

Пояснительная записка

Рабочая программа 5 класса учебного предмета «Физическая культура» составлена на основе основной образовательной программы основного общего образования МАОУ «Лицей № 19» и авторской программы А.П. Матвеева. Физическая культура 5 класс. Программы общеобразовательных учреждений Просвещение, 2016 г, рассчитана на 105 часов (3 часа в неделю).

Рабочая программа разработана в соответствии со следующими **нормативно-правовыми документами:**

1. Федеральным законом от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
2. Приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.12.2010 №1897 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования».

Уровень изучения - базовый.

В системе предметов общеобразовательной школы курс физической культуры представлен в предметной области «Физическая культура и основы безопасности жизнедеятельности» (учебный предмет «Физическая культура»).

Назначение предмета «физическая культура» в основной школе состоит в том, чтобы обеспечить формирование и развитие коммуникативной, информационной, социальной, учебно-познавательной и общекультурной компетенций.

Изучение физической культуры в основной школе направлено на достижение следующих **целей:**

- укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию и всесторонней физической подготовленности учащихся;
- развитие жизненно важных двигательных умений и навыков, формирование опыта двигательной деятельности;
- овладение физическими упражнениями, умение использовать их в режиме учебного дня, активного отдыха и досуга;
- воспитание познавательной активности интереса на занятиях физическими упражнениями, культуры общения в учебной и игровой деятельности.

Для достижения поставленных целей в 5 классе необходимо решение следующих **задач:**

- формирование культуры здорового и безопасного образа жизни;
- формирование знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособности и развитию двигательных способностей;

-приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми;

- воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости выполнения во время физических упражнений.

- Для обучения физической культуре в МАОУ «Лицей №19» выбрана содержательная линия Матвеев А.П. Главные особенности учебно-методического комплекта (УМК) по физической культуре состоят в том, что они обеспечивают преемственность курсов физической культуры в начальной школе и в последующих классах основной и средней школы, а также в полной мере реализуют принципы деятельностного подхода, что полностью соответствует миссии и целям гимназии и образовательным запросам обучающихся.

Основные формы контроля:

Техника выполнения упражнений в процессе урока.

Контроль нормативов в начале и конце учебного года.

Критерии оценивания двигательных навыков:

Выставление оценок в классный журнал (по 5- балльной системе) – осуществляется следующим образом:

«5» - упражнение выполнено правильно, легко, уверенно, в нужном ритме;

«4» - упражнение выполнено правильно, свободно, но при этом допущено две незначительных ошибки, например, небольшое нарушение ритма движения, смелости;

«3» - упражнение выполнено, в основном правильно, но с одной значительной или с тремя незначительными ошибками, т.е. недостаточно четко и ритмично, с отдельными отклонениями в направлении амплитуды и других характерных движения – скорости, силы или наблюдается заметная скованность движения;

«2» - упражнение выполнено не правильно, с нарушением схемы движения, с двумя-тремя значительными ошибками, с пропуском отдельных элементов.

Кроме оценок за физическую подготовленность учитель ставит оценки за освоение знаний и двигательных умений (их объем определен

образовательным стандартом). Критерии оценки может определять сам педагог, не вступая в противоречие с образовательным стандартом.

Планируемые результаты освоения учебного предмета:

Предметные:

В результате изучения темы, обучающийся научится:

- характеризовать содержательные основы здорового образа жизни, раскрывать его взаимосвязь со здоровьем, гармоничным физическим развитием и физической подготовленностью, формированием качеств личности и профилактикой вредных привычек;
- разрабатывать содержание самостоятельных занятий с физическими упражнениями, определять их направленность и формулировать задачи, рационально планировать режим дня и учебной недели;
- составлять комплексы физических упражнений оздоровительной, тренирующей и корригирующей направленности, подбирать индивидуальную нагрузку с учетом функциональных особенностей и возможностей собственного организма;

Обучающийся получает возможность научиться:

- самостоятельно проводить занятия по обучению двигательным действиям, анализировать особенности их выполнения, выявлять ошибки и своевременно устранять их;
- тестировать показатели физического развития и основных физических качеств, сравнивать их с возрастными стандартами, контролировать особенности их динамики в процессе самостоятельных занятий физической подготовкой;
- выполнять общеразвивающие упражнения, целенаправленно воздействующие на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и координации движений);
- выполнять легкоатлетические упражнения в беге и в прыжках (в длину и высоту);
- выполнять тестовые упражнения для оценки уровня индивидуального развития основных физических качеств.

Метапредметные результаты:

Обучающийся научится:

- добывать недостающую информацию с помощью информационных технологий и вопросов;
- формировать навыки работы в группе точно выражать свои мысли в соответствии с поставленными задачами.

Обучающийся получит возможность научиться:

- уметь сохранять заданную цель;
- контролировать свою деятельность по результату;

- формировать ситуацию саморегуляции эмоциональных и функциональных состояний.

Личностные результаты

У обучающегося будут сформированы:

- формировать навыки и способность управлять своими эмоциями в процессе занятий физической культурой;
- владеть умением предупреждать конфликтные ситуации. формировать умение адекватно понимать оценки взрослого и сверстников;
- знать и понимать требования инструкций по технике безопасности
- знать технику выполнения специальных упражнений, научатся пользоваться учебником;
- формирование положительного отношения к занятиям физической культурой, накопление необходимых знаний.

Обучающийся появится возможность для формирования:

- осознания значения физической культуры ее ценности, здорового и безопасного образа жизни;
- практической деятельности в *жизненных ситуациях*

Содержание программы

<i>№п\п</i>	<i>Вид программного материала</i>	<i>Количество часов</i>
1	Базовая часть	72
1.1	Основы знаний о физической культуре	в процессе уроков
1.2	Спортивные игры	18
1.3	Гимнастика с элементами акробатики	18
1.4	Легкая атлетика	21
1.5	Лыжная подготовка	15
1.6	Навыки самостоятельных занятий	в процессе уроков
2	Вариативная часть	33
2.1	Спортивные игры	15
2.2	Гимнастика с элементами акробатики	3
2.3	Легкая атлетика	10
2.4	Лыжная подготовка	5
Итого		105

ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ

Физкультурно-оздоровительная деятельность. Оздоровительные формы занятий в режиме учебного дня и учебной недели. Индивидуальные комплексы адаптивной (лечебной) и корректирующей физической культуры. Спортивно-оздоровительная деятельность с общеразвивающей направленностью.

Гимнастика с основами акробатики. Организующие команды и приёмы. Акробатические упражнения и комбинации. Опорные прыжки.

Легкая атлетика. Беговые упражнения. Прыжковые упражнения. Метание малого мяча.

Лыжные гонки. Передвижение на лыжах, имитация техники передвижения на лыжах.

Спортивные игры. *Баскетбол.* Игра по правилам.

Волейбол. Игра по правилам.

Упражнения общеразвивающей направленности.

Общефизическая подготовка

Гимнастика с основами акробатики. Развитие гибкости, координации движений, силы, выносливости.

Легкая атлетика. Развитие выносливости, силы, быстроты, координации движений.

Лыжная подготовка (лыжные гонки). Развитие выносливости, силы, быстроты, координации движений.

Баскетбол. Волейбол. Развитие быстроты, силы, выносливости, координации движений

История физической культуры. Олимпийские игры древности. Возрождение Олимпийских игр и олимпийского движения. История зарождения олимпийского движения в России, Олимпийское движение в России (СССР). Выдающиеся достижения отечественных спортсменов на Олимпийских играх. Характеристика видов спорта, входящих в программу Олимпийских игр. Физическая культура в современном обществе. Организация и проведение пеших туристических походов. Требование к технике безопасности и бережному отношению к природе.

Физическая культура (основные понятия).

Физическая культура человека. Физическая подготовка и её связь с укреплением здоровья, развитием физических качеств. Организация и

планирование самостоятельных занятий по развитию физических качеств. Техническая подготовка. Техника движений и её основные показатели. Всестороннее и гармоничное физическое развитие. Спортивная подготовка. Здоровье и здоровый образ жизни. Допинг. Концепция честного спорта.

Физическая культура человека. Режим дня и его основное содержание. Закаливание организма. Правила безопасности и гигиенические требования. Влияние занятий физической культурой на формирование положительных качеств личности. Проведение самостоятельных занятий по коррекции осанки и телосложения. Восстановительный массаж. Первая помощь во время занятий физической культурой и спортом.

Организация и проведение самостоятельных занятий физической культурой.

Подготовка к занятиям физической культурой. Выбор упражнений и составление индивидуальных комплексов для утренней зарядки, физкультминутки. Планирование занятий физической подготовкой. Проведение самостоятельных занятий прикладной физической подготовкой. Организация досуга средствами физической культуры.

Оценка эффективности занятий физической культурой.

Самонаблюдение и самоконтроль. Оценка эффективности занятий физкультурно-оздоровительной деятельностью. Оценка техники движений, способы выявления и устранения ошибок в технике выполнения упражнений (технических ошибок). Измерение резервов организма и состояния здоровья.

Календарно-тематическое планирование по предмету физическая культура 5 класс

№ п/п	Наименование разделов и тем	Характеристика основных видов деятельности ученика (на основе учебных действий) по теме	Плановые сроки прохождения	Скорректированные сроки прохождения
<i>1 четверть (27 часов)</i>				
1	Вводный инструктаж, Инструктаж по технике безопасности на уроках легкой атлетики	Слушают , задают вопросы, обсуждают.	03.09.2018	03.09.2018

2	Техника спринтерского бега	Описывают технику беговых упражнений, осваивают ее самостоятельно. Выполняют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения. Соблюдают правила безопасности	05.09.2018	
3	Техника спринтерского бега	Соблюдают правила безопасности. Демонстрируют вариативное выполнение беговых упражнений	07.09.2018	
4	Техника спринтерского бега, стартовый разгон	Описывают технику стартового разгона. Соблюдают правила безопасности. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения беговых упражнений	10.09.2018	
5	Техника спринтерского бега. Высокий старт	Описывают технику высокого старта. Соблюдают правила безопасности. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения беговых упражнений	12.09.2018	
6	Техника спринтерского бега. Высокий старт	Соблюдают правила безопасности. Применяют беговые упражнения для развития скоростных качеств.	14.09.2018	
7	Техника спринтерского бега. Высокий старт	Соблюдают правила безопасности. Выбирают индивидуальный режим физической нагрузки.	17.09.2018	
8	Техника спринтерского бега. Средняя дистанция	Описывают технику выполнения беговых упражнений. Осваивают ее самостоятельно. Выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения. контролируют физическую нагрузку по частоте сердечных сокращений.	19.09.2018	
9	Техника длительного бега. Средняя дистанция	Соблюдают правила безопасности. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения беговых упражнений. Контролируют физическую нагрузку по частоте сердечных сокращений	21.09.2018	
10	Техника длительного бега.	Описывают технику выполнения беговых	24.09.2018	

	Длинные дистанции	упражнений, осваивают ее самостоятельно. Выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения. Демонстрируют вариативное выполнение беговых упражнений		
11	Техника длительного бега. Длинные дистанции	Соблюдают правила безопасности. Применяют беговые упражнения для развития выносливости	26.09.2018	
12	Техника прыжка в длину. Правила отталкивания	Соблюдают технику выполнения прыжковых упражнений. Осваивают ее самостоятельно, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения. Соблюдают правила безопасности.	28.09.2018	
13	Техника прыжка в длину (правила приземления)	Описывают технику выполнения прыжковых упражнений. Применяют прыжковые упражнения для развития прыгучести. Выбирают индивидуальный режим физической нагрузки	01.10.2018	
14	Техника прыжка в длину с разбега	Соблюдают правила безопасности. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения прыжковых упражнений	03.10.2018	
15	Техника метания малого мяча	Описывают технику выполнения метательных упражнений. Осваивают ее самостоятельно, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения.	05.10.2018	
16	Техника метания малого мяча. Бросок набивного мяча	Соблюдают правила безопасности. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения метательных упражнений.	08.10.2018	
17	Инструктаж по технике безопасности на уроках спортивных игр.	Слушают. Задают вопросы	10.10.2018	
18	Техника остановок поворотов и стоек в баскетболе.	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий.	12.10.2018	

19	Техника остановок, поворотов и стоек в баскетболе	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приемов и действий. Соблюдают правила безопасности	15.10.2018	
20	Техника остановок, поворотов, и стоек в баскетболе	Соблюдают правила безопасности. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приемов и действий	17.10.2018	
21	Техника ведения баскетбольного мяча на месте и в движении	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приемов и действий, соблюдают правила безопасности	19.10.2018	
22	Техника ведения баскетбольного мяча на месте и в движении	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приемов и действий, соблюдают правила безопасности	22.10.2018	
23	Техника ведения баскетбольного мяча на месте и в движении	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессесовместного освоения техники игровых приемов и действий, соблюдают правила безопасности	24.10.2018	
24	Техника ловли и передачи баскетбольного мяча	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе	26.10.2018	

		совместного освоения техники игровых приемов и действий, соблюдают правила безопасности		
25	Техника ловли и передачи мяча в баскетболе	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приемов и действий. Соблюдают правила безопасности.	29.10.2018	
26	Техника ловли и передачи мяча в баскетболе	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приемов и действий. Соблюдают правила безопасности.	31.10.2018	
27	Учебная игра в баскетбол по упрощенным правилам.	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приемов и действий. Соблюдают правила безопасности.	02.11.2018	
<i>II четверть (21 часов)</i>				
28	Инструктаж по технике безопасности на уроках гимнастики.	Слушают обсуждают .Задают вопросы.	12.11.2018	
29	Техника выполнения общеразвивающих упражнений	Описывают технику общеразвивающих упражнений. Состав комбинации из числа разученных упражнений. Соблюдают правила безопасности	14.11.2018	
30	Техника выполнения общеразвивающих упражнений	Описывают технику общеразвивающих упражнений. Состав комбинации из числа разученных упражнений. Соблюдают правила безопасности	16.11.2018	
31	Выполнение	Различают строевые командычетко	19.11.2018	

	строевых упражнений	выполняют строевые приемы.		
32	Выполнение строевых упражнений	Различают строевые команды, четко выполняют строевые приемы.	21.11.2018	
33	Техника выполнения висов и упоров	Описывают технику данных упражнений. Составляют гимнастические комбинации из числа разученных упражнений. Развивают силовые способности	23.11.2018	
34	Техника выполнения висов и упоров	Описывают технику данных упражнений. Составляют гимнастические комбинации из числа разученных упражнений. Развивают силовые способности	26.11.2018	
35	Техника выполнения опорных прыжков	Описывают технику данных упражнений и составляют гимнастические комбинации из числа разученных упражнений. Развивают силовые способности	28.11.2018	
36	Техника выполнения опорных прыжков	Описывают технику данных упражнений и составляют гимнастические комбинации из числа разученных упражнений. Развивают силовые способности	30.11.2018	
37	Техника выполнения опорных прыжков	Описывают технику данных упражнений и составляют гимнастические комбинации из числа разученных упражнений. Развивают силовые способности	03.11.2018	
38	Техника выполнения опорных прыжков	Описывают технику данных упражнений и составляют гимнастические комбинации из числа разученных упражнений. Развивают силовые способности	05.12.2018	
39	Техника выполнения акробатических упражнений	Описывают технику акробатических упражнений. Составляют акробатические комбинации из числа разученных упражнений. Развивают гибкость и координационные способности.	07.12.2018	
40	Техника	Описывают технику	10.12.2018	

	выполнения акробатических упражнений	акробатических упражнений. Составляют акробатические комбинации из числа разученных упражнений. Развивают гибкость и координационные способности.		
41	Техника выполнения акробатических упражнений	Описывают технику акробатических упражнений. Составляют акробатические комбинации из числа разученных упражнений. Развивают гибкость и координационные способности.	12.12.2018	
42	Техника выполнения акробатических упражнений	Описывают технику акробатических упражнений. Составляют акробатические комбинации из числа разученных упражнений. Развивают гибкость и координационные способности.	14.12.2018	
43	Техника выполнения акробатических упражнений	Описывают технику акробатических упражнений. Составляют акробатические комбинации из числа разученных упражнений. Развивают гибкость и координационные способности.	17.12.2018	
44	Техника выполнения акробатических упражнений	Описывают технику акробатических упражнений. Составляют акробатические комбинации из числа разученных упражнений. Развивают гибкость и координационные способности.	19.12.2018	
45	Упражнения в равновесии	Описывают технику выполнения упражнений в равновесии. Соблюдают правила безопасности. Развивают чувства равновесия.	21.12.2018	
46	Упражнения в равновесии	Описывают технику выполнения упражнений в равновесии. Соблюдают правила безопасности. Развивают чувства равновесия.	24.12.2018	
47	Лазание и перелезание	Описывают технику выполнения лазания и перелезания. Соблюдают правила безопасности. Развивают силу и ловкость	26.12.2018	
48	Лазание и перелезание	Описывают технику выполнения лазания и	28.12.2018	

		перелезания. Соблюдают правила безопасности. Развивают силу и ловкость		
<i>III четверть (30 часов Лыжная подготовка 21 час.)</i>				
49	Инструктаж по технике безопасности на уроках лыжной подготовки.	Слушают .Обсуждают .Задаёт вопросы.	15.01.2019	
50	Техника попеременного двухшажного хода без палок	Описывают технику изучаемых лыжных ходов, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Соблюдают правила безопасности.	18.01.2019	
51	Техника попеременного двухшажного хода без палок	Соблюдают правила безопасности. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники лыжных ходов.	21.01.2019	
52	Техника попеременного двухшажного хода без палок	Соблюдение правил безопасности. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники лыжных ходов.	23.01.2019	
53	Техника попеременного двухшажного хода с палками, отталкивание.	Соблюдают правила безопасности. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники лыжных ходов.	25.01.2019	
54	Техника попеременного двухшажного хода с палками, скольжение.	Соблюдают правила безопасности. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники лыжных ходов.	28.01.2019	
55	Техника попеременного двухшажного хода с палками	Соблюдают правила безопасности. Моделируют технику освоенных лыжных ходов, варьируют ее в зависимости от ситуации и условий, возникающих в процесс прохождения дистанции	30.01.2019	
56	Техника попеременного двухшажного хода с палками	Соблюдают правила безопасности. Моделируют технику освоенных лыжных ходов, варьируют ее в	01.02.2019	

		зависимости от ситуации и условий, возникающих в процесс прохождения дистанции		
57	Техника попеременного двухшажного хода с палками	Соблюдают правила безопасности. Моделируют технику освоенных лыжных ходов, варьируют ее в зависимости от ситуации и условий, возникающих в процесс прохождения дистанции	04.02.2019	
58	Техника попеременного двухшажного хода с палками	Соблюдают правила безопасности, Моделируют технику освоения лыжных ходов, Варьируют ее в зависимости от условий возникающих в процессе прохождения дистанции. Контролируют физическую нагрузку по частоте сердечных сокращений. Применяют передвижения на лыжах для развития выносливости.	06.02.2019	
59	Техника одновременного бесшажного хода	Описывают технику изучаемого лыжного хода, осваивают ее самостоятельно, выявляют и устраняют типичные ошибки. Соблюдают правила безопасности.	08.02.2019	
60	Техника одновременного бесшажного хода	Соблюдают правила безопасности. Взаимодействуют со сверстниками в процесс совместного освоения техники лыжных ходов.	11.02.2019	
61	Техника одновременного бесшажного хода	Соблюдают правила безопасности. Взаимодействуют со сверстниками в процесс совместного освоения техники лыжных ходов.	13.02.2019	
62	Техника одновременного бесшажного хода	Соблюдают правила безопасности, взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники	15.02.2019	

		лыжных ходов		
63	Техника выполнения подъемов «наискось» «полуелочкой»	Описывают технику выполнения подъемов, осваивают его самостоятельно, выявляют и устраняют ошибки, соблюдают правила безопасности.	18.02.2019	
64	Техника выполнения подъемов «наискось» «полуелочкой»	Соблюдают правила безопасности. Взаимодействуют со сверстниками в процессе освоения техники подъемов, используют упражнения для развития координации.	20.02.2019	
65	Техника выполнения торможения «плугом»	Описывают технику выполнения торможения на лыжах «плугом» осваивают его самостоятельно выявляют и устраняют типичные ошибки. Соблюдают правила безопасности.	22.02.2019	
66	Техника выполнения торможения «плугом»	Соблюдают технику безопасности. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники лыжных ходов.	25.02.2019	
67	Техника выполнения поворотов переступанием на месте.	Описывают технику выполнения на лыжах поворотов. Осваивают их самостоятельно, выявляют и устраняют типичные ошибки. Соблюдают правила безопасности.	27.02.2019	
68	Техника выполнения поворотов переступанием на месте.	Соблюдают правила безопасности. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники.	01.03.2019	
69	Совершенствование изученных ходов, поворотов, подъемов, торможения	Соблюдают правила безопасности, моделируют технику освоены лыжных ходов, варьируют в зависимости от ситуации и условий, возникающих в процессе прохождения дистанции. Выбирают индивидуальный режим физической нагрузки, контролируют ее по частоте сердечных сокращений	04.03.2019	

70	Инструктаж по технике безопасности на уроках спортивных игр. Техника стоек и передвижений в баскетболе.	Слушают, задают вопросы	06.03.2019	
71	Техника стоек и передвижений в волейболе	Описывают технику изучения приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляют и устраняют типичные ошибки. Соблюдают правила безопасности	08.03.2019	
72	Техника передачи мяча сверху.	Описывают технику изучаемого приема и действий. Осваивают их самостоятельно. Выявляют и устраняют типичные ошибки. Соблюдают правила безопасности.	11.03.2019	
73	Техника передачи мяча сверху	Описывают технику изучаемого приема и действий. Осваивают их самостоятельно. Выявляют и устраняют типичные ошибки. Соблюдают правила безопасности. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения.	13.03.2019	
74	Техника передачи мяча сверху и приема снизу двумя руками.	Описывают технику изучаемого приема и действий. Осваивают их самостоятельно. Выявляют и устраняют типичные ошибки. Соблюдают правила безопасности.	15.03.2019	
75	Техника передачи мяча сверху и приема снизу двумя руками	Описывают технику изучаемого приема и действий. Осваивают их самостоятельно. Выявляют и устраняют типичные ошибки. Соблюдают правила безопасности. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения.	18.03.2019	
76	Техника передачи мяча сверху и приема снизу двумя руками	Описывают технику изучаемого приема и действий. Осваивают их самостоятельно. Выявляют и устраняют типичные ошибки. Соблюдают правила безопасности.	20.03.2019	
77	Техника передачи мяча сверху и приема снизу двумя	Выявляют и устраняют типичные ошибки. Соблюдают правила безопасности.	22.03.2019	

	руками	Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения.		
78	Техника передачи мяча сверху и приема снизу двумя руками	Выявляют и устраняют типичные ошибки. Соблюдают правила безопасности. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения.	25.03.2019	
<i>IV четверть (27 часов)</i>				
79	Инструктаж по технике безопасности на уроках спортивных игр.	Слушают Обсуждают .Задают вопросы.	01.04.2019	
80	Техника передвижения, поворотов, стоек в баскетболе.	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приемов и действий. Соблюдают правила безопасности	03.04.2019	
81	Техника передвижения, поворотов, стоек в баскетболе.	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приемов и действий. Соблюдают правила безопасности	05.04.2019	
82	Техника ведения баскетбольного мяча в различных стойках, на месте и в движении	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приемов и действий, соблюдают правила безопасности	08.04.2019	
83	Техника ведения баскетбольного мяча в различных стойках, на месте и в движении	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со	10.04.2019	

		сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приемов и действий, соблюдают правила безопасности		
84	Техника ловли и передачи мяча в баскетболе	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приемов и действий. Соблюдают правила безопасности.	12.04.2019	
85	Техника ловли и передачи мяча в баскетболе	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приемов и действий. Соблюдают правила безопасности.	15.04.2019	
86	Техника ловли и передачи мяча в баскетболе	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приемов и действий. Соблюдают правила безопасности.	17.04.2019	
87	Техника ловли и передачи мяча в баскетболе	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приемов и действий. Соблюдают правила безопасности.	19.04.2019	
88	Техника броска баскетбольного мяча одной и двумя руками с места	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе	22.04.2019	

		совместного освоения техники игровых приемов и действий. Соблюдают правила безопасности.		
89	Техника броска баскетбольного мяча одной и двумя руками с места	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приемов и действий. Соблюдают правила безопасности.	24.04.2019	
90	Техника броска баскетбольного мяча одной и двумя руками с места	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приемов и действий. Соблюдают правила безопасности.	26.04.2019	
91	Инструктаж по технике безопасности на уроках легкой	Слушают .Обсуждают. Задают вопросы.	29.04.2019	
92	Техника спринтерского бега	Описывают технику выполнения беговых упражнений, осваивают ее самостоятельно. Выполняют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения. Соблюдают правила безопасности.	01.05.2019	
93	Техника спринтерского бега	Описывают технику выполнения беговых упражнений, осваивают ее самостоятельно. Выполняют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения. Соблюдают правила безопасности.	03.05.2019	
94	Техника спринтерского бега	Описывают технику выполнения беговых упражнений, осваивают ее самостоятельно. Выполняют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения. Соблюдают правила безопасности.	06.05.2019	

95	Техника метания малого мяча в цель и на дальность	Описывают технику выполнения метательных упражнений. Осваивают ее самостоятельно, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения.	10.05.2019	
96	Техника метания малого мяча в цель и на дальность	Описывают технику выполнения метательных упражнений. Осваивают ее самостоятельно, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения.	13.05.2019	
97	Техника метания малого мяча в цель и на дальность	Описывают технику выполнения метательных упражнений. Осваивают ее самостоятельно, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения.	15.05.2019	
98	Техника длительного бега. Средняя дистанция	Описывают технику выполнения беговых упражнений. Осваивают ее самостоятельно. Выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения . контролируют физическую нагрузку по частоте сердечных сокращений.	17.05.2019	
99	Техника длительного бега. Средняя дистанция	Описывают технику выполнения беговых упражнений. Осваивают ее самостоятельно. Выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения . контролируют физическую нагрузку по частоте сердечных сокращений.	20.05.2019	
100	Техника длительного бега. Средняя дистанция	Описывают технику выполнения беговых упражнений. Осваивают ее самостоятельно. Выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения . контролируют физическую нагрузку по частоте сердечных сокращений.	22.05.2019	
101	Техника длительного бега. Средняя дистанция	Соблюдают правила безопасности. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения беговых упражнений. Контролируют физическую нагрузку по	24.05.2019	

		частоте сердечных сокращений		
102	Техника длительного бега. Средняя дистанция	Соблюдают правила безопасности. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения беговых упражнений. Контролируют физическую нагрузку по частоте сердечных сокращений	27.05.2019	
103	Техника прыжка в длину. Правила отталкивания	Соблюдают технику выполнения прыжковых упражнений. Осваивают ее самостоятельно, выявляют и устраняют характерные ошибки в процессе освоения. Соблюдают правила безопасности.	28.05.2019	
104	Техника прыжка в длину (правила приземления)	Описывают технику выполнения прыжковых упражнений. Применяют прыжковые упражнения для развития прыгучести. Выбирают индивидуальный режим физической нагрузки	29.05.2019	
105	Техника прыжка в длину с разбега	Соблюдают правила безопасности. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения прыжковых упражнений	31.05.2019	
Итого 105 часов				

Список литературы

Литература для учителя

1. Матвеев А.П. В.И., Учебник «Физическая культура 5 класс» для общеобразовательных учреждений , Просвещение 2016.
2. Методическое пособие: Журнал Физическая культура. все для учителя! , Основа. 2017.

Литература для ученика

1. Матвеев А.П. В.И., Физическая культура: Учебник для 5 класс для общеобразовательных учреждений , Просвещение 2016.

Материально-техническое обеспечение:

1. Спорт оборудование.
2. Спорт инвентарь.