Бег на результат на 100 м.	Стр.12-14	<u>познавательные</u> : ориентироваться в разнообразии способов решения поставленной задачи. <u>регулятивные</u> : планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей. <u>коммуникативные</u> : формировать собственное мнение и позицию
3/3			Стартовый разгон. Бег на результат на 100 м.	Стр.12-14	<u>познавательные</u> : ориентироваться в разнообразии способов решения поставленной задачи. <u>регулятивные</u> : планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей. <u>коммуникативные</u> : формировать собственное мнение и позицию
4/4			Эстафетный бег. 4x100 м; 4x400 м.	Стр.18-22	<u>познавательные</u> : выделять и формулировать познавательные задачи <u>регулятивные</u> : в процессе освоения и устранять характерные ошибки <u>коммуникативные</u> : договариваться и приходить к общему решению
5/5			Эстафетный бег. 4x100 м; 4x400 м.	Стр.18-22	<u>познавательные</u> : выделять и формулировать познавательные задачи <u>регулятивные</u> : в процессе освоения и устранять характерные ошибки <u>коммуникативные</u> : договариваться и приходить к общему решению
6/6			Выполнение норматива. Всероссийский физкультурный спортивный комплекс ГТО: Бег на результат на 100 м. Прыжок в длину с места.	Стр.14-18	<u>познавательные</u> : планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей. <u>регулятивные</u> : вносить необходимые коррективы в двигательное действие. <u>коммуникативные</u> : формировать собственное мнение и позицию
7/7			Прыжок в длину с разбега 13-15 шагов разбега.	Стр.152	<u>познавательные</u> : использовать общие приемы решения поставленных задач. <u>регулятивные</u> : планировать свои действия в соответствии с поставленными задачами. <u>коммуникативные</u> : слушать учителя
8/8			Прыжок в длину с разбега 13-15 шагов разбега.	Стр.152	<u>познавательные</u> : использовать общие приемы решения поставленных задач. <u>регулятивные</u> : планировать свои действия в соответствии с поставленными задачами. <u>коммуникативные</u> : слушать учителя
9/9			Бег в равномерном и переменном темпе 20-25 мин (юноши) и 15-20	Стр.104	<u>познавательные</u> : самостоятельно выделять и формулировать учебные задачи. <u>регулятивные</u> : соблюдать правила безопасности, планировать свои действия.

			мин (девушки).		<u>коммуникативные:</u> взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения легкоатлетических упражнений
10/10			Бег в равномерном и переменном темпе 20-25 мин (юноши) и 15-20 мин (девушки).	Стр.104	<u>познавательные:</u> самостоятельно выделять и формулировать учебные задачи. <u>регулятивные:</u> соблюдать правила безопасности, планировать свои действия. <u>коммуникативные:</u> взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения легкоатлетических упражнений
11/11			Выполнение норматива. Всероссийский физкультурный спортивный комплекс ГТО: Бег на 3000 м (юноши).	Стр.108	<u>познавательные:</u> владеть способами организации и проведения разнообразных форм занятий. <u>регулятивные:</u> оценивать правильность выполнения двигательных действий. <u>коммуникативные:</u> ставить вопросы, обращаются за помощью
12/12			Контрольное тестирование Всероссийский физкультурный спортивный комплекс ГТО : Бег на 2000 м (девушки).	Стр.108	<u>познавательные:</u> ставить и формулировать учебные задачи <u>регулятивные:</u> оценивать правильность выполнения измерений <u>коммуникативные:</u> ставить вопросы, обращаются за помощью
<b>Спортивными играми по баскетболу (10)</b>					
13/13			Техника безопасности на занятиях спортивными играми (баскетбол). Олимпийские игры.	Стр.50	<u>познавательные:</u> выделять учебные задачи. <u>регулятивные:</u> соблюдать правила безопасности, планировать свои действия. <u>коммуникативные:</u> слушать учителя, анализировать двигательные действия, устранять ошибки
14/14			Варианты ловли и передачи мяча без сопротивления защитника (в различных построениях)	Стр.55-62	<u>познавательные:</u> ориентироваться в разнообразии способов решения задач. <u>регулятивные:</u> выбирать действия в соответствии с поставленными задачами. <u>коммуникативные:</u> слушать учителя, вести диалог, взаимодействовать со сверстниками
15/15			Варианты ведения мяча без сопротивления и с сопротивлением защитника.	Стр.55-62	<u>познавательные:</u> ориентироваться в разнообразии способов решения задач. <u>регулятивные:</u> планировать свои действия. <u>коммуникативные:</u> обращаться за помощью, формулировать свои затруднения
16/16			Варианты бросков мяча без сопротивления и с сопротивлением защитника.	Стр.55-62	<u>познавательные:</u> планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей. <u>регулятивные:</u> анализировать двигательные действия, устранять ошибки. <u>коммуникативные:</u> обращаться за помощью, формулировать свои затруднения
17/17			Действия против игрока. Без мяча и с мячом (вырывание, выбивание перехват, накрывание).	Стр.165	<u>познавательные:</u> ориентироваться в разнообразии способов решения задач. <u>регулятивные:</u> вносить необходимые коррективы в двигательное действие. <u>коммуникативные:</u> взаимодействовать со сверстниками в процессе выполнения освоения техники игровых приемов, действий
18/18			Правила игры в баскетбол. Игра в баскетбол.	Стр46-50	<u>познавательные:</u> ориентироваться в разнообразии способов решения задач. <u>регулятивные:</u> вносить необходимые коррективы в двигательное действие. <u>коммуникативные:</u> взаимодействовать со сверстниками в процессе

					выполнения освоения техники игровых приемов, действий
19/19			Правила игры в баскетбол. Игра в баскетбол.	Стр46-50	<u>познавательные:</u> ориентироваться в разнообразии способов решения задач. <u>регулятивные:</u> вносить необходимые коррективы в двигательное действие. <u>коммуникативные:</u> взаимодействовать со сверстниками в процессе выполнения освоения техники игровых приемов, действий
<b>Спортивными играми по волейболу (8)</b>					
20/20			Техника безопасности на занятиях спортивными играми. Стойки игрока, перемещение, остановка, ловля.	Стр160	<u>познавательные:</u> ставить новые задачи. <u>регулятивные:</u> выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. <u>коммуникативные:</u> проявлять активность, обсуждать, излагать свою точку зрения
21/21			Стойки игрока, перемещение, остановка, ловля.	Стр75	<u>познавательные:</u> использовать приемы решения поставленных задач <u>регулятивные:</u> контролировать свои действия, соблюдать технику безопасности. <u>коммуникативные:</u> взаимодействовать со сверстниками в процессе выполнения освоения техники игровых приемов, действий
22/22			Передача мяча у сетки и в прыжке через сетку.	Стр76-79	<u>познавательные:</u> ставить новые учебные. <u>регулятивные:</u> контролировать свои действия. <u>коммуникативные:</u> взаимодействовать со сверстниками в процессе выполнения освоения техники игровых приемов, действий
23/23			Комбинации из освоенных элементов техники волейбола.	Стр80-81	<u>познавательные:</u> ставить новые задачи, анализировать двигательные действия, устранять ошибки. <u>регулятивные:</u> выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации <u>коммуникативные:</u> взаимодействовать со сверстниками в процессе выполнения освоения техники игровых приемов и действий
24/24			Двусторонняя игра в волейбол.	Стр80-84	<u>познавательные:</u> ориентироваться в разнообразии способов решения задач. <u>регулятивные:</u> выбирать действия в соответствии с поставленными задачами. <u>коммуникативные:</u> взаимодействовать со сверстниками в процессе выполнения освоения техники игровых приемов и действий
<b>Гимнастика с элементами акробатики (12)</b>					
25/1			Техника безопасности на занятиях гимнастикой с элементами акробатики.	Стр.34, 91-104	<u>познавательные:</u> осознанно и произвольно строить сообщения в устной и письменной форме. <u>регулятивные:</u> выполнять учебные действия в материализованной, медленной, громко речевой форме. <u>коммуникативные:</u> проявлять активность, обсуждать, излагать.
26/2			Лазанье по канату (юноши), опорные прыжки.	Стр.34	<u>познавательные:</u> ставить новые задачи. <u>регулятивные:</u> осуществлять само страховку. <u>коммуникативные:</u> обращаться за помощью, формулировать свои затруднения
27/3			Лазанье по канату (юноши), опорные прыжки.	Стр.34	<u>познавательные:</u> ставить новые задачи. <u>регулятивные:</u> осуществлять само страховку. <u>коммуникативные:</u> обращаться за помощью, формулировать свои затруднения

28/4			Опорные прыжки. Акробатические комбинации.	Стр.35	<u>познавательные:</u> ставить новые задачи. <u>регулятивные:</u> осуществлять само страховку. <u>коммуникативные:</u> обращаться за помощью, формулировать свои затруднения
29/5			Опорные прыжки. Акробатические комбинации.	Стр.35	<u>познавательные:</u> ставить новые задачи. <u>регулятивные:</u> осуществлять само страховку. <u>коммуникативные:</u> обращаться за помощью, формулировать свои затруднения
30/6			Опорные прыжки. Акробатические комбинации.	Стр.35	<u>познавательные:</u> ставить новые задачи. <u>регулятивные:</u> осуществлять само страховку. <u>коммуникативные:</u> обращаться за помощью, формулировать свои затруднения
31/7			Гимнастические эстафеты.	Стр.34-36	<u>познавательные:</u> ставить новые задачи. <u>регулятивные:</u> соблюдать технику безопасности, осуществлять контроль своей деятельности <u>коммуникативные:</u> взаимодействовать со сверстниками в процессе
31/8			Гимнастические эстафеты.	Стр.34-36	<u>познавательные:</u> ставить новые задачи. <u>регулятивные:</u> соблюдать технику безопасности, осуществлять контроль своей деятельности <u>коммуникативные:</u> взаимодействовать со сверстниками в процессе
33/9			Гимнастические эстафеты.	Стр.34-36	<u>познавательные:</u> ставить новые задачи. <u>регулятивные:</u> организовывать учебное сотрудничество. <u>коммуникативные:</u> обращаться за помощью, формулировать свои затруднения
34/10			Акробатические упражнения. Упражнения в висах и упорах	Стр.104	<u>познавательные:</u> ставить новые задачи. <u>регулятивные:</u> контролировать свои действия. <u>коммуникативные:</u> уметь вести дискуссию, взаимодействовать со сверстниками
35/11			Акробатические упражнения. Упражнения в висах и упорах	Стр.104	<u>познавательные:</u> ставить новые задачи. <u>регулятивные:</u> контролировать свои действия. <u>коммуникативные:</u> уметь вести дискуссию, взаимодействовать со сверстниками
36/12			Акробатические упражнения. Упражнения в висах и упорах	Стр.104	<u>познавательные:</u> ставить новые задачи. <u>регулятивные:</u> контролировать свои действия. <u>коммуникативные:</u> уметь вести дискуссию, взаимодействовать со сверстниками
37/13			Акробатическая комбинация из изученных элементов	Стр.104	<u>познавательные:</u> ставить новые задачи. <u>регулятивные:</u> контролировать свои действия. <u>коммуникативные:</u> уметь вести дискуссию, взаимодействовать со сверстниками
38/14			Гимнастическая полоса препятствий.	Стр.91-93	<u>познавательные:</u> владеть умениями выполнения прикладных упражнений. <u>регулятивные:</u> планировать и регулировать свою деятельность. <u>коммуникативные:</u> обсуждать содержание и результаты совместной деятельности
39/15			Гимнастическая полоса препятствий.	Стр.91-93	<u>познавательные:</u> владеть умениями выполнения прикладных упражнений. <u>регулятивные:</u> планировать и регулировать свою деятельность. <u>коммуникативные:</u> обсуждать содержание и результаты совместной деятельности

40/16			Гимнастическая полоса препятствий.	Стр.91-93	<u>познавательные:</u> владеть умениями выполнения прикладных упражнений. <u>регулятивные:</u> планировать и регулировать свою деятельность. <u>коммуникативные:</u> обсуждать содержание и результаты совместной деятельности
41/17			Комбинации в висах и упорах. Комбинации в равновесии.	Стр.91-93	<u>познавательные:</u> ставить новые задачи. <u>регулятивные:</u> планировать свои действия в соответствии с поставленными задачами, соблюдать технику безопасности. <u>коммуникативные:</u> формировать собственное мнение.
42/18			Комбинации в висах и упорах. Комбинации в равновесии.	Стр.91-93	<u>познавательные:</u> ставить новые задачи. <u>регулятивные:</u> планировать свои действия в соответствии с поставленными задачами, соблюдать технику безопасности. <u>коммуникативные:</u> формировать мнение.
43/19			Выполнение норматива. Всероссийский физкультурный спортивный комплекс ГТО: Поднимание туловища из положения, лежа на спине за 1 мин.	Стр.96	<u>познавательные:</u> ориентироваться в разнообразии способов решения поставленной задачи. <u>регулятивные:</u> соотносить свои действия с планируемыми результатами. <u>коммуникативные:</u> обсуждать результат
44/20			Самостоятельная работа на гимнастических снарядах.	Стр.94-95	<u>познавательные:</u> ориентироваться в разнообразии способов решения поставленной задачи. <u>регулятивные:</u> соотносить свои действия с планируемыми результатами. <u>коммуникативные:</u> обсуждать содержание.
<b>Лыжная подготовка (18)</b>					
45/1			Техника безопасности на уроках лыжной подготовки. Подбор лыж.	Стр122	<u>познавательные:</u> ставить новые задачи. <u>регулятивные:</u> определять режим индивидуальной нагрузки. <u>коммуникативные:</u> применять соответствующие понятия и термины
46/2			Попеременный четырехшажный ход.	Стр123	<u>познавательные:</u> выполнять контрольные упражнения. <u>регулятивные:</u> вносить необходимые коррективы в двигательное действие. <u>коммуникативные:</u> проявлять адекватные нормы поведения
47/3			Попеременный четырехшажный ход.	Стр123	<u>познавательные:</u> выполнять контрольные упражнения. <u>регулятивные:</u> вносить необходимые коррективы в двигательное действие. <u>коммуникативные:</u> проявлять адекватные нормы поведения
48/4			Попеременный четырехшажный ход.	Стр123	<u>познавательные:</u> выполнять контрольные упражнения. <u>регулятивные:</u> вносить необходимые коррективы в двигательное действие. <u>коммуникативные:</u> проявлять адекватные нормы поведения
49/5			Передвижение на дистанции 2-3 км.	Стр125	<u>познавательные:</u> ставить новые задачи. <u>регулятивные:</u> определять режим индивидуальной нагрузки. <u>коммуникативные:</u> применять соответствующие понятия и термины

50/6		Передвижение на дистанции 2-3 км.	Стр125	<u>познавательные</u> : ставить новые задачи. <u>регулятивные</u> : определять режим индивидуальной нагрузки. <u>коммуникативные</u> : применять соответствующие понятия и термины
51/7		Передвижение на дистанции 2-3 км.	Стр125	<u>познавательные</u> : ставить новые задачи. <u>регулятивные</u> : определять режим индивидуальной нагрузки. <u>коммуникативные</u> : применять соответствующие понятия и термины
52/8		Передвижение на дистанции 2-3 км.	Стр125	<u>познавательные</u> : ставить новые задачи. <u>регулятивные</u> : определять режим индивидуальной нагрузки. <u>коммуникативные</u> : применять соответствующие понятия и термины
53/9		Передвижение на дистанции 2-3 км.	Стр125	<u>познавательные</u> : ставить новые задачи. <u>регулятивные</u> : определять режим индивидуальной нагрузки. <u>коммуникативные</u> : применять соответствующие понятия и термины
54/10		Переход с переменных ходов на одновременные. Передвижение на дистанции 4 км.	Стр122-127	<u>познавательные</u> : выполнять контрольные упражнения. <u>регулятивные</u> : вносить необходимые коррективы в двигательное действие. <u>коммуникативные</u> : проявлять адекватные нормы поведения
55/11		Переход с переменных ходов на одновременные. Передвижение на дистанции 4 км.	Стр122-127	<u>познавательные</u> : выполнять контрольные упражнения. <u>регулятивные</u> : вносить необходимые коррективы в двигательное действие. <u>коммуникативные</u> : проявлять адекватные нормы поведения
56/12		Переход с переменных ходов на одновременные. Передвижение на дистанции 4 км.	Стр122-127	<u>познавательные</u> : ориентироваться в разнообразии способов решения поставленной задачи. <u>регулятивные</u> : проявлять уважение к товарищам по команде. <u>коммуникативные</u> : взаимодействовать со сверстниками.
57/13		Лыжные соревнования в парах.	Стр127	<u>познавательные</u> : ставить новые задачи. <u>регулятивные</u> : регулировать физическую нагрузку <u>коммуникативные</u> : применять соответствующие понятия и термины
58/14		Лыжные соревнования в парах.	Стр127	<u>познавательные</u> : ставить новые задачи. <u>регулятивные</u> : регулировать физическую нагрузку <u>коммуникативные</u> : применять соответствующие понятия и термины
59/15		Лыжные соревнования в парах.	Стр127	<u>познавательные</u> : ставить новые задачи. <u>регулятивные</u> : регулировать физическую нагрузку <u>коммуникативные</u> : применять соответствующие понятия и термины
60/16		Передвижение на дистанции до 3 км.	Стр129	<u>познавательные</u> : ставить новые задачи. <u>регулятивные</u> : определять режим индивидуальной нагрузки. <u>коммуникативные</u> : применять соответствующие понятия и термины
61/17		Передвижение на дистанции до 3 км.	Стр129	<u>познавательные</u> : ставить новые задачи. <u>регулятивные</u> : определять режим индивидуальной нагрузки. <u>коммуникативные</u> : применять соответствующие понятия и термины

62/18		Передвижение на дистанции до 3 км.	Стр129	<u>познавательные:</u> ставить новые задачи. <u>регулятивные:</u> определять режим индивидуальной нагрузки. <u>коммуникативные:</u> применять соответствующие понятия и термины
63/19		Передвижение на дистанции до 5 км.	Стр129	<u>познавательные:</u> ставить новые задачи. <u>регулятивные:</u> определять режим индивидуальной нагрузки. <u>коммуникативные:</u> применять соответствующие понятия и термины
64/20		Передвижение на дистанции до 5 км.	Стр129	<u>познавательные:</u> ставить новые задачи. <u>регулятивные:</u> определять режим индивидуальной нагрузки. <u>коммуникативные:</u> применять соответствующие понятия и термины
65/21		Передвижение на дистанции до 5 км.	Стр129	<u>познавательные:</u> ставить новые задачи. <u>регулятивные:</u> определять режим индивидуальной нагрузки. <u>коммуникативные:</u> применять соответствующие понятия и термины
66/22		Передвижение на дистанции до 5 км.	Стр129	<u>познавательные:</u> ставить новые задачи. <u>регулятивные:</u> определять режим индивидуальной нагрузки. <u>коммуникативные:</u> применять соответствующие понятия и термины
67/23		Преодоление контр уклона.	Стр127-134	<u>познавательные:</u> ставить новые задачи. <u>регулятивные:</u> выбирать действия в соответствии с поставленной задачей. <u>коммуникативные:</u> взаимодействовать со сверстниками при проведении подвижных игр
68/24		Преодоление контр уклона.	Стр127-134	<u>познавательные:</u> ставить новые задачи. <u>регулятивные:</u> выбирать действия в соответствии с поставленной задачей. <u>коммуникативные:</u> взаимодействовать со сверстниками при проведении подвижных игр
69/25		Преодоление контр уклона.	Стр127-134	<u>познавательные:</u> ставить новые задачи. <u>регулятивные:</u> выбирать действия в соответствии с поставленной задачей. <u>коммуникативные:</u> взаимодействовать со сверстниками при проведении подвижных игр
70/26		Выполнение норматива Всероссийский физкультурный спортивный комплекс ГТО : Прохождение дистанции на время 3 км (девушки)	Стр129-130	<u>познавательные:</u> выделять и формулировать познавательные задачи <u>регулятивные:</u> планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей. <u>коммуникативные:</u> обращаться за помощью, формулировать свои затруднения
71/27		Выполнение норматива Всероссийский физкультурный спортивный комплекс ГТО : Прохождение дистанции на время 5 км (юноши).	Стр129-130	<u>познавательные:</u> выделять и формулировать познавательные задачи <u>регулятивные:</u> планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей. <u>коммуникативные:</u> обращаться за помощью, формулировать свои затруднения
72/28		Горнолыжная эстафета с преодолением препятствий	Стр131-132	<u>познавательные:</u> использовать общие приёмы решения задач <u>регулятивные:</u> выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. <u>коммуникативные:</u> обращаться за помощью,



					формулировать свои затруднения
73/29			Горнолыжная эстафета с преодолением препятствий	Стр131-132	<u>познавательные</u> : использовать общие приёмы решения задач <u>регулятивные</u> : выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. <u>коммуникативные</u> : обращаться за помощью, формулировать свои затруднения
74/30			Горнолыжная эстафета с преодолением препятствий	Стр131-132	<u>познавательные</u> : использовать общие приёмы решения задач <u>регулятивные</u> : выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. <u>коммуникативные</u> : обращаться за помощью, формулировать свои затруднения
75/31			Техника лыжных ходов, спусков, подъемов.	Стр129-131	<u>познавательные</u> : использовать общие приёмы решения задач <u>регулятивные</u> : выбирать действия в соответствии с поставленной задачей. <u>коммуникативные</u> : взаимодействовать со сверстниками в процессе упражнений
<b>Спортивными играми по баскетболу и единоборства</b>					
76/1			Техника безопасности на занятиях спортивными играми. Комбинация из освоенных элементов техники перемещения и владения мячом.	Стр.171-184	<u>познавательные</u> : анализировать двигательные действия. <u>регулятивные</u> : контролировать свою деятельность, оказывать помощь. <u>коммуникативные</u> : вести диалог по основам /организации
77/2			Комбинация из освоенных элементов техники перемещения и владения мячом.	Стр.171-184	<u>познавательные</u> : анализировать двигательные действия. <u>регулятивные</u> : контролировать свою деятельность, оказывать помощь. <u>коммуникативные</u> : вести диалог по основам /организации
78/3			Индивидуальные, групповые и командные действия в нападении и защите.	Стр.28	<u>познавательные</u> : выделять и формулировать познавательные задачи <u>регулятивные</u> : соблюдать технику безопасности. <u>коммуникативные</u> : взаимодействовать со сверстниками в процессе освоения упражнений.
79/4			Индивидуальные, групповые и командные действия в нападении и защите.	Стр.28	<u>познавательные</u> : выделять и формулировать познавательные задачи <u>регулятивные</u> : соблюдать технику безопасности. <u>коммуникативные</u> : взаимодействовать со сверстниками в процессе освоения упражнений.
80/5			Двусторонняя игра в баскетболе.	Стр.31.	<u>познавательные</u> : выявлять и устранять характерные ошибки <u>регулятивные</u> : планировать свои действия. <u>коммуникативные</u> : обращаться за помощью, формулировать свои затруднения
81/6			Двусторонняя игра в баскетболе.	Стр.31.	<u>познавательные</u> : выявлять и устранять характерные ошибки <u>регулятивные</u> : планировать свои действия. <u>коммуникативные</u> : обращаться за помощью, формулировать свои затруднения
82/7			Техника безопасности на занятиях элементами единоборств. Приемы	Стр. 128-129	<u>познавательные</u> : использовать общие приёмы решения задач <u>регулятивные</u> : выбирать действия в соответствии с поставленной задачей.

			само страховки. Приемы борьбы лежа.		<u>коммуникативные</u> : взаимодействовать со сверстниками в процессе упражнений
83/8			Приемы само страховки. Приемы борьбы лежа и стоя.	Стр129-130	<u>познавательные</u> : выявлять и устранять характерные ошибки <u>регулятивные</u> : владеть навыками контроля и оценки своей деятельности. <u>коммуникативные</u> : обращаться за помощью, формулировать затруднения
84/9			Подвижные игры с пройденными элементами единоборства.	Стр. 132-135	<u>познавательные</u> : выявлять и устранять характерные ошибки <u>регулятивные</u> : выбирать индивидуальный режим нагрузки <u>коммуникативные</u> : взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения легкоатлетических упражнений
85/10			Силовые упражнения и единоборство в парах.	Стр. 132-137	<u>познавательные</u> : ориентироваться в разнообразии способов решения поставленной задачи, <u>регулятивные</u> : выбирать индивидуальный режим нагрузки. <u>коммуникативные</u> : взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения легкоатлетических упражнений
<b>Спортивными играми по волейболу</b>					
86/11			Комбинации из освоенных элементов техники передвижения. Двусторонняя игра в волейбол.	Стр. 73-78	<u>познавательные</u> выбирать наиболее эффективные способы решения задач. <u>регулятивные</u> : планировать свои действия. <u>коммуникативные</u> : обращаться за помощью, формулировать свои затруднения
87/12			Двусторонняя игра в волейбол	Стр. 73-78	
88/13			Варианты блокирования нападающих ударов (одиночное и вдвоем), страховка.	Стр. 75-80	<u>познавательные</u> : ставить новые учебные задачи в сотрудничестве с учителем. <u>регулятивные</u> : планировать свои действия. <u>коммуникативные</u> : обращаться за помощью, формулировать свои затруднения
89/14			Двусторонняя игра в волейбол.	Стр.73-75	<u>познавательные</u> : ставить новые учебные задачи в сотрудничестве с учителем. <u>регулятивные</u> : планировать свои действия. <u>коммуникативные</u> : обращаться за помощью, формулировать свои затруднения
90/15			Двусторонняя игра в волейбол	Стр. 73-78	
<b>Легкая атлетика</b>					
91/16			Техника безопасности на занятиях легкой атлетикой. метание мяча 150 г (юн) и теннисного 150 г (дев)	Стр104	<u>познавательные</u> : ориентироваться в разнообразии способов решения поставленной задачи. <u>регулятивные</u> : планировать свои действия в соответствии с поставленной задачей. <u>коммуникативные</u> : формировать собственное мнение и позицию
92/17			Бег на дистанции 100 м. прыжки в длину с разбега.	Стр105	<u>познавательные</u> : выделять и формулировать познавательные задачи <u>регулятивные</u> : в процессе освоения и устранять характерные ошибки <u>коммуникативные</u> : договариваться и приходить к общему решению
93/18			Бег на дистанции 100 м. прыжки в длину с разбега.	Стр105	<u>познавательные</u> : выделять и формулировать познавательные задачи <u>регулятивные</u> : в процессе освоения и устранять характерные ошибки

					<u>коммуникативные:</u> договариваться и приходить к общему решению
94/19			Выполнение норматива Всероссийский физкультурный спортивный комплекс ГТО: Беге на 100м.	Стр. 105-108	<u>познавательные:</u> выделять и формулировать познавательные задачи <u>регулятивные:</u> в процессе освоения и устранять характерные ошибки <u>коммуникативные:</u> договариваться и приходить к общему решению
95/20			Бросок набивного мяча 3 кг (юн), 2 кг (дев).	Стр111-112	<u>познавательные:</u> выделять учебные задачи, использовать приемы решения поставленных задач. <u>регулятивные:</u> оценивать правильность выполнения действий. <u>коммуникативные:</u> формулировать собственное
96/21			Бросок набивного мяча 3 кг (юн), 2 кг (дев).	Стр111-112	<u>познавательные:</u> выделять учебные задачи, использовать приемы решения поставленных задач. <u>регулятивные:</u> оценивать правильность выполнения действий. <u>коммуникативные:</u> формулировать собственное
97/22			Метание гранаты 700 г из различных положений (юн), 500 г (дев).	Стр114-120	<u>познавательные:</u> ставить и формулировать проблемы, ориентироваться в способах их решения. <u>регулятивные:</u> оценивать правильность выполнения действий. <u>коммуникативные:</u> взаимодействовать со сверстниками, адекватно воспринимать оценку учителя, учащихся
98/23			Метание гранат 700 г (юноши), 500 г (девушки).	Стр.105-108	<u>познавательные:</u> самостоятельно планировать пути достижения целей <u>регулятивные:</u> оценивать правильность выполнения действий <u>коммуникативные:</u> взаимодействовать со сверстниками в процессе выполнения тестовых упражнений
99/24			Метание гранат 700 г (юноши), 500 г (девушки).	Стр.105-108	<u>познавательные:</u> самостоятельно планировать пути достижения целей <u>регулятивные:</u> оценивать правильность выполнения действий <u>коммуникативные:</u> взаимодействовать со сверстниками в процессе выполнения тестовых упражнений
100/25			Выполнение норматива Всероссийский физкультурный спортивный комплекс ГТО : Метание гранат 700 г (юноши), 500 г (девушки).	Стр.105-108	<u>познавательные:</u> самостоятельно планировать пути достижения целей <u>регулятивные:</u> оценивать правильность выполнения действий <u>коммуникативные:</u> взаимодействовать со сверстниками в процессе выполнения тестовых упражнений
101/26			Кросс 3 км (юн), 2 км (дев). Прыжки в длину с разбега.	Стр109-115	<u>познавательные:</u> выделять учебные задачи, использовать приемы решения поставленных задач. <u>регулятивные:</u> оценивать правильность выполнения действий <u>коммуникативные:</u> формулировать собственное мнение и позицию
102/27			Прыжки в высоту с 9-11 шагов разбега. Бег с препятствиями.	Стр.109-115	<u>познавательные:</u> самостоятельно планировать пути достижения целей <u>регулятивные:</u> оценивать правильность выполнения действий <u>коммуникативные:</u> взаимодействовать со сверстниками в процессе выполнения тестовых упражнений