МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования, науки и молодежной политики Краснодарского края управление образования администрации муниципального образования Щербиновский район

МБОУ СОШ № 6 им. А. А. Шукалова с. Екатериновка

РАССМОТРЕНО	СОГЛАСОВАНО	УТВЕРЖДЕНО
ШМО общеразвивающего цикла	Заместитель директора по УВР	Директор МБОУ СОШ № 6 им. А. А. Шукалова с. Екатериновка
Сивокоз С. Ю. Протокол №1 от «30» августа 2023 г.	Иванова Ю.Ю. Протокол №1 от «30» августа 2023 г.	Желтушко В.Н. Приказ № от «30» августа 2023 г.

Рабочая программа

с направленным развитием двигательных способностей на основе вида спорта «Самбо».

учебного предмета «Физическая культура»

для обучающихся 5 – 9 классов

Составитель: учитель Басанцев В.В.

Екатериновка 2023

Пояснительная записка

Рабочая программа курса «Самбо» для 5-9 классов составлена в соответствии с:

- 1.Законом «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 года №273 -ФЗ.
- 1.Федеральным государственным стандартом начального общего образования, утверждённого приказом Министерства образования РФ от 06.10.2009, №373.
- 2.Приказом Минобрнауки РФ от 26.11.2010г. №1241 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утверждённым приказом Минобрнауки РФ от 06.10.2009 г. №373».
- 3. Письмом Минобрнауки РФ от 18.10.2010 N ИК-1494/19 «О введении третьего часа физической культуры».
- 4.Приказом Минобрнауки РФ от 18.12.2012г. №1060 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утверждённым приказом Минобрнауки РФ от 06.10.2009 г. №373».
- 5.СанПиН 2.4.2. 2821- 10, утвержденные постановлением Главного санитарного врача РФ от 29.12.2010 № 189, зарегистрированным в Минюсте России 03.03.2011, регистрационный номер 1993.
- 6. Приказом Минобрнауки РФ от 31.03.2014 № 253 «Об утверждении федерального перечня учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования»;
- 8.Основной образовательной программой начального общего образования МБОУ СОШ №10 им.
 С.И. Холодова.
- 9.Положением о структуре, порядке разработки и утверждения рабочих программ учебных курсов, предметов, дисциплин (модулей) МБОУ СОШ№10 им. С.И.Холодова реализующих образовательные программы общего образования.
 - 10. Календарным учебным планом на 2023 2024 учебный год.
- 11 . Планируемыми результатами начального общего образования, требованиями основной образовательной программы ОУ.

Общая характеристика учебного предмета.

В соответствии с федеральным компонентом Государственного стандарта общего образования по физической культуре предметом обучения является двигательная деятельность с общеобразовательной и общеразвивающей направленностью. В процессе овладения этой деятельностью у школьников не только совершенствуются физические качества, но и активно развиваются сознание и мышление, творческие способности и самостоятельность.

Учитывая эти особенности, **целью** программы является формирование потребности в здоровом образе жизни; гармоничное развитие личности, воспитание ответственности и профессионального самоопределения, в соответствии с индивидуальными способностями.

Реализация цели осуществляется через решение следующих задач:

- наряду с совершенствованием жизненно важных навыков и умений в ходьбе, беге, прыжках, лазании, метании и плавании, позволяет освоить технику безопасных падений;
 - обучение физическим упражнениям из САМБО;
- развитие основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, координации движений, гибкости;
- формирование тактического мышления в поединке посредством подвижных игр с элементами единоборств.

В соответствии с Государственным стандартом общего образования программы средней (полной) школы базовый уровень образования ориентирован на формирование общей грамотности учащихся в области физической культуры, укрепление их здоровья и повышение функциональных возможностей организма. Кроме этого, основными задачами базового уровня являются активное содействие процессу социализации школьников, включение их в физкультурно-оздоровительное и спортивно-массовые формы занятий физическими упражнениями, приобщение к здоровому образу жизни. САМБО, являясь одним из разделов программы, позволяет успешно решать весь комплекс вышеперечисленных задач, являясь действенным средством подготовки молодежи к службе в Вооруженных Силах страны, создавая предпосылки формирования навыков выживания в экстремальных ситуациях современного мегаполиса.

Данная программа дает возможность всем обучающимся в обычной общеобразовательной школе получить простейшие навыки техники и тактики, приемы страховки и самостраховки, воспитать морально-волевые качества, совершенствовать весь комплекс физических качеств.

В федеральном базисном образовательном плане курс «Физическая культура» изучается с 5 по 9 класс и включает в себя вариативную часть предмета «физическая культура» из расчета 1 час в неделю (всего 170 часа). Третий час на преподавание учебного предмета «Физическая культура», был введен приказом Минобрнауки от 30 августа 2010г. №889. В приказе было указано: «Третий час учебного предмета «Физическая культура» использовать на увеличение двигательной активности и развитие физических качеств обучающихся, внедрение современных систем физического воспитания».

Рабочая программа рассчитана на 170 ч на 5 лет обучения (по 1 ч в неделю).

Материал программы направлен на реализацию приоритетной задачи образования - формирование всесторонне гармонично развитой личности; на реализацию творческих способностей обучающихся, их физическое совершенствование; на развитие основных двигательных (физических) жизненно важных качеств; на формирование у школьников научно обоснованного отношения к окружающему миру. В соответствии с программой образовательный процесс в области физической культуры в начальной школе должен быть ориентирован:

Место и роль предмета в базисном учебном плане

Программа ориентирована на создание у школьников основы для самостоятельной реализации учебной деятельности, обеспечивающей социальную успешность, развитие творческих способностей, саморазвитие и самосовершенствование, сохранение и укрепление здоровья обучающихся.

Описание ценностных ориентиров содержания учебного предмета

Содержание учебного предмета «Самбо» направлено на воспитание творческих, компетентных и успешных граждан России, способных к активной самореализации в личной, общественной и профессиональной деятельности. В процессе освоения курса у учащихся начальной школы укрепляется здоровье, формируются общие и специфические учебные умения, способы познавательной и предметной деятельности.

Личностные результаты освоения содержания образования в области физической культуры:

- •Формирование основ российской гражданской идентичности, чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, формирование ценностей многонационального российского общества:
- •Формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир в его органичном единстве и разнообразии природы, народов, культур и религий;
 - •Овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;
 - •Принятие и освоение социальной роли обучающегося, развитие мотивов учебной деятельности;
 - Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки;
 - •Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;
 - Развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;
- •Формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

Метапредметные результаты:

- •Овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств её осуществления;
 - •Освоение способов решения проблем творческого и поискового характера;
- •Формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
 - •Формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности;
 - •Освоение начальных форм познавательной и личностной рефлексии;
- •Использование знаково-символических средств представления информации для создания моделей изучаемых объектов и процессов;
- •Активное использование речевых средств и средств информационных и коммуникационных технологий для решения коммуникативных и познавательных задач.

Предметные результаты:

- •Формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека;
 - •Овладение умениями организовывать здоровьесберегающую жизнедеятельность;
- •Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок.

Методы и приемы:

Программа обучения физической культуре направлена на:

- реализацию принципа вариативности, обосновывающего планирование учебного материала в соответствии с половозрастными особенностями учащихся, материально-технической оснащённостью учебного процесса (спортивный зал, спортивные пришкольные площадки, бассейн), климатическими условиями и видом ОУ;

- реализацию принципа достаточности и сообразности, определяющего распределение учебного материала в конструкции основных компонентов двигательной (физкультурной) деятельности, особенностей формирования познавательной и предметной активности учащихся;

- соблюдение дидактических принципов «от известного к неизвестному» и «от простого к сложному», ориентирующих выбор и планирование учебного содержания в логике поэтапного его освоения, перевода учебных знаний в практические навыки и умения, в том числе и в самостоятельной деятельности;

- расширение межпредметных связей, ориентирующих планирование учебного материала на целостное формирование мировоззрения учащихся в области физической культуры, всестороннее раскрытие взаимосвязи и взаимообусловленности изучаемых явлений и процессов;

- усиление оздоровительного эффекта, достигаемого в ходе активного использования школьниками освоенных знаний, способов и физических упражнений в физкультурно-оздоровительных мероприятиях, режиме дня, самостоятельных занятиях физическими упражнениями.

Базовым результатом образования в области физической культуры в начальной школе является освоение учащимися основ физкультурной деятельности. Кроме того, предмет «Самбо» способствует развитию личностных качеств учащихся и является средством формирования у обучающихся универсальных способностей (компетенций). Эти способности (компетенции) выражаются в метапредметных результатах образовательного процесса и активно проявляются в разнообразных видах деятельности (культуры), выходящих за рамки предмета «Самбо».

Знания и умения, учащихся оцениваются на основании практической деятельности, устных ответов (выступлений), а также учитывая их соответствие требованиям программы обучения, по пятибалльной системе оценивания. Для одновременного закрепления и совершенствования двигательных навыков (техники) и развития соответствующих координационных и кондиционных способностей следует многократно повторять специально подготовительные упражнения, целенаправленно и часто изменяя отдельные параметры движений или их сочетания, условия выполнения этих упражнений, постепенно повышая интенсивность и объём физической нагрузки. В этих целях рекомендуется шире применять разнообразные методические приёмы, относящиеся к методу вариативного (переменного) упражнения, игровому и соревновательному. Таким путём достигается разностороннее развитие различных двигательных способностей и обеспечивается их связь с углублённым техническим и тактическим совершенствованием. В неотрывной связи необходимо точно распределять все компоненты нагрузки: объём работы, интенсивность, продолжительность и характер отдыха, число повторений упражнений. Нагрузку урока следует повышать постепенно и волнообразно.

Изучение теоретического материала должно осуществляться на всех уроках, но особенно на тех, где предусмотрено освоение двигательных действий и снижена нагрузка.

В работе используются все известные способы организации урока: фронтальный, групповой и индивидуальный. Рекомендуется достаточно шире применять метод индивидуальных заданий и дополнительных упражнений по овладению двигательными действиями, развитию физических способностей.

Для контроля за ходом учебно-воспитательного процесса используются контрольные упражнения. Их выполняют учащиеся по ходу овладения навыками для того, чтобы учитель мог корректировать обучение в конце определённого раздела и для оценки эффективности овладения навыком. Контроль и оценка используются для того чтобы закрепить потребность в регулярных занятиях физическими упражнениями и избранными видами спорта, стимулировать к самосовершенствованию.

Разрабатывая программу занятий необходимо принимать во внимание два аспекта образовательного процесса, вытекающие из теории адаптации: уже самые минимальные нагрузки будут достаточным «раздражителем», способным вызвать соответствующие адаптационные сдвиги в его организме; с самого начала занятий, обучая занимающихся новому упражнению, очень важно сделать акцент на роли концентрации и осознанности во время выполнения упражнения. Овладение навыками концентрации позволит снизить травматизм занятий, следует обращать его внимание на недопустимость отвлечения во время выполнения упражнения.

Практическое обучение упражнениям должно сопровождаться их строгим дозированием.

На занятии используется несколько различных методов в зависимости от задач занятия.

Словесные - играют ведущую роль. Постановка задач, объяснение, методические указания, замечания, объяснение ошибок, оценка деятельности, способы организации коллектива занимающихся и т.д.

Наглядные. К наглядным методам обучения относятся: демонстрация техники отдельного упражнения, наглядные методы способствуют дополнению, уточнению, коррекции образа двигательного действия; с их помощью активно формируется образ. Демонстрация целого движения и его отдельных частей (показ) может выполняться замедленно, с выделением отдельных, главных частей движения; с остановкой и т.д.

Показ всегда должен быть представлен в отличном исполнении. Реже, но всё же может быть использован показ ошибок.

Однако, чтобы воспроизвести движение, недостаточно его просто увидеть даже в самом хорошем исполнении: требуются объяснения, комментарии, которые помогут понять суть движения, облегчат его освоение, поэтому наглядные и словесные методы обучения зачастую используются вместе.

Практические. Метод строго регламентированного упражнения. Сущность методов строго регламентированного упражнения заключается в том, что каждое упражнение выполняется в строго заданной форме и с точно обусловленной нагрузкой.

Содержание предмета, курса

Техника безопасности на уроках по самбо, история возникновения самбо, основоположники самбо, форма одежды на занятиях, гигиена учащихся на уроках, правила соревнований, принципы безопасного падения, тактика ведения схватки, правила поведения в экстремальной ситуации.

2 раздел. Способы двигательной деятельности.

Физкультурно-оздоровительная деятельность

Дыхательные упражнения и упражнения на восстановление дыхания; упражнения на укрепление мышц спины и формирование правильной осанки; мероприятия, направленные на укрепления здоровья, повышения иммунитета обучающихся путём закаливания.

Физкультурно-спортивная деятельность

Упражнения, направленные на развитие основных двигательных качеств (координацию, ловкость, гибкость, быстроту, силу, выносливость); участие в соревнованиях по самбо.

Самостоятельная деятельность

Умение самостоятельно выполнять комплекс утренней гимнастики, проводить разминку во время занятий по самбо, составлять и планировать комплексы упражнений для разминки, участие в судействе соревнований по самбо.

3 раздел. Физическое совершенствование.

Общефизические упражнения, направленные на совершенствование основных двигательных качеств (координацию, ловкость, гибкость, быстроту, силу, выносливость) и культуры тела; специальнофизические упражнения, направленные на развитие и совершенствование сложно-координационных двигательных навыков, специальных групп мышц, не участвующих в повседневной жизни.

Распределение часов программного материала.

№	Разделы подготовки	Этапы подготовки				
		5 кл.	6 кл.	7 кл.	8 кл.	9 кл.
1	Теоретическая подготовка	4	4	4	4	4
2	Общая и специальная физическая подготовка	8	8	8	8	7
3	Самостраховка и падения	10	10	10	10	2
4	Технико-тактическая подготовка	10	10	10	10	20
5	Контрольные испытания	2	2	2	2	1
6	Общее количество часов	34	34	34	34	34
Итс	Итого:			170)	

Учебно-тематический план - 5 класс

№	Тема		Кол-во часов		
		всего	теория	практика	
1	Правила техники безопасности. Гигиена, форма одежды.	4	4		
2	Общая физическая подготовка	8		8	

3		6		6
	Изучение: падения вперед, назад, на правый бок, на левый бок.			
4	Изучение: кувырки вперед, назад	2		2
5	Изучение: кувырки вперед, назад с самостраховкой	2		2
6	Обучение технике и тактике САМБО, приемам борьбы стоя и	10		10
U	лёжа	10		10
7	Подвижные игры и эстафеты с элементами самостраховок и	В	В	В
	самбо.	процессе	процессе	процессе
		урока	урока	урока
8	Контрольные испытания	2		2
	Итого:	34	4	30

Учебно-тематический план -6 класс

Nº	Тема		ол-во часов	
		всего	теория	практика
1	Правила техники безопасности. Гигиена, форма одежды.	4	4	
2	Общая физическая подготовка	8		8
3	Изучение: падения вперед, назад, на правый бок, на левый бок.			6
4	Изучение: кувырки вперед, назад	2		2
5	Изучение: кувырки вперед, назад с самостраховкой	2		2
6	Обучение технике и тактике САМБО, приемам борьбы стоя и лёжа	10		10
7	Подвижные игры и эстафеты с элементами самостраховок и	В	В	В
	самбо.	процессе	процессе	процессе
		урока	урока	урока
8	Контрольные испытания	2		2
	Итого:	34	4	30

Учебно-тематический план -7 класс

№	Тема	К	ол-во часов		
		всего	теория	практика	
1	Правила техники безопасности. Гигиена, форма одежды.	4	4		
2	Общая физическая подготовка	8		8	
3	Изучение: падения вперед, назад, на правый бок, на левый бок.	6		6	
4	Изучение: кувырки вперед, назад	2		2	
5	Изучение: кувырки вперед, назад с самостраховкой	2		2	
5	Обучение технике и тактике САМБО, приемам борьбы стоя и лёжа	10		10	
7	Подвижные игры и эстафеты с элементами самостраховок и	В	В	В	
	самбо.	процессе	процессе	процессе	
		урока	урока	урока	
8	Контрольные испытания	2		2	
	Итого:	34	4	30	

Учебно-тематический план -8 класс

No	№ Тема		Кол-во часов		
		всего	теория	практика	
1	Правила техники безопасности. Гигиена, форма одежды.	4	4		

2	Общая физическая подготовка	8		8
3	Изучение: падения вперед, назад, на правый бок, на левый бок.	6		6
4	Изучение: кувырки вперед, назад	2		2
5	Изучение: кувырки вперед, назад с самостраховкой	2		2
6	Обучение технике и тактике САМБО, приемам борьбы стоя и лёжа	10		10
7	Подвижные игры и эстафеты с элементами самостраховок и	В	В	В
	самбо.	процессе	процессе	процессе
		урока	урока	урока
8	Контрольные испытания	2		2
	Итого:	34	4	30

Учебно-тематический план -9 класс

No	Тема	К	ол-во часов		
		всего	теория	практика	
1	Правила техники безопасности. Гигиена, форма одежды.	4	4		
2	Общая физическая подготовка	7		7	
3	Совершенствование навыков страховки и самостраховки, безопасного падения.	2			
4	Обучение технике и тактике САМБО, приемам борьбы стоя и лёжа	20		20	
5	Подвижные игры и эстафеты с элементами самостраховок и	В	В	В	
	самбо.	процессе	процессе	процессе	
		урока	урока	урока	
6	Контрольные испытания	1		1	
	Итого:	34	4	30	

Тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности обучающихся.

Тематическое планирование курса для 5-6-7 класса.

Всего 34 ч.

Тема	Основное содержание по теме	Характеристика деятельности учащихся
Pas	вдел 1. Правила техники безопасно	сти. Гигиена, форма одежды
Инструктаж по технике безопасности на уроках самбо	Инструктаж по технике безопасности на уроках самбо.	Знать правила техники безопасности по самбо. Выполнять упражнения и двигательные действия на уроках самбо в соответствии с правилами техники безопасности.
	Одежда для занятий физическими упражнениями в самбо в разное время года	Подбирать спортивную одежду в зависимости от времени года и погодных условий; подбирать необходимый инвентарь для занятий разными видами физических упражнений в самбо.
Правила личной	Гигиенические процедуры как	Объяснять значение понятия

Тема	Основное содержание по теме	Характеристика деятельности учащихся
гигиены	часть режима дня; правила выполнения закаливающих процедур	«гигиенические процедуры»; знать правила выполнения элементарных закаливающих процедур.
Основы техники и тактики самбо	Правила самбо, критерии оценки технических действий в самбо.	Знать общие правила самбо. Уметь показывать оценки за технические действия в самбо (броски, удержания, болевые приемы)
	Раздел 2. Общая физичес	ская подготовка
Общая физическая подготовка в самбо.		Понимать значение понятий «двигательные качества», «выносливость», «сила», «быстрота», «гибкость», «ловкость»; выполнять комплексы упражнений для развития
Разлел 3. Сове	NIHEHETRORAHUE HARLIKOR ETDAYORKI	и и самостраховки, безопасного падения
Падение вперед.	Падение вперед: нырки вперед с отжиманием и прогибом в спине.	Знать основы группировки при падении, уметь выполнять технику падения вперед.
Падение назад.	Падение назад: хлопки руками лежа на спине, перекаты на спину с хлопками.	Знать основы группировки при падении, уметь выполнять технику падения назад.
Падение на правый бок.	Падение на правый бок: хлопки правой рукой лежа на правом боку, перекаты на правый бок с хлопками.	Знать основы группировки при падении, уметь выполнять технику падения на правый бок.
Падение на левый бок.	Падение на левый бок: хлопки левой рукой лежа на левом боку, перекаты на левый бок с хлопками.	Знать основы группировки при падении, уметь выполнять технику падения на левый бок.
Раздел 4	. Обучение технике и тактике САМ	ІБО, приемам борьбы стоя и лёжа

Тема	Основное содержание по теме	Характеристика деятельности учащихся
Техника самбо в партере.	Техника самбо в партере. Удержания, перевороты на удержания, защита от удержаний.	Знать виды удержаний, перевороты, защиту от удержаний. Уметь выполнять удержания, перевороты, защиту от удержаний.
Техника самбо в стойке.	Техника самбо в стойке. Броски, освобождение от захватов, защита от ударов рукой и ногой.	Знать переднюю и заднюю подножки, освобождение от захватов за руки, туловище и волосы
Тактика самбо.	Основные тактические действия в самбо	Ориентироваться в правилах самбо, уметь оттолкнуться от правил и выстроить тактический рисунок борьбы.

Тематическое планирование 8-9 классы.

Всего 34 ч.

DCC10 34 4.	T	T
Тема	Основное содержание по теме	Характеристика деятельности учащихся
Разде	л 1. Правила техники безопасності	и. Гигиена, форма одежды (4 ч)
Инструктаж по технике безопасности на уроках самбо	Инструктаж по технике безопасности на уроках самбо.	Знать правила техники безопасности по самбо. Выполнять упражнения и двигательные действия на уроках самбо в соответствии с правилами техники безопасности.
	Одежда для занятий физическими упражнениями в самбо в разное время года	Подбирать спортивную одежду в зависимости от времени года и погодных условий; подбирать необходимый инвентарь для занятий разными видами физических упражнений в самбо.
Правила личной гигиены	Гигиенические процедуры как часть режима дня; правила выполнения закаливающих процедур	Объяснять значение понятия «гигиенические процедуры»; знать правила выполнения элементарных закаливающих процедур.
Основы техники и тактики самбо	Правила самбо, критерии оценки технических действий в самбо.	Знать общие правила самбо. Уметь показывать оценки за технические действия в самбо (броски, удержания, болевые приемы)
	Раздел 2. Общая физическа	я подготовка (7 ч)
Общая физическая подготовка в самбо.		Понимать значение понятий «двигательные качества», «выносливость», «сила», «быстрота», «гибкость»,

Тема	Основное содержание по теме	Характеристика деятельности учащихся
	разведёнными в сторону руками, наклоны туловища вперёд, махи правой и левой ногой вперёд и назад, в сторону, глубокие выпады правой и левой ногой вперёд и вбок), силы мышц (отжимание от пола в упоре лёжа и в упоре на гимнастической скамейке), выносливости (длительный бег в среднем темпе), ловкости (подвижные игры), быстроты движений (выпрыгивания вверх на двух ногах, прыжки с разведением ног в стороны, прыжки с захватом ног руками)	«ловкость»; выполнять комплексы упражнений для развития основных двигательных качеств.
	ршенствование навыков страховк (2 ч.)	и и самостраховки, безопасного падения
Падение вперед.	Падение вперед: нырки вперед с отжиманием и прогибом в спине.	Знать основы группировки при падении, уметь выполнять технику падения вперед.
Падение назад.	Падение назад: хлопки руками лежа на спине, перекаты на спину с хлопками.	Знать основы группировки при падении, уметь выполнять технику падения назад.
Падение на правый бок.	Падение на правый бок: хлопки правой рукой лежа на правом боку, перекаты на правый бок с хлопками.	Знать основы группировки при падении, уметь выполнять технику падения на правый бок.
Падение на левый бок.	Падение на левый бок: хлопки левой рукой лежа на левом боку, перекаты на левый бок с хлопками.	Знать основы группировки при падении, уметь выполнять технику падения на левый бок.
Раздел 4. О	бучение технике и тактике САМБО	О, приемам борьбы стоя и лёжа (20ч)
Техника самбо в партере.	Техника самбо в партере. Удержания, перевороты на удержания, защита от удержаний.	Знать виды удержаний, перевороты, защиту от удержаний. Уметь выполнять удержания, перевороты, защиту от удержаний.
Техника самбо в стойке.	Техника самбо в стойке. Броски, освобождение от захватов, защита от ударов рукой и ногой.	Знать переднюю и заднюю подножки, освобождение от захватов за руки, туловище и волосы

Тема	Основное содержание по теме	Характеристика деятельности учащихся
Тактика самбо.	Camoo	Ориентироваться в правилах самбо, уметь оттолкнуться от правил и выстроить тактический рисунок борьбы.

Требования к уровню подготовки обучающихся:

Личностные результаты:

- активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
 - -проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- -оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов.

Метапредметные результаты:

- обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления;
- общение и взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечение защиты и сохранности природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- организация самостоятельной деятельности с учетом требований ее безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планирование собственной деятельности, распределение нагрузки и отдыха в процессе ее выполнения:
- анализ и объективная оценка результатов собственного труда, поиск возможностей и способов их улучшения;
- видение красоты движений, выделение и обоснование эстетических признаков в движениях и передвижениях человека;
 - оценка красоты телосложения и осанки, сравнение их с эталонными образцами;
- управление эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильное выполнение двигательных действий из базовых видов спорта, использование их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметные результаты:

- планирование занятий физическими упражнениями в режиме дня, организация отдыха и досуга с использованием средств физической культуры;

- изложение фактов истории развития физической культуры, характеристика её роли и значения в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью;
- представление физической культуры как средства укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- измерение (познавание) индивидуальных показателей физического развития (длины и массы тела), развитие основных физических качеств;
- оказание посильной помощи и моральной поддержки сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибок и способов их устранения;
- организация и проведение со сверстниками подвижных игр и элементов соревнований, осуществление их объективного судейства;
- -бережное обращение с инвентарем и оборудованием, соблюдение требований техники безопасности к местам проведения;
- организация и проведение занятий физической культурой с разной целевой направленностью, подбор для них физических упражнений и выполнение их с заданной дозировкой нагрузки;
- -характеристика физической нагрузки по показателю частоты пульса, регулирование ее напряженности во время занятий по развитию физических качеств;
 - -взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- -объяснение в доступной форме правил (техники) выполнения двигательных действий, анализ и поиск ошибок, исправление их;
 - подача строевых команд, подсчет при выполнении общеразвивающих упражнений;
- нахождение отличительных особенностей в выполнении двигательного действия разными учениками, выделение отличительных признаков и элементов;
- -выполнение технических действий из базовых видов спорта, применение их в игровой и соревновательной деятельности;
- выполнение жизненно важных двигательных навыков и умений различными способами, в различных условиях.

Критерии и нормы оценки результатов освоения реализуемой программы предмета

«Самбо»

5-6-7 класс.

В результате освоения обязательного минимума содержания учебного предмета «Самбо» учащиеся 5-6-7 класса получать возможность научиться:

- определять уровень развития физических качеств (силы, быстроты, гибкости);
- вести наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью;
- выполнять комплексы упражнений для развития равновесия;
- демонстрировать уровень физической подготовленности иметь представление:
- о физических качествах и общих правилах определения уровня их развития;
- о правилах проведения закаливающих процедур;
- об осанке и правилах использования комплексов физических упражнений для формирования

правильной осанки;

В процессе изучения программы, обучающиеся должны:

ЗНАТЬ:

5-6-7 класс

- правила техники безопасности на уроках по САМБО;
- форму одежды на занятиях по САМБО;
- правила личной гигиены.

УМЕТЬ:

5-6-7 класс

- выполнять кувырки вперед, назад, через правую и левую руку;
- выполнять падения вперед, назад, на правый и левый бок;
- удержание сбоку, поперек;
- перевороты на удержания сбоку и поперек, защиту от удержаний сбоку и поперек;
- заднюю и переднюю подножку;
- освобождение от захватов.

ИСПОЛЬЗОВАТЬ:

- применение самостраховки при неожиданном падении (на улице, катке, дома, в школе)
- применение приёмов стоя и лёжа для участия в школьных и других соревнованиях по самбо;

T.C.	()ценка успеваемости	
Контрольные упражнения	удовлетворительно.	хорошо	онрицто
1.Падение на спину с самостраховкой.	Руки разбросаны или падение на локти, голова касается гимн. мата.	Нечёткий хлопок руками о гимн. мат.	Чёткий хлопок руками о гимнастический мат, подбородок прижат к груди.
2.Падение на бок с самостраховкой.	Заваливание на бок, нечёткий хлопок рукой или падение на локоть, неточная постановка ног при перекате на бок.	Неточная постановка ног	Чёткий хлопок рукой о гимнаст. мат, правильная постановка ног.
3. Падение вперед.	_	Отсутствие прогиба в спине	Мягкое падение вперед за счет отжимания и перехода в контрольное положение с прогибом в пояснице («рыбка»).
4. Кувырок вперед.	Касание гимн. мата головой, плечом при кувырке вперед. Перекат на колени или на таз. Исходное положение на коленях. Подбородок не прижат к груди.	Кувырок вперед с колен.	Четкий кувырок вперед в группировке, перекат на спину в упор присев не касаясь головой и коленями.
5. Кувырок назад.	Касание гимн. мата затылком, назад. Перекат на колени. Исходное положение сед согнув ноги. Подбородок не прижат к груди.	колен.	Четкий кувырок вперед в группировке, перекат на спину в упор присев, не касаясь головой и коленями.
	Руки разбросаны или падение на локти, голова касается гимн. мата.	руками о гимн. мат.	Чёткий хлопок руками о гимнаст. мат, голова на груди.
7. Падение на бок с самостраховкой через партнёра.	локоть.	Неточная постановка ног при перекате	Чёткий хлопок рукой о гимнаст. мат, правильная постановка ног.
8. Освобождение от захватов.	Знать варианты освобождений от разных захватов и уметь показать любой по выбору.	Знать варианты освобождений от разных захватов и уметь их показать в среднем темпе без сопротивления соперника.	Знать варианты освобождений от разных захватов и уметь показать в среднем темпе с полу сопротивлением соперника.
9. Защита от ударов рукой.	Знать варианты защит от разных ударов и уметь показать любой по выбору.	Знать варианты защит от разных ударов и уметь их показать в среднем темпе	Знать варианты защит от разных ударов и уметь показать в среднем темпе с полусопротивлением

		без	соперника.
		сопротивления	
		соперника.	
10. Защита от ударов	Знать варианты защит от		Знать варианты защит от
ногой.	разных ударов и уметь	Знать варианты	разных ударов и уметь
	показать любой по выбору.	защит от разных	показать в среднем темпе с
		ударов и уметь их	полусопротивлением
		показать в	соперника.
		среднем темпе без	
		сопротивления	
		соперника.	
11. Сопровождение	Знать принципы		Уметь показать приём
нарушителя.	сопровождения	Уметь показать	сопровождения нарушителя
	нарушителя.	приём	в темпе.
		сопровождения	
		нарушителя в	
		среднем темпе без	
		сопротивления	
		соперника.	

Примечание: знание истории создания и развития самбо, а также участие в соревнованиях, даёт право получение отметки «отлично» автоматом.

8-9 класс.

В результате освоения обязательного минимума содержания учебного предмета «Самбо» учащиеся 8-9 класса получать возможность научиться:

- определять уровень развития физических качеств (силы, быстроты, гибкости);
- вести наблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью;
- выполнять комплексы упражнений для развития равновесия;
- демонстрировать уровень физической подготовленности иметь представление:
- о физических качествах и общих правилах определения уровня их развития;
- о правилах проведения закаливающих процедур;
- об осанке и правилах использования комплексов физических упражнений для формирования правильной осанки;

В процессе изучения программы, обучающиеся должны: ЗНАТЬ:

8-9 класс

- правила техники безопасности на уроках по САМБО;
- форму одежды на занятиях по САМБО;
- правила личной гигиены.

УМЕТЬ:

8-9 класс

- выполнять кувырки вперед, назад, через правую и левую руку;
- выполнять падения вперед, назад, на правый и левый бок;
- удержание сбоку, поперек;

- перевороты на удержания сбоку и поперек, защиту от удержаний сбоку и поперек;
- заднюю и переднюю подножку;
- освобождение от захватов.
- прямой удар рукой, защита от прямого удара рукой
- боковой удар ногой, защита от бокового удара ногой.

ИСПОЛЬЗОВАТЬ:

- применение самостраховки при неожиданном падении (на улице, катке, дома, в школе).
- применение приёмов стоя и лёжа для участия в школьных и других соревнованиях по самбо;

Контрольные	Оценка успеваемости								
упражнения	удовлетворительно.	хорошо	онрикто						
1.Падение на спину с самостраховкой.	Руки разбросаны или падение на локти, голова касается гимн. мата.	Нечёткий хлопок руками о гимн. мат.	Чёткий хлопок руками о гимнастический мат, подбородок прижат к груди.						
2.Падение на бок с самостраховкой.	Заваливание на бок, нечёткий хлопок рукой или падение на локоть, неточная постановка ног при перекате на бок.	Неточная постановка ног	Чёткий хлопок рукой о гимнаст. мат, правильная постановка ног.						
3. Падение вперед.	-	Отсутствие прогиба в спине	Мягкое падение вперед за счет отжимания и перехода в контрольное положение с прогибом в пояснице («рыбка»).						
4. Кувырок вперед.	Касание гимн. мата головой, плечом при кувырке вперед. Перекат на колени или на таз. Исходное положение на коленях. Подбородок не прижат к груди.	Кувырок вперед с колен.	Четкий кувырок вперед в группировке, перекат на спину в упор присев не касаясь головой и коленями.						
5. Кувырок назад.	Касание гимн. мата затылком, назад. Перекат на колени. Исходное положение сед согнув ноги. Подбородок не прижат к груди.	колен.	Четкий кувырок вперед в группировке, перекат на спину в упор присев, не касаясь головой и коленями.						
самостраховкой через	Руки разбросаны или падение на локти, голова	руками о гимн.	Чёткий хлопок руками о гимнаст. мат, голова						
партнёра.	касается гимн. мата.	мат.	на груди.						
7. Падение на бок с	Заваливание на бок,	Неточная	Чёткий хлопок рукой о						

самостраховкой через	нечёткий хлопок рукой или	постановка ног	гимнаст. мат,
партнёра.	падение на локоть,	при перекате	правильная постановка
	неточная постановка ног	через плечо на бок.	ног.
	при перекате через плечо на		
	бок.		
8. Освобождение от	Знать варианты		Знать варианты
захватов.	освобождений от разных	Знать варианты	освобождений от разных
	захватов и уметь показать	освобождений от	захватов и уметь показать в
	любой по выбору.	разных захватов и	среднем темпе с
		уметь их показать в	полусопротивлением
		среднем темпе без	соперника.
		сопротивления	
		соперника.	
9. Защита от ударов	Знать варианты защит от		Знать варианты защит от
рукой.	разных ударов и уметь	Знать варианты	разных ударов и уметь
	показать любой по выбору.	защит от разных	показать в среднем темпе с
		ударов и уметь их	полусопротивлением
		показать в	соперника.
		среднем темпе без	
		сопротивления	
		соперника.	
10. Защита от ударов	Знать варианты защит от		Знать варианты защит от
ногой.	разных ударов и уметь	Знать варианты	разных ударов и уметь
	показать любой по выбору.	защит от разных	показать в среднем темпе с
		ударов и уметь их	полусопротивлением
		показать в	соперника.
		среднем темпе без	
		сопротивления	
		соперника.	
11. Сопровождение	Знать принципы		Уметь показать приём
нарушителя.	сопровождения	Уметь показать	сопровождения нарушителя
	нарушителя.	приём	в темпе.
		сопровождения	
		нарушителя в	
		среднем темпе без	
		сопротивления	
		соперника.	

Материально-техническое обеспечение образовательного процесса по учебному предмету «Самбо»

К физкультурному оборудованию предъявляются специальные гигиенические, педагогические и эстетические требования. Подбор оборудования определяется программными задачами физического воспитания учащихся.

Размеры и масса инвентаря должны соответствовать возрастным особенностям школьников. Его количество определяется из расчёта активного участия всех учащихся в процессе занятий.' Оборудование должно соответствовать требованиям ФГОС и СанПиН 2.4.2.2821—10 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях». Важнейшее требование — безопасность спортивного инвентаря и физкультурного оборудования. Для выполнения требований безопасности необходимо обеспечить прочную установку снарядов, правильную обработку

деревянных предметов (палки, рейки гимнастической стенки и др.). Во избежание травм они должны быть хорошо отполированы. Металлические снаряды делаются с закруглёнными углами. Все спортивные снаряды и инвентарь проверяются учителем физической культуры перед уроком.

Объекты и средства материально-технического обеспечения: музыкальный центр, мегафон, аудиозаписи, бревно напольное (3 м), козёл гимнастический, перекладина гимнастическая (пристеночная), стенка гимнастическая, скамейки гимнастические жёсткие (4 м, 2 м), комплект навесного оборудования (перекладина, мишени для метания, тренировочные баскетбольные щиты), мячи (набивные 1 кг и 2 кг, малые теннисные, малые мягкие, баскетбольные, волейбольные, футбольные), палки гимнастические, скакалки детские, маты гимнастические, акробатическая дорожка, коврики (гимнастические, массажные), кегли, обручи пластиковые детские, планка для прыжков в высоту, стойки для прыжков в высоту, флажки (разметочные с опорой, стартовые), лента финишная, дорожка разметочная резиновая для прыжков, рулетка измерительная, набор инструментов для подготовки прыжковых ям, лыжи детские (с креплениями и палками), щит баскетбольный тренировочный, сетка для переноса и хранения мячей, жилетки игровые с номерами, волейбольные стойки универсальные, сетка волейбольная, оборудование для игры в настольный теннис (стол, сетка, ракетки, мячи), шахматы, шашки, контейнер с комплектом игрового инвентаря, станок хореографический, палатки туристические, рюкзаки туристические, вещевые мешки, коврики туристические, фонарь, компас, нож, посуда (металлическая или пластиковая), аптечка.

Мебель и оборудование кабинета самбо: компьютер, лазерные диски или флеш-накопители, оборудование для показа видеоматериалов, видеоматериалы на различных носителях (киноплёнке, лазерных дисках), дидактические карточки, образовательные программы, учебно-методические пособия, периодические издания по предмету «Физическая культура», настенные таблицы (соответствующие программе обучения). Также необходимо вспомогательное оборудование для оснащения мест хранения спортивного инвентаря. (Приложение № 1)

Список литературы:

- 1. Физическая культура: Примерная образовательная программа и методическое пособие раздел самбо (для учащихся 2-11 классов)/ Р.В.Алексеев. М., 2011.
- 2. Борьба самбо: Программа для спортивных секций коллективов физической культуры. Е.М. Чумаков. М.: Физкультура и спорт, 1954.
- 3. Букварь самбиста/ Е.Я. Гаткин. М., 1997.
- 4. Самбо для начинающих/ Е.Я. Гаткин. М., 2001.
- 5. Спортивная борьба: Учебное пособие/ В.М. Игуменов, Б.А. Подливаев. М.: Просвещение, 1993.
- 6. Настольная книга учителя физкультуры/ Б.И. Мишин. М., АСТ Астрель, 2003.
- 7. Самбо: Примерная программа спортивной подготовки для детско- юношеских спортивных школ, специализированных детско-юношеских школ олимпийского резерва/ С.Е. Табаков, С.В. Елисеев, А.В. Конаков. М.: Советский спорт, 2008.
- 8. Борьба самбо/ Л.Б.Турин. М.: Советская Россия, 1963.

- 9. Чумаков Е.М. Сто уроков самбо/ Под редакцией С.Е.Табакова. изд. 5-е, М., Физкультура и спорт, 2002.
- 10. Физическая подготовка борца: Учебное пособие/ Е.М.Чумаков. М., ГЦОЛИФК, 1996. Интернет ресурсы.
- 1. http://www.edu.ru/
- 2. http://www.encyclopedia.ru/
- 3. http://www.nachalka.ru/

Тематическое планирование по физкультуре 5 класс

№ УР°	Тема урока	По плану	Факт	Решаемые проблемы	Виды деятельности	Отрабатываемые	е УУД требования к учащихся.	уровню подготовки	Домашнее задание
ка					(элементы	Предметные	УУД	Личностные	1
					содержания)				
1				Знать	Первичный	Научиться		Осознание, оценка и	Индивидуа
	Знания о физической			безопасное	инструктаж на	применять		принятие	льные
	культуре			поведение	рабочем месте по	правила ТБ на	Р.: применять	социальных	задания
	Инструктаж по			на уроке самбо.	технике	уроках.	правила подбора	норм поведения	
	технике			Получение	безопасности.	Рассказывать	одежды для	в школе.	
	безопасноти на			информации	Инструктаж по	краткую	занятий самбо. П.:		
	занятиях				самбо. Понятие о	информацию	давать оценку		
	самбо.				физической	об истории	погодным		
	История				нагрузке (объем,	самбо.	условиям и		
	самбо.				продолжительность,		подготовке к уроку		
					интенсивность).		самбо.		
					История появления		К.:		
					И		осуществлять		
					становления		взаимный контроль		
					самбо.		И		
							оказывать в		
							сотрудничестве		
							необходимую		
							взаимопомощь.		
2	Спортивно-			Правильное	Ходьба	Научиться	P:	Самостоятельно	Индивидуа
				выполнение	различными	выполнять	ориентироваться	осваивать	ые
	оздоровитель			кувырка	способами	кувырок	В	технику и	задания
	ная			вперед,	комплексная	вперед,	разнообразии	выполнять	
	деятельность			удержания	разминка на	удержание	способов	кувырок вперед,	
				сбоку	месте, растяжка.	сбоку	решения задач;	удержание сбоку	

	Самбо.		Спец. упр-я с			выявлять и	
	Кувырок		использованием		вносить	устранять	
	вперед,		мягкого		дополнения и	характерные	
	удержание		покрытия зала.		изменения в	ошибки .	
	сбоку.		Изучение: Кувырок		план действия.	Развивать	
			вперед, удержания		П:	координацию и	
			сбоку Развитие			вестибулярный	
			координации,		использовать знаково	аппарат.	
			командного духа			F	
			класса. Игра на		символические		
			выбор:		средства, в том		
			«Крокодильчики »,		числе модели и		
			«Регби на		схемы, для		
			коленках», «Третий		решения задач.		
			лишний»		К: определять цели,		
					функции		
					участников,		
					способы		
					взаимодействия;		
					координировать и		
					принимать		
					различные		
					позиции во		
					взаимодействии		
3	Самбо.	Правильное	Ходьба	Научиться	P:	Самостоятельно	Индивидуа
		_		•			
	Кувырок	выполнение	различными	ВЫПОЛНЯТЬ	ориентироваться	осваивать	льные
	вперед,	кувырка	способами	кувырок	В	технику и	задания
	удержание	назад	комплексная	вперед,	разнообразии	выполнять	
	поперек.		разминка на	удержание	способов	кувырок вперед,	
			месте, растяжка.	поперек.	решения задач;	удержание	
			Спец. упр-я с		вносить	поперек,	
			использованием		дополнения и	выявлять и	
			мягкого		изменения в	устранять	
			покрытия зала.		план действия.	характерные	
			Совершенствование		Π:	ошибки.	
			: кувырок		использовать	Развивать	
			вперед.		знаково-	координацию и	
			Изучение:		символические	вестибулярный	

			удержание поперек. Развитие координации, командного духа класса. «Крокодильчики », «Регби на коленках», «Третий лишний»		средства, в том числе модели и схемы, для решения задач. К: определять цели, функции участников, способы взаимодействия, Координировать и принимать различные позиции во взаимодействии	аппарат.	
4	Самбо. Кувырок вперед, переворот на удержание сбоку	Правильное выполнение кувырка вперед, переворота на удержание сбоку	Ходьба различными способами комплексная разминка на месте, растяжка. Спец. упр-я с использованием мягкого покрытия зала. Закрепление: Кувырок вперед. Изучение: переворот на удержание сбоку Развитие координации, командного духа класса. Игра на выбор: «Крокодильчики », «Регби на	Научиться выполнять кувырок вперед, переворот на удержание сбоку	Р: ориентироваться в разнообразии способов решения задач; вносить дополнения и изменения в план действия. П: использовать знаково- символические средства, в том числе модели и схемы, для решения задач. К: определять цели, функции участников, способы	Самостоятельно осваивать технику и выполнять кувырок вперед, переворот на удержание сбоку, выявлять и устранять характерные ошибки. Развивать координацию и вестибулярный аппарат.	Индивидуа льные задания

			коленках», «Третий лишний»		Взаимодействия, координировать и принимать различные позиции во взаимодействии		
5	Самбо КУ - кувырок вперед.	Выполнять кувырок вперед	Ходьба различными способами комплексная разминка на месте, растяжка. комплексная разминка на месте, растяжка. КУ-кувырок вперед. Развитие координации, командного духа класса.	Выполнять кувырок вперед.	Р: использовать установленные правила в контроле способа решения. П: ставить и формулировать проблемы. К: договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности	Самостоятельно осваивать кувырок вперед, для развития координации, вести бюлярного аппарата и навыков группировки.	
6	Самбо. Кувырок назад, переворот на удержание поперек	Правильное выполнение кувырка назад, переворота на удержание поперек	Ходьба различными способами комплексная разминка на месте, растяжка. Спец. упр-я с использованием мягкого покрытия зала Изучение: кувырок назад, переворот на	Научиться выполнять кувырок назад, переворот на удержание поперек	Р: ориентироваться в разнообразии способов решения задач; вносить дополнения и изменения в план действия. П: использовать знаково-	Самостоятельно осваивать технику и выполнять кувырок назад, переворот на удержание поперек, выявлять и устранять характерные ошибки. Развивать	Индивидуа льные задания

	удержание поперек. Развитие координации, командного духа класса. Игра на выбор: «Крокодильчики », «Регби на коленках», «Третий лишний»	числе модели и схемы, для решения задач. К: определять цели, функции участников, способы	координацию и вестибулярный аппарат.	
--	--	--	--	--

7	Самбо.		Правильное	Ходьба	Научиться	P:	Самостоятельно	Индивидуа
	Кувырок		выполнение	различными	выполнять	ориентироваться	осваивать	льные
	назад,		кувырка	способами	кувырок назад,	В	технику и	задания
	защита от		назад,	комплексная		разнообразии	выполнять	
	удержания		защиты от	разминка на месте,	I	способов решения	кувырок назад,	
	сбоку.		удержания	растяжка. Спец.		задач;	защиту от	
			сбоку	упр-я с		вносить	удержания сбоку,	
			•	использованием		дополнения и	выявлять и	
				мягкого		изменения в	устранять	
				покрытия зала.		план действия.	характерные	
				Закрепление:		П:	ошибки.	
				Кувырок вперед.		использовать	Развивать	
				Совершенствование:		знаково	координацию и	
				кувырок		символические	вестибулярный	
				назад.		средства, в том	аппарат.	
				Изучение: защита от		числе модели и		
				удержания сбоку.		схемы, для		
				Развитие		решения задач.		
				координации,		К: определять		
				командного духа		цели, функции		
				класса. Игра на		участников,		
				выбор:		способы		
				«Крокодильчики»,		взаимодействия,		
				«Регби на				
				коленках», «Третий		координировать и		
				лишний»		принимать		
						различные		
						позиции во		
						взаимодействи		
						И		
8	Самбо	-	Выполнять	Ходьба	Выполнять	Р: использовать	Самостоятельно	Индивидуа
	КУ - кувырок]	кувырок			установленные	осваивать	льные
	назад.		назад.	_	-	правила в	кувырок назад, для	задания
				комплексная		контроле	развития	
				разминка на месте,		способа	координации, вести	
				растяжка.		решения.	булярного аппарата	
				комплексная		П: ставить и	И	
				разминка на		формулировать	навыков	

			месте, растяжка.			группировки.	
			КУ- кувырок назад.		проблемы.		
			Развитие		K:		
			координации,		договариваться		
			командного духа		0		
			класса.		распределении		
					функций и ролей в		
					совместной		
					деятельности		
9	Защита от удержания	Правильное		Научиться	Р: вносить	Самостоятельно	Индивидуа
	сбоку.	выполнение		выполнять	необходимые	осваивать	льные
	cooky.	защиты от	V 6	защиту от			
			Ходьба	удержания сбоку	коррективы в действие после его	технику и выполнять	задания
		удержания сбоку.	различными	удержания сооку			
		cooky.	способами		завершения	защиту от	
			комплексная		на основе его	удержания сбоку,	
			разминка на месте,		оценки и учета	и атримента	
			растяжка. Спец.		сделанных ошибок.	устранять характер	
			упр-я с			ные ошибки.	
			использованием		П: осознанно	Развивать	
			МЯГКОГО			координацию и	
			покрытия зала.			вести булярн ый	
			Повторение:		К:задавать вопросы,	аппарат.	
			кувырок вперед,		формулировать		
			кувырок назад,		свою позицию		
			кувырок через				
			правую руку с				
			колен, кувырок				
			через левую руку с				
			колен. Развитие				
			координации,				
			командного духа				
			класса.				
			«Крокодильчики»,				
			«Регби на				
			коленках», «Третий				
			лишний»				
10	Спортивно-	Правильное	Инструктаж по т.б.	Научиться	Р:вносить	Самостоятельно	Индивидуа
10		выполнение		выполнять	необходимые	осваивать	льные

	оздоровит	падения		падение	коррективы в	технику падения	задания
	ельная	назад,	Ходьба	назад, защиту от	действие после его	назад, защиту от	
	деятельно	защиты от	различными	удержания	завершения	удержания поперек,	
	сть.	удержания	способами	поперек.	на основе его	для развития	
	Самбо. Инструктаж по	поперек.	комплексная		оценки и учета	координации,	
	т.б. Падение назад,		разминка на месте,		сделанных	вестибулярного	
	защита от		растяжка. Спец.		ошибок.	аппарата и	
	удержания		упр-я с		П: осознанно	навыков	
	поперек.		использованием		строить сообщения	самозащиты.	
	•		мягкого		в устной форме.		
			покрытия зала.		К: задавать вопросы	,	
			Изучение: падение		формулировать		
			назад,		свою позицию		
			защиты от				
			удержания				
			поперек.				
			Развитие				
			координации,				
			командного духа				
			класса.				
			«Крокодильчики»,				
			«Регби на				
			коленках», «Третий				
			лишний»				
11	Самбо.	Правильное	Ходьба	Научиться	Р: вносить	Самостоятельно	Индивидуа
	Падение	выполнение	различными	выполнять	необходимые	осваивать	льные
	назад,	падения	способами	падение	коррективы в	технику падения	задания
	защита от	назад,	комплексная	назад, защиту	действие после	назад, защиту от	
	удержания	защита от	разминка на	от удержания	его завершения	удержания	
	поперек.	удержания	месте, растяжка.	поперек.	на основе его	поперек, для	
		поперек.	Спец. упр-я с		оценки и учета	развития	
			использованием		сделанных	координации,	
			мягкого		ошибок.	вестибулярного	
			покрытия зала.		П: осознанно	аппарата и	
			Совершенствова		строить	навыков	
			ние: падение		сообщения в	самозащиты.	
			назад, защиты от		устной форме.		
			удержания		К:задавать		

					вопросы,		
			поперек.		формулировать		
			Развитие		свою позицию		
			координации,		,		
			командного духа				
			класса.				
			«Крокодильчики»,				
			«Регби на				
			коленках», «Третий				
			лишний»				
12	Самбо.	Выполнять	Ходьба	Выполнять	Р: использовать	Самостоятельно	Индивидуа
	КУ-	падение	различными	падение	установленные	осваивать	льные
	падение	назад	способами	назад.	правила в	технику падения	задания
	назад.		комплексная		контроле	назад, для	
			разминка на		способа	развития	
			месте, растяжка.		решения.	координации,	
			комплексная		П: ставить и	вестибулярного	
			разминка на		формулировать	аппарата и	
			месте, растяжка.		проблемы.	навыков	
			КУ- падение		К:	самозащиты.	
			назад. Развитие		договариваться		
			координации,		О		
			командного духа		распределении		
			класса.		функций и		
					ролей в		
					совместной		
					деятельности		
13	Самбо.	Правильное	Ходьба	Научиться	Р: вносить	Самостоятельно	Индивидуа
	падение	выполнение	различными	выполнять	необходимые	осваивать	льные
	вперед.	падения	способами	падение	коррективы в	техники	задания
		вперед.	комплексная	вперед.	действие после	падений, для	
			разминка на		его завершения	развития	
			месте, растяжка.		на основе его	координации,	
			Спец. упр-я с		оценки и учета	вестибулярного	
			использованием		сделанных	аппарата и	
			мягкого		ошибок.	навыков	
			покрытия зала.		П: осознанно	самозащиты.	
			Изучение:		строить		

14	Самбо. падение вперед.	Правильное выполнение падения вперед.	падение вперед. Развитие координации, командного духа класса. «Крокодильчики », «Регби на коленках», «Третий лишний» Ходьба различными способами комплексная разминка на месте, растяжка. Спец. упр-я с использованием мягкого покрытия зала. Совершенствова ние: падение вперед. Развитие координации,	выполнять падение вперед.	сообщения в устной форме. К: задавать вопросы, формулировать свою позицию Р: вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок. П: осознанно строить сообщения в устной форме. К: задавать вопросы, формулировать	Самостоятельно осваивать техники падений, для развития координации, вестибулярного аппарата и навыков самозащиты.	Индивидуа льные задания
15	Самбо. КУ- падение вперед.	Выполнять падение вперед	-	Выполнять падение вперед.	К: задавать вопросы, формулировать свою позицию Р: использовать установленные правила в контроле способа решения.	Самостоятельно осваивать техники падений, для развития координ аци и, вестибулярного	Индивидуа льные задания

				разминка на месте,			аппарата и	
				растяжка. КУ-		формулировать	навыков	
				падение вперед.		проблемы.	самозащиты.	
				Развитие		К:		
				координации,		договариваться		
				командного духа		О		
				класса.		распределении		
						функций и ролей в		
						совместной		
						деятельности		
1	б Самбо. Падение на		Правильное	Ходьба	Научиться	Р: вносить	Самостоятельно	Индивидуа
	правый и левый бок,		_	различными	· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	необходимые	осваивать	льные
	задняя		падения на	способами	падение на правый	коррективы в	техники	задания
	подножка.		правый и левый		и левый бок,		падений, для	, ,
			_	разминка на месте,	· ·	завершения	развития	
			· ·	растяжка. Спец.		на основе его	координации,	
				упр-я с		оценки и учета	вестибулярного	
				использованием		сделанных	аппарата и	
				мягкого			навыков	
				покрытия зала.			самозащиты.	
				Изучение: падение		строить сообщения	,	
				на правый и левый		в устной форме.		
				бок, задняя		К: задавать вопросы,		
				подножка.		формулировать		
				Развитие		свою позицию		
				координации,		,		
				командного духа				
				класса.				
				«Крокодильчики»,				
				«Регби на				
				коленках», «Третий				
				лишний»				
				PIRITITIFICATION				
				1	1			

17	Спортивн	Правильное		Научиться	Р: вносить	Самостоятельно	Индивиду
	0-	выполнение		_	необходимые	осваивать	a
	оздоровит	падения на		падение на правый		техники	льные
	ельная		Инструктаж по т. б.	и левый бок,	действие после его	падений, для	задания
	деятельно	бок, задней	Ходьба	заднюю	завершения	развития	
	сть.		различными		на основе его	координации,	
		7	способами		оценки и учета	вестибулярного	
					сделанных	аппарата и	
			комплексная		ошибок.	навыков	
			разминка на месте, растяжка. Спец.		П: осознанно	самозащиты.	
			r		строить сообщения	,	
			упр-я с использованием		в устной форме.		
	Самбо. Инструкта ж по т.		МЯГКОГО		К: задавать вопросы,		
	б. Падение на правый и		покрытия зала.		формулировать		
	левый бок, задняя		Совершенствова		свою позицию		
	подножка.		ние: падение на				
			правый и левый бок,				
			задняя подножка.				
			Развитие				
			координации,				
			командного духа				
			класса.				
			«Крокодильчики»,				
			«Регби на				
			коленках», «Третий				
			лишний»				
18	Самбо.		Ходьба	Научиться	Р: вносить	Самостоятельно	Индивиду
	Задняя		различными	выполнять	необходимые	осваивать	a
	подножка.		способами	заднюю	коррективы в	технику	льные
		правый и левый		подножку.	действие после его	выполнения	задания
			разминка на месте,		завершения	задней	
		подножки.	растяжка. Спец.		на основе его	подножки, для	
			упр-я с		оценки и учета	развития	
			использованием		сделанных	координации, в ест	
			мягкого		ошибок.	и буля р ного	
			покрытия зала.		П: осознанно	аппарата и	
			Совершенствова		строить сообщения	навыков	
			ние: задняя		В	самозащиты.	

19	Самбо. КУ- падение на правый и левый бок	Выполнять падение на правый и левый бок	различными способами комплексная разминка на месте, растяжка. комплексная разминка на месте, растяжка. КУ- падение на правый и левый бок. Развитие координации, командного духа класса.	Выполнять падение на правый и левый бок.	устной форме. К:задавать вопросы, формулировать свою позицию Р: использовать установленные правила в контроле способа решения. П: ставить и формулировать проблемы. К: договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности	Самостоятельно осваивать техники падений, для развития координ аци и, вестибулярного аппарата и навыков самозащиты.	Индивидуа льные задания
20	Самбо.	Правильное	Ходьба	Научиться	Р: вносить	Самостоятельно	Индивидуа
	падение	выполнение	различными	аткилопыя	необходимые	осваивать	льные
	назад через	падения	способами	назад через	коррективы в	техники	задания
	партнера.	назад.	комплексная	партнера.	действие после	падений, для	
			разминка на		его завершения	развития	

			месте, растяжка. Спец. упр-я с использованием мягкого покрытия зала. Изучение: падение назад через партнера. Развитие координации, командного духа класса. «Крокодильчики », «Регби на коленках», «Третий лишний»		на основе его оценки и учета сделанных ошибок. П: осознанно строить сообщения в устной форме. К:задавать вопросы, формулировать свою позицию	координации, вестибулярного аппарата и н а в ыков самозащиты.	
21	Самбо. падение назад через партнера.	Правильное выполнение падение назад через партнера.	Ходьба различными способами комплексная разминка на месте, растяжка. Спец. упр-я с использованием мягкого покрытия зала. Совершенствова ние: падение назад через партнера. Развитие координации, командного духа класса. «Крокодильчики », «Регби на коленках»,	выполнять падение назад через партнера.	Р: вносить необходимые коррективы в действие после его завершения на основе его оценки и учета сделанных ошибок. П: осознанно строить сообщения в устной форме. К: задавать вопросы формулировать свою позицию	Самостоятельно осваивать техники падений, для развития координации, вестибулярного аппарата и н а в ыков самозащиты.	Индивидуа льные задания

			«Третий лишний»				
22	Самбо.			Выполнять		Самостоятельно	Индивидуа
	КУ-	падение	различными	падение назад	Р: использовать		льные
	падение		ř .				задания
	назад через партнера.	-		-	2	для развития	
			разминка на месте,	• •	1	координ аци и,	
			растяжка.		1	вестибулярного	
			комплексная			аппарата и	
			разминка на месте,		н П: ставить и	навыков	
			растяжка. КУ-			самозащиты.	
			падение назад через		проблемы.		
			партнера.		K:		
			Развитие		договариваться		
			координации,		0		
			командного духа		распределении		
			класса.		функций и ролей в		
					совместной		
					деятельности		
23	Самбо. Падение на	Правильное		Научиться	Р: вносить	Самостоятельно	Индивидуа
	правый и левый бок	выполнение		выполнять	необходимые	осваивать	льные
	через партнера, передняя	падения на		падение на правый	коррективы в	технику падений,	задания
	подножка	правый и левый	различными	и левый бок через	действие после его	для развития	
				партнера. передняя	завершения	координации,	
		партнера,	комплексная	подножка	на основе его	вестибулярного	
		передней	разминка на месте,		оценки и учета	аппарата и	
		подножки	растяжка. Спец.		сделанных	навыков	
			упр-я с		ошибок.	самозащиты.	
			использованием		П:осознанно		
			мягкого		строить сообщения		
			покрытия зала.		в устной форме.		
			Изучение: падение		К: задавать вопросы,		
			на правый и левый		формулировать		
			бок через партнера,		свою позицию		
			передняя				
			подножка.				
			Развитие				
			координации,				

				KOMOHIHIOFO HVVO				
				командного духа				
				класса. «Крокодильчики »,				
				«Регби на				
				коленках», «Третий				
				лишний»				
24	Самбо. Падение на		Правильное	лишнии//	Научиться	Р: вносить	Самостоятельно	Индивидуа
	правый и левый бок		выполнение		•	необходимые	осваивать	льные
	через партнера, передняя		падения на		падение на правый			
	подножка			Ходьба	_	действие после его	1	задания
	подножка		правый и левый		_		для развития	
					партнера. передняя	на основе его	координации, вестибулярного	
			U	комплексная			* *	
				разминка на месте,		оценки и учета	аппарата и	
				растяжка. Спец.		сделанных ошибок.	навыков	
				упр-я с		ошиоок. П: осознанно	самозащиты.	
				использованием				
				мягкого		строить сообщения		
				покрытия зала.		в устной форме.		
				Совершенствова		К: задавать вопросы	,	
				ние: падение на		формулировать		
				правый и левый бок		свою позицию		
				через партнера,				
				передняя				
				подножка.				
				Развитие				
				координации,				
				командного духа				
				класса.				
				«Крокодильчики»,				
				«Регби на				
				коленках», «Третий				
0.5				лишний»				
25			Правильное	Ходьба				Индивидуа
	Самбо.			различными		Р: использовать	Самостоятельно	льные
	КУ-		* *	способами		установленные		задания
	падение на правый и		правый и левый		падение на правый		технику падений,	
	левый бок		бок	разминка на	и левый бок	способа	для развития	

	через партнера.	через партнера.	месте, растяжка. Спец. упр-я с использованием мягкого покрытия зала. КУ- падение на правый и левый бок через партнера.	через партнера.	решения. П: ставить и формулировать проблемы. К: договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности	координ аци и , вестибулярного аппарата и навыков самозащиты.	
26	Самбо Задняя подножка	Выполнять заднюю подножку	Ходьба различными способами комплексная разминка на месте, растяжка. Спец. упр-я с использованием мягкого покрытия зала. Совершенствова ние: задняя подножка. Развитие координации, командного духа класса. «Крокодильчики », «Регби на коленках», «Третий лишний»	Выполнять заднюю подножку	Р: использовать установленные правила в контроле способа решения. П: ставить и формулировать проблемы. К: договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности	Самостоятельно осваивать технику бросков, для развития координации, вестибулярного аппарата и навыков самозащиты.	Индивидуа льные задания

27	Спортивн	Выполнять		Выполнять	Р: использовать	Самостоятельно	Индивидуа
	0-	заднюю		заднюю	установленные	осваивать технику	льные
	оздоровит	подножку	Инструктаж по т. б.	подножку	правила в	бросков, для	задания
	ельная		Ходьба		контроле	развития	
	деятельно		различными		способа	координации,	
	сть.		способами		решения.	вестибулярного	
	Самбо. Инструкта ж по		комплексная		П: ставить и	аппарата и	
	т. б.		разминка на месте,		формулировать	навыков	
	Задняя		растяжка. Спец.		проблемы.	самозащиты.	
	подножка		упр-я с		К:		
			использованием		договариваться		
			мягкого		o		
			покрытия зала.		распределении		
			Совершенствова		функций и ролей в		
			ние: задняя		совместной		
			подножка.		деятельности		
			Развитие				
			координации,				
			командного духа				
			класса.				
			«Крокодильчики»,				
			«Регби на				
			коленках», «Третий				
			лишний»				
28	Самбо	Выполнять	Ходьба	Выполнять	Р: использовать	Самостоятельно	Индивидуа
	Задняя	заднюю	различными	заднюю	установленные	осваивать	льные
	подножка	подножку	способами	подножку	правила в	технику бросков,	задания
			комплексная		контроле	для развития	
			разминка на		способа	координации,	
			месте, растяжка.		решения.	вестибулярного	
			Спец. упр-я с		П: ставить и	аппарата и	
			использованием		формулировать	навыков	
			мягкого		проблемы.	самозащиты.	
			покрытия зала.		K:		
			Закрепление:		договариваться		
			задняя		o		
			подножка.		распределении		
			Развитие		функций и		

					ролей в совместной		
					ř .		
			координации,		деятельности		
			командного духа				
			класса.				
			«Крокодильчики»,				
			«Регби на				
			коленках», «Третий				
			лишний»				
29	Самбо.	Правильное	Ходьба	Научиться	Р: использовать	Самостоятельно	Индивидуа
	КУ-задняя	выполнение	различными	выполнять	установленные	осваивать	льные
	подножка	задней	способами	заднюю	правила в	техники	задания
		подножка	комплексная	подножка	контроле	падений,	
			разминка на		способа	бросков для	
			месте, растяжка.		решения.	развития	
			Спец. упр-я с		П: ставить и	координации,	
			использованием		формулировать	вестибулярного	
			МЯГКОГО		проблемы.	аппарата,	
			покрытия зала.		K:	навыков	
			КУ- задней		договариваться	группировки при	
			подножка		0	падениях и	
			no Anomia.		распределении	самозащиты.	
					функций и	симозищиты.	
					ролей в		
					совместной		
					деятельности		}
30	Самбо	Выполнять	Ходьба	Выполнять	Р: использовать	Самостоятельно	Индивидуа
	Передняя	переднюю	различными	переднюю	установленные	осваивать	льные
	подножка	подножку	способами	юю подножку	правила в	технику бросков,	задания
	подпожка	Подпожку	комплексная	пого подпожку	контроле	для развития	задания
					способа	координации,	
			разминка на			_	
			месте, растяжка.		решения.	вестибулярного	
			Спец. упр-я с использованием		П:ставить и формулировать	аппарата и навыков	
			ОТОЖА ИМИ В В В В В В В В В В В В В В В В В В		проблемы. 	самозащиты.	
			покрытия зала.		К:		
			Совершенствова		договариваться		
			ние: передняя		О		
			подножка.		распределении		

					функций и ролей в		
			Развитие		совместной		
			координации,		деятельности		
			командного духа				
			класса.				
			«Крокодильчики »,				
			«Регби на				
			коленках», «Третий				
21	C	D	лишний» У	D	D	C	T.7
31	Самбо	Выполнять	Ходьба	Выполнять	Р: использовать	Самостоятельно	Индивидуа
	Передняя	переднюю	различными	переднюю	установленные	осваивать	льные
	подножка	подножку	способами	юю подножку	правила в	технику бросков,	задания
			комплексная		контроле	для развития	
			разминка на		способа	координации,	
			месте, растяжка.		решения.	вестибулярного	
			Спец. упр-я с		П: ставить и	аппарата и	
			использованием		формулировать	навыков	
			МЯГКОГО		проблемы.	самозащиты.	
			покрытия зала.		K:		
			Закрепление:		договариваться		
			передняя		0		
			подножка. Развитие		распределении функций и		
					ролей в		
			координации,		совместной		
			командного духа класса.				
			«Крокодильчики		деятельности		
			«крокодильчики », «Регби на				
			коленках»,				
			«Третий				
			«третии лишний»				
32	Самбо.	Правильное	Ходьба	Научиться	Р: использовать	Самостоятельно	Индивидуа
	КУ-	выполнение	различными	выполнять	установленные	осваивать	льные
	передняя	передней	способами	переднюю	правила в	техники	задания
	подножка	подножка	комплексная	подножку	контроле	падений,	
			разминка на		способа	бросков для	
			месте, растяжка.		решения.	развития	
			Спец. упр-я с		П: ставить и	координации,	

			использованием мягкого покрытия зала. КУ- задней подножка		формулировать проблемы. К: договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности	вестибулярного аппарата, навыков группировки при падениях и самозащиты.	
33	Самбо. Освобожде ние от захватов за руки.	Выполнять освобожден ие от захватов за руки	Ходьба различными способами комплексная разминка на месте, растяжка.	Выполнять освобождение от захватов за руки.	Р: использовать установленные правила в контроле способа решения.	Самостоятельно осваивать техники падений, бросков для развития	Индивидуа льные задания
			Изучение: освобождение от захватов за руки. Развитие координации,		П:ставить и формулировать проблемы. К: договариваться	координации, вестибулярного аппарата, навыков группировки при	
			командного духа класса. «Крокодильчики », «Регби на коленках»,		о распределении функций и ролей в совместной	падениях и самозащиты.	
			«Третий лишний»		деятельности		
34	Самбо. Освобожде ние от	Выполнять освобожден ие от	Ходьба различными способами	Выполнять освобождение от захватов за	Р: использовать установленные правила в	Самостоятельно осваивать техники	Индивидуа льные задания
	захватов за руки.	захватов за руки	комплексная разминка на месте, растяжка. Изучение: освобождение от захватов за руки. Развитие	руки.	контроле способа решения. П: ставить и формулировать проблемы. К:	падений, бросков для развития координации, вестибулярного аппарата, навыков	

				группировки при	
		координации,	договариваться	падениях и	
		командного духа	o	самозащиты.	
		класса.	распределении		
		«Крокодильчики »,	функций и ролей в		
		«Регби на	совместной		
		коленках», «Третий	деятельности		
		лишний»			

Тематическое планирование по физкультуре 6 классы.

№	Тема	По плану	факт	Решаемые	Виды	Отрабатываемые УУД требования к уровню			Домашнее
ур°	урока			проблемы	деятельности	Γ	одготовки уча	щихся.	задание
ка					(элементы	Предметные	УУД	Личностные	
					содержания)				
1	Знания о			Знать	Первичный	Научиться	P.:	Осознание, оценка и	Индивидуальн ые
	физическо й			безопасное	инструктаж на	применять	применят ь	принятие социальных	задания
	культуре			поведение	рабочем месте по	правила ТБ на	правила	норм	
	Инструкта ж			на уроке самбо.	технике	уроках.	подбора	поведения в	
	по			Получение	безопасности.	Рассказывать	одежды	школе.	
	технике			1 1	Инструктаж по	краткую	для		
	безопаснос				самбо. Понятие о	информацию	занятий		
	ти на				физической	об истории	самбо.		
	занятиях				нагрузке (объем,	самбо.	П.: давать		
	самбо.				продолжительно		оценку		
	История				сть,		погодным		
	самбо.				интенсивность).		условиям		
					История появления		И		
					И		подготовк		
					становления		е к уроку		
					самбо.		самбо.		
							K.:		
							осуществ		
							лять		
							взаимный		
							контроль		
							И		

						оказывать в сотрудни честве необходи мую взаимопо мощь.		
2	Спортивн о- оздоровит ельная деятельно сть. Самбо. Кувырок вперед, удержание сбоку.		кувырка вперед, удержания сбоку	Ходьба различными способами комплексная разминка на месте, растяжка. Спец. упр-я с использованием мягкого покрытия зала. Изучение: Кувырок вперед, удержания сбоку Развитие координации, командного духа класса. Игра на выбор: «Крокодильчики », «Регби на коленках», «Третий лишний»	выполнять кувырок вперед, удержание сбоку	зии способов решения задач; вносить дополнен ия и изменени	Самостоятельно осваивать технику и выполнять кувырок вперед, удержание сбоку выявлять и устранять характерные ошибки. Развивать координацию и вестибулярный аппарат.	Индивидуальн ые задания

				1			T	1
						схемы,		
						для		
						решения		
						задач.		
						К:		
						определят ь		
						цели,		
						функции		
						участнико		
						В,		
						способы		
						взаимоде		
						взаимоде йствия;		
						координи		
						ровать и		
						принимат		
						Ь		
						различны		
						е позиции		
						ВО		
						взаимоде		
	_					йствии		
3	Самбо.		Правильное	Ходьба	Научиться	P:	Самостоятельно	Индивидуальн ые
	Кувырок		выполнение	различными	выполнять	ориентир	осваивать технику	задания
	вперед,		кувырка	способами	кувырок	оваться в	и выполнять	
	удержание		назад	комплексная	вперед,	разнообра	кувырок вперед,	
	поперек.			разминка на месте,	удержание	зии	удержание поперек,	
				растяжка. Спец.	поперек.	способов	выявлять и устранять	
				упр-я с		решения	характерные ошибки.	
				использованием		задач;	Развивать	
				мягкого		вносить	координацию и	
				покрытия зала.		дополнен	вестибулярный	
				Совершенствова		ия и	аппарат.	
				ние: кувырок		изменени	_	
				вперед.		я в план		
				Изучение:		действия.		
				удержание		Денетвия. П:		
						использов		
				поперек.		использов		

				Развитие		O.T.I.		
				координации,		ать		
				командного духа		знаково-		
				класса.		символич		
						еские		
				«Крокодильчики », «Регби на		средства,		
						в том		
				коленках», «Третий		числе		
				лишний»		модели и		
						схемы,		
						для		
						решения		
						задач.		
						К:		
						определят ь		
						цели,		
						функции		
						участнико		
						В,		
						способы		
						взаимоде		
						йствия;		
						координи		
						ровать и		
						принимат		
						ь		
						- различны		
						е позиции		
						во		
						взаимоде		
						иствии		
4	Самбо.		Пеоругич	Ходьба		P:	Сомостоятом мо	Индивидуальн ые
			Правильное		,			
	Кувырок			различными		_		задания
	вперед,		• •	способами	кувырок вперед,		и выполнять	
	переворот		вперед,	комплексная			кувырок вперед,	
	на			разминка на месте,	удержание сбоку		переворот на	
	удержание			растяжка. Спец.			удержание сбоку,	
	сбоку			упр-я с		F	выявлять и	
			сбоку	использованием		задач;	устранять	

5	Самбо		Выполнять	Ходьба	Выполнять	P:	Самостоятельно	Индивидуальн ые
	КУ -		кувырок	различными	кувырок	использов	осваивать	задания
	кувырок		вперед	способами	вперед.	ать	кувырок вперед, для	
	вперед.			комплексная		установле	развития	
				разминка на месте,		нные	координации,	
				растяжка.		правила в	вестибулярного	
				комплексная		контроле	аппарата и	
				разминка на месте,		способа	навыков	
				растяжка. КУ-		решения.	группировки.	
				кувырок вперед.		П:		
				Развитие		ставить и		
				координации,		формулир		
				командного духа		овать		
				класса.		проблемы		
						К:		
						договарив		
						аться о		
						распредел		
						ении		
						функций и		
						ролей в		
						совместно		
						й		
						деятельно		
						сти		
Комб	Самбо.	Здоровье	Правильное	Ходьба	Научиться	P:	Самостоятельно	Индивидуальн
ован	Кувырок	сберегающие,	выполнение	различными	выполнять	ориентир	осваивать технику	ые задания
	назад,	информационно-	кувырка	способами	кувырок	оваться в	и выполнять	
	переворот	познавательные,	назад,	комплексная	назад,	разнообра	кувырок назад,	
	на	коммуникативные	переворота	разминка на	переворот на	зии	переворот на	
	удержание		на	месте, растяжка.	удержание	способов	удержание	
	поперек		удержание	Спец. упр-я с	поперек	решения	поперек, выявлять	
			поперек	использованием		задач;	и устранять	
				МЯГКОГО		вносить	характерные	
				покрытия зала		дополнен	ошибки.	
				Изучение:		ия и	Развивать	
				кувырок назад,		изменени	координацию и	

переворот на удержание поперек. Развитие координации, командного духа класса. Игра на выбор: «Крокодильчики », «Регби на коленках», «Третий лишний»

я в план	вестибулярный
действия. П:	аппар ат .
использов ать	
знаково- символич	
еские	
средства, в том	
числе	
модели и схемы,	
для	
решения задач. К:	
определят ь цели, функции	
участнико	
в, способы	
взаимоде йствия;	
координи ровать и	
принимат ь	
различны е позиции	
во	
взаимоде йствии	

7	Самбо.		Правильное	Ходьба	Научиться	P:	Самостоятельно	Индивидуальн
	Кувырок		выполнение	различными	выполнять	ориентир	осваивать технику	ые задания
	назад,		кувырка	способами	кувырок	оваться в	и выполнять	
	защита от		назад,	комплексная	назад, защиту	разнообра	кувырок назад,	
	удержания		защиты от	разминка на	от удержания	зии	защиту от	
	сбоку.		удержания	месте, растяжка.	сбоку.	способов	удержания сбоку,	
			сбоку	Спец. упр-я с		решения	выявлять и	
				использованием		задач;	устранять	
				мягкого		вносить	характерные	
				покрытия зала.		дополнен	ошибки.	
				Закрепление:		ия и	Развивать	
				Кувырок вперед.		изменени	координацию и	
				Совершенствова		я в план	вестибулярный	
				ние: кувырок		действия.	аппар ат .	
				назад.		Π:		
				Изучение:		использов		
				защита от		ать		
				удержания		знаково-		
				сбоку. Развитие		символич		
				координации,		еские		
				командного духа		средства,		
				класса. Игра на		В ТОМ		
				выбор:		числе		
				«Крокодильчики		модели и		
				», «Регби на		схемы,		
				коленках»,		для		
				«Третий лишний»		решения		
				лишнии//		задач. К:		
						определят ь цели,		
						функции		
						участнико		
						в,		
						способы		
						взаимоде		
						йствия;		
						координи		
				<u> </u>		координи		

	T		T	Т				
						ровать и		
						принимат		
						r.		
						D		
						различны		
						е позиции		
						во		
						взаимоде		
						йствии		
8	Самбо		Выполнять	Ходьба	Выполнять	P:	Самостоятельно	Индивидуальн ые
	КУ - кувырок					использов	осваивать	
			_		• •			задания
	назад.		назад.			ать	кувырок назад, для	
				комплексная		установле	развития	
				разминка на месте,		нные	координации,	
				растяжка.		правила в	вестибулярного	
				комплексная		контроле	аппарата и	
				разминка на месте,		способа	навыков	
				растяжка. КУ-				
				Γ		решения.	группировки.	
				кувырок назад.		Π:		
				Развитие		ставить и		
				координации,		формулир		
				командного духа		овать		
				класса.		проблемы		
						*		
						К:		

	1	1	1	1		1	1	T
						договарив		
						аться о		
						распредел		
						ении		
						функций и		
						ролей в		
						совместно		
						й		
						деятельно		
						сти		
9	Защита от		Правильное	Ходьба	Научиться	P:	Самостоятельно	Индивидуальн ые
	удержания		выполнение	различными	выполнять	вносить	осваивать технику	задания
	сбоку.		защиты от	способами	защиту от	необходи	и выполнять	
			удержания	комплексная	удержания сбоку	мые	защиту от удержания	
			сбоку.	разминка на месте,		корректив	сбоку, выявлять и	
				растяжка. Спец.		ы в	устранять	
				упр-я с		действие	характерные	
				использованием		после его	ошибки.	
				мягкого		завершен	Развивать	
				покрытия зала.		ия на	координацию и	
				Повторение:		основе	вестибулярный	
				кувырок вперед,		его	аппарат.	
				кувырок назад,		оценки и		
				кувырок через		учета		
				правую руку с		сделанны		
				колен, кувырок		х ошибок. П:		
				через левую руку с		осознанно		
				колен. Развитие		строить		
				координации,		сообщени я в		
				командного духа		устной		
				класса.		форме.		
				«Крокодильчики »,		K:		
				«Регби на		задавать		
				коленках», «Третий		вопросы,		
				лишний»		формулир		
						овать		
						свою		
<u></u>	<u> </u>	1	1	<u> </u>		1		

					позицию		
10	Спортивн	Правильное	Инструктаж по т.б.	Научиться		Самостоятельно	Индивидуальн ые
	0-	выполнение	Ходьба	выполнять	P:	осваивать технику	задания
	оздоровит	падения	различными	падение		падения назад,	
	ельная	назад,	способами	назад, защиту от		защиту от	
	деятельно	защиты от	комплексная	удержания		удержания	
	сть.	удержания	разминка на месте,	поперек.		поперек, для	
	Самбо.	поперек.	растяжка. Спец.			развития	
	Инструкта ж		упр-я с		действие	координации,	
	по т.б.		использованием		после его	вестибулярного	
	Падение		мягкого			аппарата и	
	назад,		покрытия зала.			навыков	
	защита от		Изучение: падение			самозащиты.	
	удержания		назад,		его		
	поперек.		защиты от		оценки и		
			удержания		учета		
			поперек.		сделанны		
			Развитие		х ошибок. П:		
			координации,		осознанно		
			командного духа		строить		
			класса.		сообщени я в		
			«Крокодильчики»,		устной		
			«Регби на		форме.		
			коленках», «Третий		К:		
			лишний»		задавать		
					вопросы,		
					формулир		
					овать		
					свою		
					позицию		
11	Самбо.	Правильное	Ходьба	Научиться	P:		Индивидуальн ые
	Падение	выполнение	различными	выполнять	вносить		задания
	назад,	падения	способами	падение	необходи	Самостоятельно	
	защита от	назад,	комплексная	назад, защиту от	мые	осваивать технику	
	удержания	защита от	разминка на месте,	удержания	корректив	падения назад,	
	поперек.	удержания	растяжка. Спец.	поперек.	ы в	защиту от удержания	
		поперек.	упр-я с		действие	поперек, для развития	
			использованием		после его	координации,	

	T						<u></u>	1
				мягкого			вестибулярного	
				покрытия зала.		завершен	аппарата и	
				Совершенствова		ия на	навыков	
				ние: падение		основе	самозащиты.	
				назад, защиты от		его		
				удержания		оценки и		
				поперек.		учета		
				Развитие		сделанны		
				координации,		х ошибок. П:		
				командного духа		осознанно		
				класса.		строить		
				«Крокодильчики»,		сообщени я в		
				«Регби на		устной		
				коленках», «Третий		форме.		
				лишний»		K:		
						задавать		
						вопросы,		
						формулир		
						овать		
						свою		
						позицию		
12	Самбо.		Выполнять	Ходьба	Выполнять	P:	Самостоятельно	Индивидуальн ые
	КУ-		падение	различными	падение	использов	осваивать технику	задания
	падение		назад	способами	назад.		падения назад, для	
	назад.			комплексная		ать	развития	
				разминка на месте,		установле	г координации,	
				растяжка.		нные	вестибулярного	
				комплексная		правила в	аппарата и	
				разминка на месте,		контроле	навыков	
				растяжка. КУ-		способа	самозащиты .	
				падение назад.		решения.	,	
				Развитие		П:		
				координации,		ставить и		
				командного духа		формулир		
				класса.		овать		
						проблемы		
						К:		
				1		договарив		1

					аться о распредел ении функций и ролей в		
					совместно й деятельно		
13	Самбо. падение вперед.		Ходьба различными способами комплексная разминка на месте, растяжка. Спец. упр-я с использованием мягкого покрытия зала. Изучение: падение вперед. Развитие координации, командного духа класса. «Крокодильчики », «Регби на коленках», «Третий лишний»	Научиться выполнять падение вперед.	сти Р: вносить	осваивать техники падений, для развития координации, вестибулярного аппарата и навыков самозащиты.	Индивидуальн ые задания
					К: задавать вопросы, формулир овать свою позицию		

14	Самбо.	Правильное	Ходьба	Научиться		Самостоятельно	Индивидуальн ые
	падение	выполнение	различными	выполнять	P:	осваивать техники	задания
	вперед.	падения	способами		вносить	падений, для развития	
		вперед.	комплексная		необходи	координации,	
			разминка на месте,		мые	вестибулярного	
			растяжка. Спец.		корректив	аппарата и	
			упр-я с		ы в	навыков	
			использованием		действие	самозащиты.	
			мягкого		после его		
			покрытия зала.		завершен		
			Совершенствова		ия на		
			ние: падение вперед.		основе		
			Развитие		его		
			координации,		оценки и		
			командного духа		учета		
			класса.		сделанны		
			«Крокодильчики»,		х ошибок. П:		
			«Регби на		осознанно		
			коленках», «Третий		строить		
			лишний»		сообщени я в	3	
					устной		
					форме.		
					К:		
					задавать		
					вопросы,		
					формулир		
					овать		
					свою		
15	Самбо.	Выполнять	Ходьба		позицию Р:	Сомостоятом но	Индиридиодии
13				Выполнять		Самостоятельно	Индивидуальн
	КУ-	падение	r _		использов	осваивать техники	ые задания
	падение	вперед		•	ать	падений, для	
	вперед.		комплексная		установле	развития	
			разминка на		нные	координации,	
			месте, растяжка.		правила в	вестибулярного	
			комплексная		контроле	аппарата и	
			разминка на		способа	навыков	
			месте, растяжка.		решения.	самозащиты.	

КУ- падение вперед. Развитие координации, командного духа класса.

П:	
ставить и	
формулир овать проблемы	
K:	
договарив	
аться о	
распредел	
ении	
функций	
и ролей в	
совместно	
й	
деятельно	
сти	

16	Самбо.		Правильное	Ходьба	Научиться	P:	Самостоятельно	Индивидуальн
10	Падение на		выполнение	различными	выполнять	вносить	осваивать техники	ые задания
	правый и		падения на	способами	падение на	необходи	падений, для	
	левый бок,		правый и	комплексная	правый и	мые	развития	
	задняя		левый бок,	разминка на	левый бок,	корректив	координации,	
	подножка.		задней	месте, растяжка.	заднюю	ыв	вестибулярного	
			подножки.	Спец. упр-я с	подножку.	действие	аппарата и	
				использованием		после его	навыков	
				мягкого		завершен	самозащиты.	
				покрытия зала.		ия на		
				Изучение:		основе		
				падение на		его		
				правый и левый		оценки и		
				бок, задняя		учета		
				подножка.		сделанны		
				Развитие		х ошибок.		
				координации,		Π:		
				командного духа		осознанно		
				класса.		строить		
				«Крокодильчики		сообщени		
				», «Регби на		я в устной		
				коленках»,		форме.		
				«Третий		K:		
				лишний»		задавать		
						вопросы,		
						формулир		
						овать		
						свою		
						позицию		

17	Спортивн		Правильное	Инструктаж по т. б.	Научиться		Самостоятельно	Индивидуальн ые
	0-		выполнение	Ходьба	_	P:		задания
	оздоровит		падения на	различными		вносить	падений, для развития	
	ельная		правый и левый	-	U U	необходи	координации,	
	деятельно		-	комплексная		мые	вестибулярного	
	сть.			разминка на месте,		мыс корректив	аппарата и	
				растяжка. Спец.	•	коррсктив Ы В	навыков	
				упр-я с		ы в действие	самозащиты.	
				использованием		после его		
				мягкого		завершен		
				покрытия зала.		ия на		
				Совершенствова		основе		
	Самбо.			ние: падение на		его		
	Инструкта ж			правый и левый бок,		оценки и		
	по т. б.			задняя подножка.		учета		
	Падение на			Развитие		сделанны		
	правый и			координации,		х ошибок. П:		
	левый бок,			командного духа		осознанно		
	задняя			класса.		строить		
	подножка.			«Крокодильчики»,		сообщени я в		
				«Регби на		устной		
				коленках», «Третий		форме.		
				лишний»		К:		
						задавать		
						вопросы,		
						формулир		
						овать		
						свою		
						позицию		
18	Самбо.		Правильное	Ходьба	Научиться	P:	Самостоятельно	Индивидуальн ые
	Задняя		выполнение	различными		вносить	осваивать технику	задания
	подножка.		падения на	способами			выполнения задней	
			правый и левый	комплексная	подножку.	мые	подножки, для	
			бок, задней	разминка на месте,		корректив	развития	
			подножки.	растяжка. Спец.			координации,	
				упр-я с		действие	вестибулярного	
				использованием		после его	аппарата и	
				мягкого		завершен	навыков	

покрытия зала. Совершенствова	ия на основе
ние: задняя	его
подножка. Развитие	оценки и учета
координации, командного духа	сделанны х ошибок.
класса.	П:
«Крокодильчики	осознанно
», «Регби на	строить
коленках»,	сообщени
«Третий	я в устной
лишний»	форме. К:
	задавать
	вопросы,
	формулир
	овать
	свою
	позицию

самозащиты.

19	Самбо.	Выполнять	Ходьба	Выполнять	P:	Самостоятельно	Индивидуальн ые
	КУ-		различными	падение на	использов		задания
	падение на	правый и левый	<u>*</u>		ать	падений, для развития	
	правый и		комплексная	бок.	установле	координации,	
	левый бок		разминка на месте,	ook.	нные	вестибулярного	
	inebbili ook		растяжка.			аппарата и	
			комплексная		правила в	навыков	
			разминка на месте,		контроле способа	самозащиты .	
			растяжка. КУ-			Camosaminibi.	
			падение на правый и		решения. п.		
			левый бок. Развитие		П:		
			координации,		ставить и		
			командного духа		формулир		
			класса.		овать		
			класса.		проблемы		
					К:		
					договарив		
					аться о		
					распредел		
					ении		
					функций и		
					ролей в		
					совместно		
					й		
					деятельно		
					сти		
20	Самбо.	Правильное	Ходьба	Научиться	P:	Самостоятельно	Индивидуальн
	падение	выполнение	различными	выполнять	вносить	осваивать техники	ые задания
	назад через		способами	назад через	необходи	падений, для	, ,
	партнера.	назад.	комплексная	партнера.	мые	развития	
			разминка на		корректив	координации,	
			месте, растяжка.		ы в	вестибулярного	
			Спец. упр-я с		действие	аппарата и	
			использованием		после его	навыков	
			мягкого		завершен	самозащиты.	
			покрытия зала.		ия на		
			Изучение:		основе		
			падение назад		его		

21	Самбо. падение назад через партнера.		Правильное выполнение падение назад через партнера.	через партнера. Развитие координации, командного духа класса. «Крокодильчики », «Регби на коленках», «Третий лишний» Ходьба различными способами комплексная разминка на месте, растяжка. Спец. упр-я с использованием мягкого покрытия зала. Совершенствова ние: падение	Научиться выполнять падение назад через партнера.	вносить необходи мые корректив ы в	Самостоятельно	Индивидуальн ые задания
				растяжка. Спец. упр-я с использованием мягкого покрытия зала. Совершенствова		корректив ы в действие после его завершен ия на	аппарата и навыков самозащиты.	

				.T~~~		T.	1	
				«Третий лишний»		форме.		
				лишнии»		K:		
						задавать		
						вопросы,		
						формулир		
						овать		
						свою		
						позицию		
22	Самбо.		Выполнять	Ходьба	Выполнять	P:	Самостоятельно	Индивидуальн ые
	КУ-		падение	различными	падение назад	использов	осваивать техники	задания
	падение		назад через	способами	через	ать	падений, для развития	
	назад через		партнера.	комплексная	партнера.	установле	координации,	
	партнера.			разминка на месте,		нные	вестибулярного	
				растяжка.		правила в	аппарата и	
				комплексная		контроле	навыков	
				разминка на месте,		способа	самозащиты .	
				растяжка. КУ-		решения.		
				падение назад через		П:		
				партнера.		ставить и		
				Развитие		формулир		
				координации,		овать		
				командного духа		проблемы		
				класса.				
						К:		
						договарив		
						аться о		
						распредел		
						ении		
						функций и		
						ролей в		
						совместно		
						й		
						деятельно		
						сти		
23	Самбо.		Правильное	Ходьба	Научиться	P:		Индивидуальн ые
	Падение на		-	различными	выполнять	вносить		задания
	правый и			способами	падение на	необходи	осваивать технику	
	левый бок			комплексная	правый и	мые	падений, для развития	

	через		левый бок через	разминка на месте,	левый бок через		координации,	
	партнера,			растяжка. Спец.		корректив	вестибулярного	
	передняя			упр-я с		1 1	аппарата и	
	подножка		подножки	использованием	_	ы в действие	навыков	
	<u>A</u>			мягкого			самозащиты.	
				покрытия зала.		1100110 01 0		
				Изучение: падение		завершен		
				на правый и левый		ия на		
				бок через партнера,		основе		
				передняя		его		
				подножка.		оценки и		
				Развитие		учета		
				координации,		сделанны		
				командного духа		х ошибок. П:		
				класса.		осознанно		
				«Крокодильчики »,		строить		
				«Регби на		сообщени я в	3	
				коленках», «Третий		устной		
				лишний»		форме.		
				лишнии»		К:		
						задавать		
						вопросы,		
						формулир		
						овать		
						свою		
2.1						позицию		
24	Самбо.		Правильное	Ходьба		P:	Самостоятельно	Индивидуальн ые
	Падение на		выполнение	различными			*	задания
	правый и		падения на	способами	падение на		падений, для развития	
	левый бок		правый и левый	комплексная	правый и левый	мые	координации,	
	через		бок через	разминка на месте,	бок через	корректив	вестибулярного	
	партнера,			растяжка. Спец.	партнера.	ы в	аппарата и	
	передняя		передней	упр-я с	передняя	действие	навыков	
	подножка		подножки	использованием	подножка	после его	самозащиты.	
				мягкого		завершен		
				покрытия зала.		ия на		
				Совершенствова		основе		
				ние: падение на		его		
				правый и левый		оценки и		

командного духа класса. «Крокодильчики », «Регби на коленках», «Третий лишний» коленках», «Третий овать свою позицию	КУ- падение на правый и левый бок через	класса. «Крокодильчики », «Регби на коленках», «Третий лишний» Правильное выполнение различными падения на способами правый и левый комплексная бок через разминка на месте, партнера. растяжка. Спец. упр-я с использованием мягкого покрытия зала. КУ- падение на правый и левый бок через	учета сделанны х ошибок. П осознанно строить сообщени я устной форме. К: задавать вопросы, формулир овать свою позицию Научиться р: выполнять падение на правый и левый установле нные правила в контроле способа решения. П: ставить и формулир овать проблемы К: договарив аться о	Самостоятельно осваивать технику падений, для развития координации, вестибулярного аппарата и навыков	
---	---	---	--	---	--

			1				
					совместно		
					Й		
					деятельно		
					сти		
26	Самбо	Выполнять	Ходьба	Выполнять	P:	Самостоятельно	Индивидуальн
	Задняя	заднюю	различными	заднюю	использов	осваивать технику	ые задания
	подножка	подножку	способами	подножку	ать	бросков, для	
			комплексная		установле	развития	
			разминка на		нные	координации,	
			месте, растяжка.		правила в	вестибулярного	
			Спец. упр-я с		контроле	аппарата и	
			использованием		способа	навыков	
			мягкого		решения.	самозащиты.	
			покрытия зала.		П:		
			Совершенствова		ставить и		
			ние: задняя		формулир		
			подножка.		овать		
			Развитие		проблемы		
			координации,				
			командного духа		К:		
			класса.		договарив		
			«Крокодильчики		аться о		
			», «Регби на		распредел		
			коленках»,		ении		
			«Третий		функций		
			лишний»		и ролей і	3	
					совместно		
					й		
					деятельно		
					сти		
27	Спортивн	Выполнять	Инструктаж по	Выполнять	P:	Самостоятельно	Индивидуальн
	0-	заднюю	т. б.	заднюю	использов	осваивать технику	ые задания
	оздоровит	подножку	Ходьба	подножку	ать	бросков, для	
	ельная		различными		установле	развития	
	деятельно		способами		нные	координации,	
	сть.		комплексная		правила в	вестибулярного	

	Самбо.		разминка на месте,		контроле	аппарата и	
	Инструкта		растяжка. Спец.		способа	навыков	
	ж по т. б.		упр-я с			самозащиты.	
	Задняя		использованием		решения. П:	самозащиты.	
	подножка		мягкого				
	подножка		покрытия зала.		ставить и		
			_		формулир		
			Совершенствова		овать		
			ние: задняя		проблемы		
			подножка. Развитие		T.0		
					К:		
			координации,		договарив		
			командного духа		аться о		
			класса.		распредел		
			«Крокодильчики »,		ении		
			«Регби на		функций и		
			коленках», «Третий		ролей в		
			лишний»		совместно		
					й		
					деятельно		
					сти		
28	Самбо	Выполнять	Ходьба	Выполнять	P:	Самостоятельно	Индивидуальн
	Задняя	заднюю	различными	заднюю	использов	осваивать технику	ые задания
	подножка	подножку	способами	подножку	ать	бросков, для	
			комплексная		установле	развития	
			разминка на		нные	координации,	
			месте, растяжка.		правила в	вестибулярного	
			Спец. упр-я с		контроле	аппарата и	
			использованием		способа	навыков	
			мягкого		решения.	самозащиты.	
			покрытия зала.		Π:		
			Закрепление:		ставить и		
			задняя		формулир		
			подножка.		овать		
			Развитие		проблемы		
			координации,				
			командного духа		К:		
			•		договарив		
			класса.		договарив		

			», «Регби на		распредел		
			коленках», «Третий				
			лишний»		ении		
			лишнии»		функций и		
					ролей в		
					совместно		
					й		
					деятельно		
					сти		
29	Самбо.	Правильное	Ходьба	Научиться	P:	Самостоятельно	Индивидуальн ые
	КУ-задняя	выполнение	различными	выполнять	использов	осваивать техники	задания
	подножка	задней	способами	заднюю	ать	падений, бросков для	
		подножка	комплексная	подножка	установле	развития	
1			разминка на месте,		нные	координации,	
			растяжка. Спец.		правила в	вестибулярного	
1			упр-я с		контроле	аппарата, навыков	
			использованием		способа	группировки при	
			мягкого		решения.	падениях и	
			покрытия зала. КУ-		решения. П:	самозащиты.	
			задней подножка			5 1 1 1 2 1 1 1 2 1 1 1 2 1 1 1 2 1 1 1 2 1 1 1 2 1 1 1 2 1 1 1 2 1 1 1 2 1 1 1 2 1 1 1 2 1 1 1 2 1 1 1 2 1 1 1 1 2 1 1 1 1 2 1 1 1 1 2 1	
			заднен подножка		ставить и		
					формулир		
					овать		
					проблемы		
					K:		
					договарив		
					аться о		
					распредел		
1					ении		
1					функций и		
					ролей в		
1					совместно		
1					й		
1					деятельно		
					сти		
30	Самбо	Выполнять	Ходьба	Выполнять	P:	Самостоятельно	Индивидуальн
	Передняя	переднюю	различными	переднюю	использов	осваивать технику	ые задания
	подножка	подножку	способами	юю подножку	ать	бросков, для	
1	подпожка	подпожку		пото подполкку		_	
			комплексная		установле	развития	

			I	1				1
				разминка на месте,		нные	координации,	
				растяжка. Спец.		правила в	вестибулярного	
				упр-я с		контроле	аппарата и	
				использованием		способа	навыков	
				мягкого		решения.	самозащиты.	
				покрытия зала.		П:		
				Совершенствова		ставить и		
				ние: передняя		формулир		
				подножка.		овать		
				Развитие		проблемы		
				координации,		1		
				командного духа		К:		
				класса.		договарив		
				«Крокодильчики »,		аться о		
				«Регби на		распредел		
				коленках», «Третий		ении		
				лишний»		функций и		
						ролей в		
						совместно		
						й		
						деятельно		
						сти		
31	Самбо		Выполнять	Ходьба	Выполнять	P:	Самостоятельно	Индивидуальн
	Передняя		переднюю	различными	переднюю	использов	осваивать технику	ые задания
	подножка		_	r	_	ать	бросков, для	, ,
				комплексная		установле	развития	
				разминка на		нные	координации,	
				месте, растяжка.		правила в	вестибулярного	
				Спец. упр-я с		контроле	аппарата и	
				использованием		способа	навыков	
				мягкого		решения.	самозащиты .	
				покрытия зала.		П:	canosammin.	
				Закрепление:		ставить и		
				передняя		формулир		
				подножка.		овать		
				Развитие		проблемы		
				координации,				
				командного духа		К:		

32	Самбо. КУ- передняя подножка		Правильное выполнение передней подножка	класса. «Крокодильчики », «Регби на коленках», «Третий лишний» Ходьба различными способами комплексная разминка на месте, растяжка. Спец. упр-я с использованием мягкого покрытия зала. КУ- задней подножка	Научиться выполнять переднюю подножку	договарив аться о распредел ении функций и ролей в совместно й деятельно сти Р: использов ать установле нные правила в контроле способа решения. П: ставить и формулир овать проблемы К: договарив аться о распредел ении функций и	Самостоятельно осваивать техники падений, бросков для развития координации, вестибулярного аппарата, навыков группировки при падениях и самозащиты.	Индивидуальн ые задания
						ении функций и ролей в совместно й деятельно		
33	Самбо. Освобожде		Выполнять освобожден		Выполнять освобождение	стиР:использов	Самостоятельно осваивать техники	Индивидуальн ые задания

	ние от		ие от	способами	от захватов за	o.mr	падений, бросков для	
	захватов за		захватов за	комплексная	руки.	ать	развития	
	руки.			разминка на месте,		установле	координации,	
	руки.		руки	растяжка. Изучение:		нные	вестибулярного	
				освобождение от		правила в		
						контроле	аппарата, навыков	
				захватов за руки.		способа	группировки при	
				Развитие		решения.	падениях и	
				координации,		П:	самозащиты.	
				командного духа		ставить и		
				класса.		формулир		
				«Крокодильчики»,		овать		
				«Регби на		проблемы		
				коленках», «Третий				
				лишний»		К:		
						договарив		
						аться о		
						распредел		
						ении		
						функций и		
						ролей в		
						совместно		
						й		
						деятельно		
						сти		
34	Самбо.		Выполнять		Выполнять	P:	Самостоятельно	Индивидуальн ые
	Освобожде		освобожден	Ходьба	освобождение	использов		задания
	ние от		ие от	различными	от захватов за	ать	падений, бросков для	
	захватов за		захватов за	способами	руки.	установле	развития	
	руки.		руки	комплексная	F J	нные	координации,	
	Pylan		Γ -			правила в	вестибулярного	
				разминка на месте, растяжка. Изучение:		_	аппарата, навыков	
				_		контроле	группировки при	
				освобождение от		способа	падениях и	
				захватов за руки.		решения.		
				Развитие		Π:	самозащиты.	
				координации,		ставить и		
				командного духа		формулир		
				класса.		овать		
				«Крокодильчики		проблемы		

», «Регби на	
коленках»,	K:
«Третий	договарив
лишний»	аться о
	распредел
	ении
	функций и
	ролей в
	совместно
	й
	деятельно
	сти

Тематическое планирование по физкультуре 7 классы

No॒	Тема	Тип	Технологии	Решаемые	Виды	Отрабатыва	Отрабатываемые УУД требования к уровню			
уp°	урока	урока		проблемы	деятельности	П	подготовки учащихся.			
ка					(элементы	Предметные	УУД	Личностные		
					содержания)					
1	Знания о			Знать	Первичный	Научиться	P.:	Осознание, оценка и	Индивидуальн ые	
	физическо й			безопасное	инструктаж на	применять	применят	ьпринятие социальных	задания	
	культуре			поведение	рабочем месте	правила ТБ на	правила	норм		

	Инструкта ж	на уроке самбо.	по технике	уроках.	подбора	поведения в	1
	по	Получение	безопасности.	Рассказывать	подоора	школе.	
	технике	информации	Инструктаж по	краткую	одежды для		
	безопасное	ттү өр тадиг	самбо. Понятие о	информацию	для занятий		
	ти на		физической	об истории	самбо.		
	занятиях		нагрузке (объем,	самбо.	самоо. П.: давать		
	самбо.		продолжительно				
	История		сть,		оценку		
	самбо.		интенсивность).		погодным		
			История появления		условиям		
			и		И		
			становления		подготовк		
			самбо.		е к уроку самбо.		
			Can Co.		самоо. К.:		
					осуществ		
					ЛЯТЬ		
					взаимный		
					контроль		
					И		
					оказывать		
					В		
					сотрудни		
					честве		
					необходи		
					мую		
					взаимопо		
					мощь.		**
2	Спортивн	Правильное	Ходьба	Научиться	P:		Индивидуальн ые
	0-	выполнение	различными	выполнять		_	задания
	оздоровит	кувырка	способами	кувырок		и выполнять	
	ельная	вперед,	комплексная	вперед,	_	кувырок вперед,	
	деятельно	удержания	разминка на	удержание		удержание сбоку	
	сть.	сбоку	месте, растяжка.	сбоку	способов	выявлять и	

Самбо. Кувырок вперед, удержание сбоку. Комбинир ованный

Спец. упр-я с	решения	устранять
использованием	задач;	характерные
мягкого	вносить	ошибки.
покрытия зала.	дополнен	Развивать
Изучение:	ия и	координацию и
Кувырок вперед,	изменени	вестибулярный
удержания сбоку	я в план	аппарат.
Развитие	действия.	
координации,	П:	
командного духа	использов	
класса. Игра на	ать	
выбор:	знаково-	
«Крокодильчики	символич	
», «Регби на	еские	
коленках»,	средства,	
«Третий	в том	
лишний»	числе	
	модели и	
	схемы,	
	для	
	решения	
	задач.	
	К:	
	определят ь	
	цели,	
	функции	
	участнико	
	В,	
	способы	
	взаимоде	
	йствия;	
	координи	
	ровать и	
	принимат	
	ь	
	различны	
	е позиции	
	во	

					взаимоде йствии		
3	Самбо. Кувырок вперед, удержание поперек.		Ходьба различными способами комплексная разминка на месте, растяжка. Спец. упр-я с использованием мягкого покрытия зала. Совершенствова ние: кувырок вперед. Изучение: удержание поперек. Развитие координации, командного духа класса. «Крокодильчики », «Регби на коленках», «Третий	Научиться выполнять кувырок вперед, удержание поперек.	Р: ориентир оваться в разнообра зии способов решения задач; вносить дополнен ия и изменени я в план действия. П: использов ать знаково- символич еские средства, в том числе модели и	Самостоятельно осваивать технику и выполнять кувырок вперед, удержание поперек, выявлять и устранять характерные ошибки. Развивать координацию и вестибулярный аппарат.	Индивидуальн ые задания

				лишний»			-	
				лишнии»		схемы,		
						для		
						решения		
						задач.		
						К:		
						определят ь		
						цели,		
						функции		
						участнико		
						В,		
						способы		
						взаимоде		
						йствия;		
						координи		
						ровать и		
						принимат		
						Ь		
						различны		
						е позиции		
						во		
						взаимоде		
						йствии		
4	Самбо.		Правильное	Ходьба	Научиться	P:	Самостоятельно	Индивидуальн
	Кувырок		выполнение	различными	выполнять	ориентир	осваивать технику	ые задания
	вперед,		кувырка	способами	кувырок	оваться в	и выполнять	
	переворот		вперед,	комплексная	вперед,	разнообра	кувырок вперед,	
	на		переворота	разминка на	переворот на	зии	переворот на	
	удержание		на	месте, растяжка.	удержание	способов	удержание сбоку,	
	сбоку		удержание	Спец. упр-я с	сбоку	решения	выявлять и	
			сбоку	использованием		задач;	устранять	
				мягкого		вносить	характерные	
				покрытия зала.		дополнен	ошибки.	
				Закрепление:		ия и	Развивать	
				Кувырок вперед.		изменени	координацию и	
				Изучение:		я в план	вестибулярный	
				переворот на		действия.	аппарат .	
				удержание сбоку		П:		
				Развитие		использов		

				координации,		ать		
				командного духа		знаково-		
				класса. Игра на		символич		
				выбор:		еские		
				«Крокодильчики »,		средства,		
				«Регби на		в том		
				коленках», «Третий		числе		
				лишний»		модели и		
						схемы,		
						для		
						решения		
						г задач.		
						К:		
						определят ь		
						цели,		
						функции		
						участнико		
						В,		
						способы		
						взаимоде		
						йствия;		
						координи		
						ровать и		
						принимат		
						ь		
						различны		
						е позиции		
						ВО		
						взаимоде		
						йствии		
5	Самбо		Выполнять	Ходьба	Выполнять	P:	Самостоятельно	Индивидуальн ые
	КУ -			различными		использов		задания
	кувырок		вперед	способами		ать	кувырок вперед, для	
	вперед.			комплексная		установле	развития	
				разминка на месте,		нные	развития координации,	
				растяжка.			вестибулярного	
1						правила в		
				комплексная		контроле	аппарата и	
				разминка на		способа	навыков	

							POLITICA OPTIVI	
				месте, растяжка.		решения.	группировки.	
				КУ-кувырок вперед.		Π:		
				Развитие		ставить и		
				координации,		формулир		
				командного духа		овать		
				класса.		проблемы		
						K:		
						договарив		
						аться о		
						распредел		
						ении		
						функций и		
						ролей в		
						совместно		
						й		
						деятельно		
						сти		
6	Самбо.		Правильное	Ходьба	Научиться	P:	Самостоятельно	Индивидуальн
	Кувырок		выполнение	различными	выполнять	ориентир	осваивать технику	ые задания
	назад,		кувырка	способами	кувырок	оваться в	и выполнять	это зидиння
	переворот		назад,	комплексная	назад,	разнообра	кувырок назад,	
	на		переворота	разминка на	переворот на	зии	переворот на	
	удержание		на	месте, растяжка.	удержание	способов	удержание	
	поперек		удержание	Спец. упр-я с	поперек	решения	поперек, выявлять	
	поперек				поперек	Î	_	
			поперек	использованием мягкого		задач; вносить	и устранять характерные	
				покрытия зала		дополнен	ошибки.	
				Изучение:		ия и	Развивать	
				•		изменени		
				кувырок назад, переворот на		я в план	координацию и вестибулярный	
				удержание		действия. П:	аппар ат .	
				поперек. Развитие		11. использов		
						ать		
				координации,				
				командного духа		знаково-		
				класса. Игра на		символич		
				выбор:		еские		

«Крокодильчики », «Регби на коленках», «Третий лишний»

средства, в том	
числе	
модели и	
схемы,	
для	
решения задач. К:	
определят	
ь цели,	
функции	
участнико	
в, способы	
взаимоде	
йствия;	
координи	
ровать и	
принимат	
ь	
различны	
е позиции	
ВО	
взаимоде	
йствии	

7	Самбо.		Правильное	Ходьба	Научиться	P:	Самостоятельно	Индивидуальн
	Кувырок		выполнение	различными	выполнять	ориентир	осваивать технику	ые задания
	назад,		кувырка	способами	кувырок	оваться в	и выполнять	
	защита от		назад,	комплексная	назад, защиту	разнообра	кувырок назад,	
	удержания		защиты от	разминка на	от удержания	зии	защиту от	
	сбоку.		удержания	месте, растяжка.	сбоку.	способов	удержания сбоку,	
			сбоку	Спец. упр-я с		решения	выявлять и	
				использованием		задач;	устранять	
				мягкого		вносить	характерные	
				покрытия зала.		дополнен	ошибки.	
				Закрепление:		ия и	Развивать	
				Кувырок вперед.		изменени	координацию и	
				Совершенствова		я в план	вестибулярный	
				ние: кувырок		действия.	аппар ат .	
				назад.		Π:		
				Изучение:		использов		
				защита от		ать		
				удержания		знаково-		
				сбоку. Развитие		символич		
				координации,		еские		
				командного духа		средства,		
				класса. Игра на		В ТОМ		
				выбор:		числе		
				«Крокодильчики		модели и		
				», «Регби на		схемы,		
				коленках»,		для		
				«Третий лишний»		решения		
				лишнии//		задач. К:		
						определят ь цели,		
						цели, функции		
						участнико		
						в,		
						ь, способы		
						взаимоде		
						йствия;		
						координи		
				1	<u>L</u>	координи	1	1

	T		T	Т				
						ровать и		
						принимат		
						r.		
						ь		
						различны		
						е позиции		
						во		
						взаимоде		
						йствии		
8	Самбо		Выполнять	Ходьба	Выполнять	P:	Самостоятельно	Индивидуальн ые
	КУ - кувырок					использов	осваивать	
			_		• •			задания
	назад.		назад.			ать	кувырок назад, для	
				комплексная		установле	развития	
				разминка на месте,		нные	координации,	
				растяжка.		правила в	вестибулярного	
				комплексная		контроле	аппарата и	
				разминка на месте,		способа	навыков	
				растяжка. КУ-				
				Γ		решения.	группировки.	
				кувырок назад.		Π:		
				Развитие		ставить и		
				координации,		формулир		
				командного духа		овать		
				класса.		проблемы		
						*		
						К:		

	ı	1	T	1		1	1	1
						договарив		
						аться о		
						распредел		
						ении		
						функций и		
						ролей в		
						совместно		
						й		
						деятельно		
						сти		
9	Защита от		Правильное	Ходьба		P:	Самостоятельно	Индивидуальн ые
	удержания		выполнение	различными	I	вносить		задания
	сбоку.		защиты от	способами	защиту от	необходи	и выполнять	
				комплексная	удержания сбоку		защиту от удержания	
				разминка на месте,	-	корректив	сбоку, выявлять и	
			7	растяжка. Спец.		ыв	устранять	
				упр-я с		действие	характерные	
				использованием		после его	ошибки.	
				мягкого		завершен	Развивать	
				покрытия зала.		ия на	координацию и	
				Повторение:		основе	вестибулярный	
				кувырок вперед,		его	аппарат.	
				кувырок назад,		оценки и		
				кувырок через		учета		
				правую руку с		сделанны		
				колен, кувырок		х ошибок. П:		
				через левую руку с		осознанно		
				колен. Развитие		строить		
				координации,		сообщени я в	3	
				командного духа		устной		
				класса.		форме.		
				«Крокодильчики»,		K:		
				«Регби на		задавать		
				коленках», «Третий		вопросы,		
				лишний»		формулир		
						овать		
						свою		
		1]		

					позицию		
10	Спортивн	Правильное	Инструктаж по т.б.	Научиться		Самостоятельно	Индивидуальн ые
	0-	выполнение	Ходьба	выполнять	P:	осваивать технику	задания
	оздоровит	падения	различными	падение		падения назад,	
	ельная	назад,	способами	назад, защиту от		защиту от	
	деятельно	защиты от	комплексная	удержания		удержания	
	сть.	удержания	разминка на месте,	поперек.		поперек, для	
	Самбо.	поперек.	растяжка. Спец.	_		развития	
	Инструкта ж		упр-я с		действие	координации,	
	по т.б.		использованием		после его	вестибулярного	
	Падение		мягкого			аппарата и	
	назад,		покрытия зала.			навыков	
	защита от		Изучение: падение			самозащиты.	
	удержания		назад,		его		
	поперек.		защиты от		оценки и		
			удержания		учета		
			поперек.		сделанны		
			Развитие		х ошибок. П:		
			координации,		осознанно		
			командного духа		строить		
			класса.		сообщени я в		
			«Крокодильчики»,		устной		
			«Регби на		форме.		
			коленках», «Третий		К:		
			лишний»		задавать		
					вопросы,		
					формулир		
					овать		
					свою		
					позицию		
11	Самбо.	Правильное	Ходьба	Научиться	P:		Индивидуальн ые
	Падение		различными	выполнять	вносить		задания
	назад,	падения	способами	падение	необходи	Самостоятельно	
	защита от	назад,	комплексная	назад, защиту от	мые	осваивать технику	
	удержания	защита от	разминка на месте,	удержания	корректив	падения назад,	
	поперек.	удержания	растяжка. Спец.	поперек.		защиту от удержания	
		поперек.	упр-я с			поперек, для развития	
			использованием		после его	координации,	

	T						<u></u>	1
				мягкого			вестибулярного	
				покрытия зала.		завершен	аппарата и	
				Совершенствова		ия на	навыков	
				ние: падение		основе	самозащиты.	
				назад, защиты от		его		
				удержания		оценки и		
				поперек.		учета		
				Развитие		сделанны		
				координации,		х ошибок. П:		
				командного духа		осознанно		
				класса.		строить		
				«Крокодильчики»,		сообщени я в		
				«Регби на		устной		
				коленках», «Третий		форме.		
				лишний»		K:		
						задавать		
						вопросы,		
						формулир		
						овать		
						свою		
						позицию		
12	Самбо.		Выполнять	Ходьба	Выполнять	P:	Самостоятельно	Индивидуальн ые
	КУ-		падение	различными	падение	использов	осваивать технику	задания
	падение		назад	способами	назад.		падения назад, для	
	назад.			комплексная		ать	развития	
				разминка на месте,		установле	г координации,	
				растяжка.		нные	вестибулярного	
				комплексная		правила в	аппарата и	
				разминка на месте,		контроле	навыков	
				растяжка. КУ-		способа	самозащиты .	
				падение назад.		решения.	,	
				Развитие		П:		
				координации,		ставить и		
				командного духа		формулир		
				класса.		овать		
						проблемы		
						К:		
				1		договарив		1

					аться о распредел ении функций и ролей в		
					совместно й деятельно		
13	Самбо. падение вперед.		Ходьба различными способами комплексная разминка на месте, растяжка. Спец. упр-я с использованием мягкого покрытия зала. Изучение: падение вперед. Развитие координации, командного духа класса. «Крокодильчики », «Регби на коленках», «Третий лишний»	Научиться выполнять падение вперед.	сти Р: вносить	осваивать техники падений, для развития координации, вестибулярного аппарата и навыков самозащиты.	Индивидуальн ые задания
					К: задавать вопросы, формулир овать свою позицию		

14	Самбо.	Правильное	Ходьба	Научиться		Самостоятельно	Индивидуальн ые
	падение	выполнение	различными	выполнять	P:	осваивать техники	задания
	вперед.	падения	способами	падение	вносить	падений, для развития	
	_	вперед.	комплексная	вперед.	необходи	координации,	
		•	разминка на месте,	•	мые	вестибулярного	
			растяжка. Спец.		корректив	аппарата и	
			упр-я с		ы в	навыков	
			использованием		действие	самозащиты.	
			мягкого		после его		
			покрытия зала.		завершен		
			Совершенствова		ия на		
			ние: падение вперед.		основе		
			Развитие		его		
			координации,		оценки и		
			командного духа		учета		
			класса.		сделанны		
			«Крокодильчики»,		х ошибок. П:		
			«Регби на		осознанно		
			коленках», «Третий		строить		
			лишний»		сообщени я в	3	
					устной		
					форме.		
					K:		
					задавать		
					вопросы,		
					формулир		
					овать		
					свою		
1.7	G	D	V. C	D	позицию	G	11
15	Самбо.	Выполнять	Ходьба	Выполнять	P:	Самостоятельно	Индивидуальн
	КУ-	падение	различными	падение	использов	осваивать техники	ые задания
	падение	вперед	способами	вперед.	ать	падений, для	
	вперед.		комплексная		установле	развития	
			разминка на		нные	координации,	
			месте, растяжка.		правила в	вестибулярного	
			комплексная		контроле	аппарата и	
			разминка на		способа	навыков	
			месте, растяжка.		решения.	самозащиты .	

КУ- падение вперед. Развитие координации, командного духа класса.

П:	
ставить и	
формулир овать проблемы	
K:	
договарив	
аться о	
распредел	
ении	
функций	
и ролей в	
совместно	
й	
деятельно	
сти	

16	Самбо.		Правильное	Ходьба	Научиться	P:	Самостоятельно	Индивидуальн
10	Падение на		выполнение	различными	выполнять	вносить	осваивать техники	ые задания
	правый и		падения на	способами	падение на	необходи	падений, для	
	левый бок,		правый и	комплексная	правый и	мые	развития	
	задняя		левый бок,	разминка на	левый бок,	корректив	координации,	
	подножка.		задней	месте, растяжка.	заднюю	ыв	вестибулярного	
			подножки.	Спец. упр-я с	подножку.	действие	аппарата и	
				использованием		после его	навыков	
				мягкого		завершен	самозащиты.	
				покрытия зала.		ия на		
				Изучение:		основе		
				падение на		его		
				правый и левый		оценки и		
				бок, задняя		учета		
				подножка.		сделанны		
				Развитие		х ошибок.		
				координации,		Π:		
				командного духа		осознанно		
				класса.		строить		
				«Крокодильчики		сообщени		
				», «Регби на		я в устной		
				коленках»,		форме.		
				«Третий		K:		
				лишний»		задавать		
						вопросы,		
						формулир		
						овать		
						свою		
						позицию		

17	Спортивн		Правильное	Инструктаж по т. б.	Научиться		Самостоятельно	Индивидуальн ые
	0-		выполнение	Ходьба	выполнять	P:	осваивать техники	задания
	оздоровит		падения на	различными	падение на	вносить	падений, для развития	
	ельная		правый и левый	-	U U	необходи	координации,	
	деятельно		-	комплексная		мые	вестибулярного	
	сть.			разминка на месте,		корректив	аппарата и	
				растяжка. Спец.	-	ы в	навыков	
				упр-я с		ы в действие	самозащиты.	
				использованием		после его		
				мягкого		завершен		
				покрытия зала.		ия на		
				Совершенствова		основе		
	Самбо.			ние: падение на		его		
	Инструкта ж			правый и левый бок,		оценки и		
	по т. б.			задняя подножка.		учета		
	Падение на			Развитие		у тета сделанны		
	правый и			координации,		х ошибок. П:		
	левый бок,			командного духа		осознанно		
	задняя			класса.		строить		
	подножка.			«Крокодильчики»,		сообщени я в		
				«Регби на		устной		
				коленках», «Третий		форме.		
				лишний»		форм с. К:		
						задавать		
						вопросы,		
						формулир		
						овать		
						свою		
						позицию		
18	Самбо.		Правильное	Ходьба	Научиться	Р:	Самостоятельно	Индивидуальн ые
	Задняя		выполнение	различными	•	г. ВНОСИТЬ		задания
	подножка.			различными способами		необходи	осваивать технику выполнения задней	эщини
	подполни.		правый и левый			мые		
				разминка на месте,	_	мые корректив	подножки, для развития	
			•	разминка на месте, растяжка. Спец.			*	
				r		Ы В лейстрие	координации,	
				упр-я с		действие	вестибулярного	
				использованием		после его	аппарата и	
				МЯГКОГО		завершен	навыков	

покрытия зала. Совершенствова	ия на основе
ние: задняя	его
подножка. Развитие	оценки и учета
координации, командного духа	сделанны х ошибок.
класса.	П:
«Крокодильчики	осознанно
», «Регби на	строить
коленках»,	сообщени
«Третий	я в устной
лишний»	форме. К:
	задавать
	вопросы,
	формулир
	овать
	свою
	позицию

самозащиты.

19	Самбо.		Выполнять	Ходьба	Выполнять	P:	Самостоятельно	Индивидуальн ые
	КУ-				падение на	использов		задания
	падение на		правый и левый	^	., .,	ать	падений, для развития	
	правый и		-		бок.	установле	координации,	
	левый бок			разминка на месте,		нные	вестибулярного	
				растяжка.		правила в	аппарата и	
				комплексная		контроле	навыков	
				разминка на месте,		способа	самозащиты .	
				растяжка. КУ-		решения.	,	
				и падение на правый и		решения. П:		
				левый бок. Развитие		ставить и		
				координации,		формулир		
				командного духа		формулир овать		
				класса.		проблемы		
						проолемы		
						K:		
						договарив		
						аться о		
						распредел		
						ении		
						функций и		
						ролей в		
						совместно		
						й		
						деятельно		
						сти		
20	Самбо.		Правильное	Ходьба	Научиться	P:	Самостоятельно	Индивидуальн
	падение			различными	выполнять	вносить	осваивать техники	ые задания
	назад через		падения	способами	назад через	необходи	падений, для	
	партнера.		назад.	комплексная	партнера.	мые	развития	
				разминка на		корректив	координации,	
				месте, растяжка.		ы в	вестибулярного	
				Спец. упр-я с		действие	аппарата и	
				использованием		после его	навыков	
				мягкого		завершен	самозащиты.	
				покрытия зала.		ия на		
				Изучение:		основе		
				падение назад		его		

				церез партцера				
				через партнера. Развитие				
						оценки и		
				координации,		учета		
				командного духа		сделанны		
				класса.		х ошибок. П:		
				«Крокодильчики»,		осознанно		
				«Регби на		строить		
				коленках», «Третий		сообщени я в	3	
				лишний»		устной		
						форме.		
						К:		
						задавать		
						вопросы,		
						формулир		
						овать		
						свою		
						позицию		
21	Самбо.		Правильное	Ходьба	Научиться		Самостоятельно	Индивидуальн ые
	падение		выполнение	различными	выполнять	P:		задания
	назад через		падение	способами	падение назад		падений, для развития	
	партнера.			комплексная	через		координации,	
				разминка на месте,	партнера.	мые	вестибулярного	
				растяжка. Спец.			аппарата и	
				упр-я с		ы в	навыков	
				использованием			самозащиты.	
				мягкого		после его		
				покрытия зала.		завершен		
				Совершенствова		ия на		
				ние: падение		основе		
				назад через		его		
				партнера.		оценки и		
				Развитие		учета		
				координации,		учета сделанны		
				координации, командного духа		х ошибок. П:		
				класса.		осознанно		
				класса. «Крокодильчики »,				
				«Крокодильчики », «Регби на		строить сообщени я в		
				коленках»,		устной		

		<u> </u>	<u> </u>	.T~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~~		L	T	1
				«Третий		форме.		
				лишний»		K:		
						задавать		
						вопросы,		
						формулир		
						овать		
						свою		
						позицию		
22	Самбо.		Выполнять	Ходьба	Выполнять	P:	Самостоятельно	Индивидуальн ые
	КУ-		падение	различными	падение назад	использов	осваивать техники	задания
	падение		назад через	способами	через	ать	падений, для развития	
	назад через		партнера.	комплексная	партнера.	установле	координации,	
	партнера.			разминка на месте,		нные	вестибулярного	
				растяжка.		правила в	аппарата и	
				комплексная		контроле	навыков	
				разминка на месте,		способа	самозащиты.	
				растяжка. КУ-		решения.		
				падение назад через		Π:		
				партнера.		ставить и		
				Развитие		формулир		
				координации,		овать		
				командного духа		проблемы		
				класса.		1		
						K:		
						договарив		
						аться о		
						распредел		
						ении		
						функций и		
						ролей в		
						совместно		
						й		
						деятельно		
						сти		
23	Самбо.		Правильное	Ходьба	Научиться	P:		Индивидуальн ые
	Падение на		_	различными	выполнять	вносить		задания
	правый и		падения на	способами	падение на	необходи	осваивать технику	
	левый бок		правый и	комплексная	правый и	мые	падений, для развития	

	через	певый бок через	разминка на месте,	левый бок через		координации,	
	партнера,		растяжка. Спец.	-	TO TO TO THE TOTAL THE TOTAL TO THE TOTAL TOTAL TO THE TH	вестибулярного	
	передняя		упр-я с		корректив	аппарата и	
	подножка	_	использованием	_	D1 D	навыков	
	подпожка	подпожки	МЯГКОГО		действие	самозащиты.	
					после его	самозащиты.	
			покрытия зала.		завершен		
			Изучение: падение на правый и левый		ия на		
			-		основе		
			бок через партнера,		его		
			передняя		оценки и		
			подножка.		учета		
			Развитие		сделанны		
			координации,		х ошибок. П:		
			командного духа		осознанно		
			класса.		строить		
			«Крокодильчики»,		сообщени я в		
			«Регби на		устной		
			коленках», «Третий		форме.		
			лишний»		K:		
					задавать		
					вопросы,		
					формулир		
					овать		
					свою		
					позицию		
24	Самбо.	Правильное	Ходьба		P:	Самостоятельно	Индивидуальн ые
	Падение на		различными		вносить		задания
	правый и		способами		необходи	падений, для развития	
	левый бок	правый и левый		., .,	мые	координации,	
	через	_	разминка на месте,		корректив	вестибулярного	
	партнера,	_	растяжка. Спец.	_	ы в	аппарата и	
	передняя		упр-я с		действие	навыков	
	подножка		использованием	-		самозащиты.	
	,,		МЯГКОГО		завершен	,	
			покрытия зала.		ия на		
1			=		ия на основе		
			Совершенствова				
			ние: падение на		его		
			правый и левый		оценки и		

бок через партнера, передняя пошножка. Развитие координации, комациюто духа класса. «Кроколип-инки », «Третий пишний» Травильное выполнение падения и правый и девами и правый и дерез партнера. Травитьера партнера. Травильное выполнение падения на правый и дерез партнера. Травить и дерез партнера. Травить и формулир окать колобари вакыков самогащиты — дерешеных проблемы к. С. договарив ваться о распределении

		1					
					совместно		
					й		
					деятельно		
					сти		
26	Самбо	Выполнять	Ходьба	Выполнять	P:	Самостоятельно	Индивидуальн
	Задняя	заднюю	различными	заднюю	использов	осваивать технику	ые задания
	подножка	подножку	способами	подножку	ать	бросков, для	
			комплексная		установле	развития	
			разминка на		нные	координации,	
			месте, растяжка.		правила в	вестибулярного	
			Спец. упр-я с		контроле	аппарата и	
			использованием		способа	навыков	
			мягкого		решения.	самозащиты.	
			покрытия зала.		П:		
			Совершенствова		ставить и		
			ние: задняя		формулир		
			подножка.		овать		
			Развитие		проблемы		
			координации,				
			командного духа		K:		
			класса.		договарив		
			«Крокодильчики		аться о		
			», «Регби на		распредел		
			коленках»,		ении		
			«Третий		функций		
			лишний»		и ролей в		
					совместно		
					й		
					деятельно		
					сти		
27	Спортивн	 Выполнять	Инструктаж по	Выполнять	P:	Самостоятельно	Индивидуальн
	0-	заднюю	т. б.	заднюю	использов	осваивать технику	ые задания
	оздоровит	подножку	Ходьба	подножку	ать	бросков, для	
	ельная		различными		установле	развития	
	деятельно		способами		нные	координации,	
	сть.		комплексная		правила в	вестибулярного	

	C							1
	Самбо.			разминка на месте,		контроле	аппарата и	
	Инструкта			растяжка. Спец.		способа	навыков	
	ж по т. б.			упр-я с		решения.	самозащиты.	
	Задняя			использованием		Π:		
	подножка			мягкого		ставить и		
				покрытия зала.		формулир		
				Совершенствова		овать		
				ние: задняя		проблемы		
				подножка.				
				Развитие		К:		
				координации,		договарив		
				командного духа		аться о		
				класса.		распредел		
				«Крокодильчики»,		ении		
				«Регби на		функций и		
				коленках», «Третий		ролей в		
				лишний»		совместно		
						й		
						деятельно		
						сти		
28	Самбо		Выполнять	Ходьба	Выполнять	P:	Самостоятельно	Индивидуальн
	Задняя		заднюю	различными	заднюю	использов	осваивать технику	ые задания
	подножка		подножку	способами	подножку	ать	бросков, для	
				комплексная		установле	развития	
				разминка на		нные	координации,	
				месте, растяжка.		правила в	вестибулярного	
				Спец. упр-я с		контроле	аппарата и	
				использованием		способа	навыков	
				мягкого		решения.	самозащиты.	
				покрытия зала.		П:	,	
				Закрепление:		ставить и		
				задняя		формулир		
				подножка.		овать		
				Развитие		проблемы		
				координации,				
				командного духа		К:		
				класса.		договарив		
	1			«Крокодильчики		аться о		
		1		I TC		10		

			», «Регби на				
					распредел		
			коленках», «Третий		ении		
			лишний»		функций и		
					ролей в		
					совместно		
					й		
					деятельно		
					сти		
29	Самбо.	Правильное	Ходьба	Научиться	P:	Самостоятельно	Индивидуальн ые
	КУ-задняя	выполнение	различными	выполнять	использов	осваивать техники	задания
	подножка	задней	способами	заднюю	ать	падений, бросков для	
		подножка	комплексная	подножка	установле	развития	
			разминка на месте,		нные	координации,	
			растяжка. Спец.		правила в	вестибулярного	
			упр-я с		_	аппарата, навыков	
			использованием		контроле способа	группировки при	
			мягкого			падениях и	
			покрытия зала. КУ-		решения.	самозащиты.	
			задней подножка		П:	самозащиты.	
			заднеи подножка		ставить и		
					формулир		
					овать		
					проблемы		
					К:		
					договарив		
					аться о		
					распредел		
					ении		
					функций и		
					ролей в		
					совместно		
					й		
					деятельно		
					сти		
30	Самбо	Выполнять	Ходьба	Выполнять	P:	Самостоятельно	Индивидуальн
	Передняя	переднюю			использов		ые задания
	подножка	подножку	Ť .	•	ать	бросков, для	
	подножка	подножку		пото подполкку			
			комплексная		установле	развития	

				разминка на месте,		нные	координации,	
				растяжка. Спец.		правила в	вестибулярного	
				упр-я с		контроле	аппарата и	
				использованием		способа	навыков	
				мягкого		решения.	самозащиты .	
				покрытия зала.		П:		
				Совершенствова		ставить и		
				ние: передняя		формулир		
				подножка.		овать		
				Развитие		проблемы		
				координации,				
				командного духа		К:		
				класса.		договарив		
				«Крокодильчики»,		аться о		
				«Регби на		распредел		
				коленках», «Третий		ении		
				лишний»		функций и		
						ролей в		
						совместно		
						й		
						деятельно		
						сти		
31	Самбо		Выполнять	Ходьба	Выполнять	P:	Самостоятельно	Индивидуальн
	Передняя		переднюю	различными	переднюю	использов	осваивать технику	ые задания
	подножка		подножку	способами	юю подножку	ать	бросков, для	
				комплексная		установле	развития	
				разминка на		нные	координации,	
				месте, растяжка.		правила в	вестибулярного	
				Спец. упр-я с		контроле	аппарата и	
				использованием		способа	навыков	
				мягкого		решения.	самозащиты.	
				покрытия зала.		П:		
				Закрепление:		ставить и		
				передняя		формулир		
				подножка.		овать		
				Развитие		проблемы		
				координации,				
				командного духа		К:		

		1	1		1			1	T 1
					класса.		договарив		
					«Крокодильчики»,		аться о		
					«Регби на		распредел		
					коленках», «Третий		ении		
					лишний»		функций и		
							ролей в		
							совместно		
							й		
							деятельно		
							сти		
32	Самбо.			Правильное	Ходьба	Научиться	P:	Самостоятельно	Индивидуальн ые
32	КУ-			=		<u>-</u>			-
					различными	выполнять	использов		задания
	передняя			•	способами	переднюю	ать	падений, бросков для	
	подножка				комплексная	подножку	установле	развития	
					разминка на месте,		нные	координации,	
					растяжка. Спец.		правила в	вестибулярного	
					упр-я с		контроле	аппарата, навыков	
					использованием		способа	группировки при	
					мягкого		решения.	падениях и	
					покрытия зала. КУ-		Π:	самозащиты.	
					задней подножка		ставить и		
							формулир		
							овать		
							проблемы		
							K:		
							договарив		
							аться о		
							распредел		
							ении		
							функций и		
							ролей в		
							совместно		
							й		
							и деятельно		
							сти		
22									***
33	Самбо.					Выполнять	P:	Самостоятельно	Индивидуальн ые
	Освобожде			освобожден	различными	освобождение	использов	осваивать техники	задания

	ние от		ие от	способами	от захватов за	ать	падений, бросков для	
	захватов за				руки.	установле	развития	
	руки.		руки	разминка на месте,		ľ	координации,	
	p y terr		pymi	растяжка. Изучение:		нные	вестибулярного	
				освобождение от		правила в	аппарата, навыков	
				захватов за руки.		контроле	группировки при	
				Развитие		способа	падениях и	
				координации,		решения.	самозащиты.	
				командного духа		П:	самозащиты.	
						ставить и		
				класса.		формулир		
				«Крокодильчики », «Регби на		овать		
						проблемы		
				коленках», «Третий				
				лишний»		K:		
						договарив		
						аться о		
						распредел		
						ении		
						функций и		
						ролей в		
						совместно		
						й		
						деятельно		
						сти		
34	Самбо.		Выполнять		Выполнять	P:	Самостоятельно	Индивидуальн ые
	Освобожде		освобожден	Ходьба	освобождение	использов	осваивать техники	задания
	ние от		ие от	различными	от захватов за	ать	падений, бросков для	
	захватов за		захватов за	способами	руки.	установле	развития	
	руки.		руки	комплексная		нные	координации,	
				разминка на месте,		правила в	вестибулярного	
				r		-	аппарата, навыков	
				-		_	группировки при	
							падениях и	
				= :		П:	самозащиты.	
				-				
				*				
34	Освобожде ние от захватов за		освобожден ие от захватов за руки	Ходьба различными способами	освобождение от захватов за	использов ать установле нные правила в контроле способа решения.	осваивать техники падений, бросков для развития координации, вестибулярного аппарата, навыков группировки при падениях и	-

», «Регби на	
коленках»,	К:
«Третий	договарив
лишний»	аться о
	распредел
	ении
	функций и
	ролей в
	совместно
	й
	деятельно
	сти

Тематическое планирование по физкультуре8 классы

No	Тема	Тип	Технологии	Решаемые	Виды	Отрабатываемые УУД требования к уровню			Домашнее
ур°	урока	урока		проблемы	деятельности	ПС	одготовки уча	щихся.	задание
ка					(элементы	Предметные	УУД	Личностные	
					содержания)				
1	Знания о			Знать	Первичный	Научиться	P.:	Осознание, оценка и	Индивидуальн ые
	физическо й			безопасное	инструктаж на	применять	применят ь	принятие социальных	задания
	культуре			поведение	рабочем месте по	правила ТБ на	правила	норм	
	Инструкта ж			на уроке самбо.	технике	уроках.	подбора	поведения в	
	ПО			Получение	безопасности.	Рассказывать	одежды	школе.	
	технике			информации	Инструктаж по	краткую	для		
	безопаснос				самбо. Понятие о	информацию	занятий		
	ти на				физической	об истории	самбо.		
	занятиях				нагрузке (объем,	самбо.	П.: давать		
	самбо.				продолжительно		оценку		
	История				сть,		погодным		
	самбо.				интенсивность).		условиям		
					История появления		и		
					И		подготовк		
					становления		е к уроку		
					самбо.		самбо.		
							К.:		
							осуществ		

					лять взаимный контроль и оказывать в сотрудни честве необходи мую взаимопо мощь.		
Спортивн о- оздоровит ельная деятельно сть. Самбо. Кувырок вперед, удержание сбоку.		сбоку	Ходьба различными способами комплексная разминка на месте, растяжка. Спец. упр-я с использованием мягкого покрытия зала. Изучение: Кувырок вперед, удержания сбоку Развитие координации, командного духа класса. Игра на выбор: «Крокодильчики », «Регби на коленках», «Третий лишний»	Научиться выполнять кувырок вперед, удержание сбоку	Р: ориентир оваться в разнообра зии способов решения задач; вносить дополнен ия и изменени я в план действия. П: использов ать знаково- символич еские средства, в том числе модели и	Самостоятельно осваивать технику и выполнять кувырок вперед, удержание сбоку выявлять и устранять характерные ошибки. Развивать координацию и вестибулярный аппарат.	Индивидуальн ые задания

	I	1	I	1	T			1	1
							схемы,		
							для		
							решения		
							задач.		
							К:		
							определят ь		
							цели,		
							функции		
							участнико		
							в, способы		
							взаимоде		
							йствия;		
							координи		
							ровать и		
							принимат		
							Ь		
							различны		
							е позиции		
							ВО		
							взаимоде		
							йствии		
3	Самбо.			Правильное	Ходьба	Научиться	P:	Самостоятельно	Индивидуальн ые
	Кувырок			выполнение	различными	выполнять	ориентир	осваивать технику	задания
	вперед,			кувырка	способами	кувырок	оваться в	и выполнять	
	удержание			назад	комплексная	вперед,	разнообра	кувырок вперед,	
	поперек.				разминка на месте,	удержание		удержание поперек,	
					растяжка. Спец.	поперек.	способов	выявлять и устранять	
					упр-я с		решения	характерные ошибки.	
					использованием			Развивать	
					мягкого			координацию и	
					покрытия зала.			вестибулярный	
					Совершенствова		7 7	аппарат.	
					ние: кувырок		изменени		
					вперед.		я в план		
					Изучение:		действия.		
					удержание		Денетыя. П:		
					поперек.		использов		
		j			поперек.		MOUTOTION		

				D				
				Развитие		ать		
				координации,		знаково-		
				командного духа		символич		
				класса.		еские		
				«Крокодильчики»,		средства,		
				«Регби на		в том		
				коленках», «Третий		числе		
				лишний»		модели и		
						схемы,		
						для		
						решения		
						задач.		
						К:		
						определят ь		
						цели,		
						функции		
						участнико		
						в,		
						способы		
						взаимоде		
						йствия;		
						координи		
						ровать и		
						принимат		
						Ь		
						различны		
						е позиции		
						во		
						взаимоде		
						йствии		
4	Самбо.		Правильное	Ходьба	Научиться	P:	Самостоятельно	Индивидуальн ые
	Кувырок		выполнение	различными	выполнять	ориентир	осваивать технику	задания
	вперед,		кувырка	способами	кувырок вперед,		и выполнять	
	переворот			комплексная		разнообра	кувырок вперед,	
	на			разминка на месте,	удержание сбоку	зии	переворот на	
	удержание			растяжка. Спец.		способов	удержание сбоку,	
	сбоку		удержание	упр-я с		решения	выявлять и	
				использованием		задач;	устранять	

мягкого покрытия зала. Закрепление: Кувырок вперед. Изучение: переворот на удержание сбоку Развитие координации, командного духа класса. Игра на выбор: «Крокодильчики », «Регби на коленках», «Третий лишний»

вносить характерные ошибки. дополнен Развивать ия и изменени координацию и вестибулярный я в план действия. аппар ат . П: использов ать знаковосимволич еские средства, в том числе модели и схемы, для решения задач. K: определят ь цели, функции участнико В, способы взаимоде йствия; координи ровать и принимат Ь различны е позиции во взаимоде йствии

5	Самбо	Выполнять	Ходьба	Выполнять	P:	Самостоятельно	Индивидуальн ые
	КУ -	кувырок	различными	кувырок	использов	осваивать	задания
	кувырок	вперед	способами	вперед.	ать	кувырок вперед, для	
	вперед.		комплексная		установле	развития	
			разминка на месте,		нные	координации,	
			растяжка.		правила в	вестибулярного	
			комплексная		контроле	аппарата и	
			разминка на месте,		способа	навыков	
			растяжка. КУ-		решения.	группировки.	
			кувырок вперед.		П:		
			Развитие		ставить и		
			координации,		формулир		
			командного духа		овать		
			класса.		проблемы		
					К:		
					договарив		
					аться о		
					распредел		
					ении		
					функций и		
					ролей в		
					совместно		
					й		
					деятельно		
					сти		
6	Самбо.	Правильное	Ходьба	Научиться	P:	Самостоятельно	Индивидуальн
	Кувырок	выполнение	различными	выполнять	ориентир	осваивать технику	ые задания
	назад,	кувырка	способами	кувырок	оваться в	и выполнять	
	переворот	назад,	комплексная	назад,	разнообра	кувырок назад,	
	на	переворота	разминка на	переворот на	зии	переворот на	
	удержание	на	месте, растяжка.	удержание	способов	удержание	
	поперек	удержание	Спец. упр-я с	поперек	решения	поперек, выявлять	
		поперек	использованием		задач;	и устранять	
			мягкого		вносить	характерные	
			покрытия зала		дополнен	ошибки.	
			Изучение:		ия и	Развивать	
			кувырок назад,		изменени	координацию и	

переворот на удержание поперек. Развитие координации, командного духа класса. Игра на выбор: «Крокодильчики », «Регби на коленках», «Третий лишний»

я в план	вестибулярный
действия. П:	аппар ат .
использов ать	
знаково- символич	
еские	
средства, в том	
числе	
модели и схемы,	
для	
решения задач. К:	
определят ь цели, функции	
участнико	
в, способы	
взаимоде йствия;	
координи ровать и	
принимат ь	
различны е позиции	
во	
взаимоде йствии	

7	Самбо.		Правильное	Ходьба	Научиться	P:	Самостоятельно	Индивидуальн
	Кувырок		выполнение	различными	выполнять	ориентир	осваивать технику	ые задания
	назад,		кувырка	способами	кувырок	оваться в	и выполнять	
	защита от		назад,	комплексная	назад, защиту	разнообра	кувырок назад,	
	удержания		защиты от	разминка на	от удержания	зии	защиту от	
	сбоку.		удержания	месте, растяжка.	сбоку.	способов	удержания сбоку,	
			сбоку	Спец. упр-я с		решения	выявлять и	
				использованием		задач;	устранять	
				мягкого		вносить	характерные	
				покрытия зала.		дополнен	ошибки.	
				Закрепление:		ия и	Развивать	
				Кувырок вперед.		изменени	координацию и	
				Совершенствова		я в план	вестибулярный	
				ние: кувырок		действия.	аппар ат .	
				назад.		Π:		
				Изучение:		использов		
				защита от		ать		
				удержания		знаково-		
				сбоку. Развитие		символич		
				координации,		еские		
				командного духа		средства,		
				класса. Игра на		В ТОМ		
				выбор:		числе		
				«Крокодильчики		модели и		
				», «Регби на		схемы,		
				коленках»,		для		
				«Третий лишний»		решения		
				лишнии//		задач. К:		
						определят ь цели,		
						цели, функции		
						участнико		
						в,		
						ь, способы		
						взаимоде		
						йствия;		
						координи		
				1	<u>L</u>	координи	1	1

	T		T	Т				
						ровать и		
						принимат		
						r.		
						ь		
						различны		
						е позиции		
						во		
						взаимоде		
						йствии		
8	Самбо		Выполнять	Ходьба	Выполнять	P:	Самостоятельно	Индивидуальн ые
	КУ - кувырок					использов	осваивать	
			_		• •			задания
	назад.		назад.			ать	кувырок назад, для	
				комплексная		установле	развития	
				разминка на месте,		нные	координации,	
				растяжка.		правила в	вестибулярного	
				комплексная		контроле	аппарата и	
				разминка на месте,		способа	навыков	
				растяжка. КУ-				
				Γ		решения.	группировки.	
				кувырок назад.		П:		
				Развитие		ставить и		
				координации,		формулир		
				командного духа		овать		
				класса.		проблемы		
						*		
						К:		

	1	1	1	1	<u></u>	1	ı	T
						договарив		
						аться о		
						распредел		
						ении		
						функций и		
						ролей в		
						совместно		
						й		
						деятельно		
						сти		
9	Защита от		Правильное	Ходьба	Научиться	P:	Самостоятельно	Индивидуальн ые
	удержания		выполнение	различными	выполнять	вносить	осваивать технику	задания
	сбоку.		защиты от	способами	защиту от	необходи	и выполнять	
			удержания	комплексная	удержания сбоку	мые	защиту от удержания	
			сбоку.	разминка на месте,		корректив	сбоку, выявлять и	
				растяжка. Спец.		ы в	устранять	
				упр-я с		действие	характерные	
				использованием		после его	ошибки.	
				мягкого		завершен	Развивать	
				покрытия зала.		ия на	координацию и	
				Повторение:		основе	вестибулярный	
				кувырок вперед,		его	аппарат.	
				кувырок назад,		оценки и		
				кувырок через		учета		
				правую руку с		сделанны		
				колен, кувырок		х ошибок. П:		
				через левую руку с		осознанно		
				колен. Развитие		строить		
				координации,		сообщени я в		
				командного духа		устной		
				класса.		форме.		
				«Крокодильчики »,		K:		
				«Регби на		задавать		
				коленках», «Третий		вопросы,		
				лишний»		формулир		
						овать		
						свою		
<u></u>	<u> </u>	1	1	<u> </u>		1		

					позицию		
10	Спортивн	Правильное	Инструктаж по т.б.	Научиться		Самостоятельно	Индивидуальн ые
	0-	выполнение	Ходьба	выполнять	P:	осваивать технику	задания
	оздоровит	падения	различными	падение		падения назад,	
	ельная	назад,	способами	назад, защиту от		защиту от	
	деятельно	защиты от	комплексная	удержания		удержания	
	сть.	удержания	разминка на месте,	поперек.		поперек, для	
	Самбо.	поперек.	растяжка. Спец.	_		развития	
	Инструкта ж		упр-я с		действие	координации,	
	по т.б.		использованием		после его	вестибулярного	
	Падение		мягкого			аппарата и	
	назад,		покрытия зала.			навыков	
	защита от		Изучение: падение			самозащиты.	
	удержания		назад,		его		
	поперек.		защиты от		оценки и		
			удержания		учета		
			поперек.		сделанны		
			Развитие		х ошибок. П:		
			координации,		осознанно		
			командного духа		строить		
			класса.		сообщени я в		
			«Крокодильчики»,		устной		
			«Регби на		форме.		
			коленках», «Третий		K:		
			лишний»		задавать		
					вопросы,		
					формулир		
					овать		
					свою		
					позицию		
11	Самбо.	Правильное	Ходьба	Научиться	P:		Индивидуальн ые
	Падение		различными	выполнять	вносить		задания
	назад,	падения	способами	падение	необходи	Самостоятельно	
	защита от	назад,	комплексная	назад, защиту от	мые	осваивать технику	
	удержания	защита от	разминка на месте,	удержания	корректив	падения назад,	
	поперек.	удержания	растяжка. Спец.	поперек.		защиту от удержания	
		поперек.	упр-я с			поперек, для развития	
			использованием		после его	координации,	

	T						<u></u>	1
				мягкого			вестибулярного	
				покрытия зала.		завершен	аппарата и	
				Совершенствова		ия на	навыков	
				ние: падение		основе	самозащиты.	
				назад, защиты от		его		
				удержания		оценки и		
				поперек.		учета		
				Развитие		сделанны		
				координации,		х ошибок. П:		
				командного духа		осознанно		
				класса.		строить		
				«Крокодильчики»,		сообщени я в		
				«Регби на		устной		
				коленках», «Третий		форме.		
				лишний»		K:		
						задавать		
						вопросы,		
						формулир		
						овать		
						свою		
						позицию		
12	Самбо.		Выполнять	Ходьба	Выполнять	P:	Самостоятельно	Индивидуальн ые
	КУ-		падение	различными	падение	использов	осваивать технику	задания
	падение		назад	способами	назад.		падения назад, для	
	назад.			комплексная		ать	развития	
				разминка на месте,		установле	г координации,	
				растяжка.		нные	вестибулярного	
				комплексная		правила в	аппарата и	
				разминка на месте,		контроле	навыков	
				растяжка. КУ-		способа	самозащиты .	
				падение назад.		решения.	,	
				Развитие		П:		
				координации,		ставить и		
				командного духа		формулир		
				класса.		овать		
						проблемы		
						К:		
				1		договарив		1

					аться о распредел ении функций и ролей в		
					совместно й деятельно		
13	Самбо. падение вперед.		Ходьба различными способами комплексная разминка на месте, растяжка. Спец. упр-я с использованием мягкого покрытия зала. Изучение: падение вперед. Развитие координации, командного духа класса. «Крокодильчики », «Регби на коленках», «Третий лишний»	Научиться выполнять падение вперед.	сти Р: вносить	осваивать техники падений, для развития координации, вестибулярного аппарата и навыков самозащиты.	Индивидуальн ые задания
					К: задавать вопросы, формулир овать свою позицию		

14	Самбо.	Правильное	Ходьба	Научиться		Самостоятельно	Индивидуальн ые
	падение	выполнение	различными	выполнять	P:	осваивать техники	задания
	вперед.	падения	способами	падение	вносить	падений, для развития	
	_	вперед.	комплексная	вперед.	необходи	координации,	
		•	разминка на месте,	•	мые	вестибулярного	
			растяжка. Спец.		корректив	аппарата и	
			упр-я с		ы в	навыков	
			использованием		действие	самозащиты.	
			мягкого		после его		
			покрытия зала.		завершен		
			Совершенствова		ия на		
			ние: падение вперед.		основе		
			Развитие		его		
			координации,		оценки и		
			командного духа		учета		
			класса.		сделанны		
			«Крокодильчики »,		х ошибок. П:		
			«Регби на		осознанно		
			коленках», «Третий		строить		
			лишний»		сообщени я в	3	
					устной		
					форме.		
					K:		
					задавать		
					вопросы,		
					формулир		
					овать		
					свою		
1.7	G	D	V. C	D	позицию	G	11
15	Самбо.	Выполнять	Ходьба	Выполнять	P:	Самостоятельно	Индивидуальн
	КУ-	падение	различными	падение	использов	осваивать техники	ые задания
	падение	вперед	способами	вперед.	ать	падений, для	
	вперед.		комплексная		установле	развития	
			разминка на		нные	координации,	
			месте, растяжка.		правила в	вестибулярного	
			комплексная		контроле	аппарата и	
			разминка на		способа	навыков	
			месте, растяжка.		решения.	самозащиты .	

КУ- падение вперед. Развитие координации, командного духа класса.

П:	
ставить и	
формулир овать проблемы	
K:	
договарив	
аться о	
распредел	
ении	
функций	
и ролей в	
совместно	
й	
деятельно	
сти	

16	Самбо.		Правильное	Ходьба	Научиться	P:	Самостоятельно	Индивидуальн
10	Падение на		выполнение	различными	выполнять	вносить	осваивать техники	ые задания
	правый и		падения на	способами	падение на	необходи	падений, для	
	левый бок,		правый и	комплексная	правый и	мые	развития	
	задняя		левый бок,	разминка на	левый бок,	корректив	координации,	
	подножка.		задней	месте, растяжка.	заднюю	ыв	вестибулярного	
			подножки.	Спец. упр-я с	подножку.	действие	аппарата и	
				использованием		после его	навыков	
				мягкого		завершен	самозащиты.	
				покрытия зала.		ия на		
				Изучение:		основе		
				падение на		его		
				правый и левый		оценки и		
				бок, задняя		учета		
				подножка.		сделанны		
				Развитие		х ошибок.		
				координации,		Π:		
				командного духа		осознанно		
				класса.		строить		
				«Крокодильчики		сообщени		
				», «Регби на		я в устной		
				коленках»,		форме.		
				«Третий		K:		
				лишний»		задавать		
						вопросы,		
						формулир		
						овать		
						свою		
						позицию		

17	Спортивн		Правильное	Инструктаж по т. б.	Научиться		Самостоятельно	Индивидуальн ые
	0-		выполнение	Ходьба	выполнять	P:	осваивать техники	задания
	оздоровит		падения на	различными	падение на	вносить	падений, для развития	
	ельная		правый и левый	-	U U	необходи	координации,	
	деятельно		-	комплексная		мые	вестибулярного	
	сть.			разминка на месте,		корректив	аппарата и	
				растяжка. Спец.	-	ы в	навыков	
				упр-я с		ы в действие	самозащиты.	
				использованием		после его		
				мягкого		завершен		
				покрытия зала.		ия на		
				Совершенствова		основе		
	Самбо.			ние: падение на		его		
	Инструкта ж			правый и левый бок,		оценки и		
	по т. б.			задняя подножка.		учета		
	Падение на			Развитие		у тета сделанны		
	правый и			координации,		х ошибок. П:		
	левый бок,			командного духа		осознанно		
	задняя			класса.		строить		
	подножка.			«Крокодильчики»,		сообщени я в		
				«Регби на		устной		
				коленках», «Третий		форме.		
				лишний»		форм с. К:		
						задавать		
						вопросы,		
						формулир		
						овать		
						свою		
						позицию		
18	Самбо.		Правильное	Ходьба	Научиться	Р:	Самостоятельно	Индивидуальн ые
	Задняя		выполнение	различными	•	г. ВНОСИТЬ		задания
	подножка.			различными способами		необходи	осваивать технику выполнения задней	эщини
	подполни.		правый и левый			мые		
				разминка на месте,	_	мые корректив	подножки, для развития	
			•	разминка на месте, растяжка. Спец.			*	
				r		Ы В лействие	координации,	
				упр-я с		действие	вестибулярного	
				использованием		после его	аппарата и	
				МЯГКОГО		завершен	навыков	

покрытия зала. Совершенствова	ия на основе
ние: задняя	его
подножка. Развитие	оценки и учета
координации, командного духа	сделанны х ошибок.
класса.	П:
«Крокодильчики	осознанно
», «Регби на	строить
коленках»,	сообщени
«Третий	я в устной
лишний»	форме. К:
	задавать
	вопросы,
	формулир
	овать
	свою
	позицию

самозащиты.

19	Самбо.		Выполнять	Ходьба	Выполнять		Самостоятельно	Индивидуальн ые
	КУ-		падение на	различными	падение на	P:	осваивать техники	задания
	падение на		правый и левый	способами	правый и левый	использов	падений, для развития	
	правый и		бок	комплексная	бок.	ать	координации,	
	левый бок			разминка на месте,		установле	вестибулярного	
				растяжка.		нные	аппарата и	
				комплексная		правила в	навыков	
				разминка на месте,		контроле	самозащиты.	
				растяжка. КУ-		способа		
				падение на правый и		решения.		
				левый бок. Развитие		П:		
				координации,		ставить и		
				командного духа		формулир		
				класса.		овать		
						проблемы		
						К:		
						договарив		
						аться о		
						распредел		
						ении		
						функций и		
						ролей в		
						совместно		
						Й		
						деятельно		
	G			.	**	сти		T T
20	Самбо.		•	Ходьба	Научиться	P:	Самостоятельно	Индивидуальн
	падение			различными	выполнять	вносить		ые задания
	назад через			способами	назад через	необходи	падений, для	
	партнера.		назад.	комплексная	партнера.	мые	развития	
				разминка на		корректив	координации,	
				месте, растяжка.		ы в	вестибулярного	
				Спец. упр-я с		действие	аппарата и	
				использованием		после его	навыков	
				мягкого		завершен	самозащиты.	
				покрытия зала.		ия на		
				Изучение:		основе		
				падение назад		его		

				через партнера. Развитие координации, командного духа класса. «Крокодильчики », «Регби на коленках», «Третий лишний»		оценки и учета сделанны х ошибок. П: осознанно строить сообщени я в устной форме. К: задавать вопросы, формулир овать свою позицию		
21	Самбо. падение назад через партнера.		партнера.	Ходьба различными способами комплексная разминка на месте, растяжка. Спец. упр-я с использованием мягкого покрытия зала. Совершенствова ние: падение назад через партнера. Развитие координации, командного духа класса. «Крокодильчики », «Регби на коленках»,	падение назад через партнера.	Р: вносить необходи мые корректив ы в	осваивать техники падений, для развития координации, вестибулярного аппарата и навыков самозащиты.	Индивидуальн ые задания

				«Третий		форме.		
				лишний»		форм с . К:		
						задавать		
						вопросы,		
						_		
						формулир		
						овать		
						свою		
22	Самбо.		Выполнять	Ходьба	Выполнять	позицию	Самостоятельно	Интиритири
22	Самоо. КУ-					P:		Индивидуальн ые
			падение	различными	падение назад	использов		задания
	падение		назад через	способами	через	ать	падений, для развития	
	назад через		партнера.		партнера.	установле	координации,	
	партнера.			разминка на месте,		нные	вестибулярного	
				растяжка.		правила в	аппарата и	
				комплексная		контроле	навыков	
				разминка на месте,		способа	самозащиты .	
				растяжка. КУ-		решения.		
				падение назад через		П:		
				партнера.		ставить и		
				Развитие		формулир		
				координации,		овать		
				командного духа		проблемы		
				класса.				
						К:		
						договарив		
						аться о		
						распредел		
						ении		
						функций и		
						ролей в		
						совместно		
						й		
						деятельно		
23	Самбо.		Правильное	Ходьба	Научиться	сти Р:		Индивидуальн ые
			_		•		Сомостоятся	-
	Падение на		выполнение	различными	выполнять	вносить		задания
	правый и		падения на	способами	падение на	необходи	осваивать технику	
	левый бок		правый и	комплексная	правый и	мые	падений, для развития	

	через		левый бок через	разминка на месте,	левый бок через		координации,	
	партнера,		_	растяжка. Спец.	-		вестибулярного	
	передняя			упр-я с		1 1	аппарата и	
	подножка		-	использованием	_	D1 D	навыков	
	Д		/	мягкого		n	самозащиты.	
				покрытия зала.		1100110 010		
				Изучение: падение		завершен		
				на правый и левый		ия на		
				бок через партнера,		основе		
				передняя		его		
				подножка.		оценки и		
				подножка. Развитие		учета		
						сделанны		
				координации,		х ошибок. П:		
				командного духа		осознанно		
				класса.		строить		
				«Крокодильчики»,		сообщени я в		
				«Регби на		устной		
				коленках», «Третий		форме.		
				лишний»		К:		
						задавать		
						вопросы,		
						формулир		
						овать		
						свою		
						позицию		
24	Самбо.		Правильное	Ходьба	Научиться	P:	Самостоятельно	Индивидуальн ые
	Падение на		выполнение	различными	выполнять	вносить	осваивать технику	задания
	правый и		падения на	способами	падение на	необходи	падений, для развития	
	левый бок		правый и левый	комплексная	правый и левый		координации,	
	через		~	разминка на месте,	_		вестибулярного	
	партнера,			растяжка. Спец.			аппарата и	
	передняя		U	упр-я с		действие	навыков	
	подножка			использованием	_		самозащиты.	
				мягкого		завершен		
				покрытия зала.		ия на		
				Совершенствова		основе		
				ние: падение на		его		
				правый и левый		оценки и		

25	Cov.5			бок через партнера, передняя подножка. Развитие координации, командного духа класса. «Крокодильчики », «Регби на коленках», «Третий лишний»		учета сделанны х ошибок. П: осознанно строить сообщени я в устной форме. К: задавать вопросы, формулир овать свою позицию		Y.L.
25	Самбо. КУ- падение на правый и левый бок через партнера.		падения на правый и левый бок через партнера.	Ходьба различными способами комплексная разминка на месте, растяжка. Спец. упр-я с использованием мягкого покрытия зала. КУ-падение на правый и левый бок через партнера.	выполнять падение на правый и левый бок через партнера.	ать установле нные правила в контроле	Самостоятельно осваивать технику падений, для развития координации, вестибулярного аппарата и навыков самозащиты.	Индивидуальн ые задания

						совместно		
						й		
						деятельно		
						сти		
26	Самбо		Выполнять	Ходьба	Выполнять	P:	Самостоятельно	Индивидуальн
	Задняя		заднюю	различными	заднюю	использов	осваивать технику	ые задания
	подножка		подножку	способами	подножку	ать	бросков, для	
				комплексная		установле	развития	
				разминка на		нные	координации,	
				месте, растяжка.		правила в	вестибулярного	
				Спец. упр-я с		контроле	аппарата и	
				использованием		способа	навыков	
				мягкого		решения.	самозащиты.	
				покрытия зала.		П:		
				Совершенствова		ставить и		
				ние: задняя		формулир		
				подножка.		овать		
				Развитие		проблемы		
				координации,				
				командного духа		K:		
				класса.		договарив		
				«Крокодильчики		аться о		
				», «Регби на		распредел		
				коленках»,		ении		
				«Третий		функций		
				лишний»		и ролей в	3	
						совместно		
						й		
						деятельно		
27	C		D	17	D	СТИ	C	T.T
27	Спортивн					P:		Индивидуальн
	0-					использов	1	ые задания
	оздоровит		1			ать	бросков, для	
	ельная			различными		установле	развития	
	деятельно			способами		нные	координации,	
	сть.			комплексная		правила в	вестибулярного	

	Самбо.			разминка на месте,		контроле	аппарата и	
	Инструкта			растяжка. Спец.		1	навыков	
	ж по т. б.			упр-я с			самозащиты.	
	Задняя			использованием		решения. П:		
	подножка			мягкого		ставить и		
	подпожна			покрытия зала.				
				Совершенствова		формулир овать		
				ние: задняя				
				подножка.		проблемы		
				Развитие		IC.		
				координации,		K:		
				командного духа		договарив		
				класса.		аться о		
				класса. «Крокодильчики »,		распредел		
				«Регби на		ении		
				«гегои на коленках», «Третий		функций и		
				коленках», «третии лишний»		ролей в		
				лишнии»		совместно		
						Й		
						деятельно		
	G 5		D	X7		сти		T.T.
28	Самбо		Выполнять			P:		Индивидуальн
	Задняя			F _			· ·	ые задания
	подножка		подножку	способами	подножку	ать	бросков, для	
				комплексная		-	развития	
				разминка на			координации,	
				месте, растяжка.		_	вестибулярного	
				Спец. упр-я с			аппарата и	
				использованием		способа	навыков	
				мягкого		решения.	самозащиты .	
				покрытия зала.		Π:		
				Закрепление:		ставить и		
				задняя		формулир		
				подножка.		овать		
				Развитие		проблемы		
				координации,				
				командного духа		К:		
				класса.		договарив		
				«Крокодильчики		аться о		

				», «Регби на коленках», «Третий лишний»		распредел ении функций и ролей в совместно й деятельно сти		
29	Самбо. КУ-задняя подножка		выполнение задней подножка	Ходьба различными способами комплексная разминка на месте, растяжка. Спец. упр-я с использованием мягкого покрытия зала. КУ-задней подножка	выполнять заднюю подножка	Р: использов ать установле нные правила в контроле способа решения. П: ставить и формулир овать проблемы К: договарив аться о распредел ении функций и ролей в совместно й деятельно		Индивидуальн ые задания
30	Самбо Передняя подножка		подножку	Γ .	_	сти Р: использов ать установле	Самостоятельно осваивать технику бросков, для развития	Индивидуальн ые задания

				разминка на месте,		нные	координации,	
				растяжка. Спец.		правила в	вестибулярного	
				упр-я с		контроле	аппарата и	
				использованием		способа	навыков	
				мягкого		решения.	самозащиты .	
				покрытия зала.		решения. П:	,	
				Совершенствова		ставить и		
				ние: передняя		формулир		
				подножка.		овать		
				Развитие		проблемы		
				координации,		inpoortemen		
				командного духа		К:		
				класса.		договарив		
				«Крокодильчики»,		аться о		
				«Регби на		распредел		
				коленках», «Третий		ении		
				лишний»		функций и		
						ролей в		
						совместно		
						й		
						деятельно		
						сти		
31	Самбо		Выполнять	Ходьба	Выполнять	P:	Самостоятельно	Индивидуальн
	Передняя		переднюю	различными	переднюю	использов	осваивать технику	ые задания
	подножка		_	способами	•	ать	бросков, для	, ,
				комплексная			развития	
				разминка на		нные	координации,	
				месте, растяжка.		правила в	вестибулярного	
				Спец. упр-я с		контроле	аппарата и	
				использованием			навыков	
				мягкого		решения.	самозащиты .	
				покрытия зала.		П:		
				Закрепление:		ставить и		
				передняя		формулир		
				подножка.		овать		
				Развитие		проблемы		
				координации,				
				командного духа		К:		

				класса.		договарив		
				«Крокодильчики»,		аться о		
				«Регби на		распредел		
				коленках», «Третий		ении		
				лишний»		функций и		
						ролей в		
						совместно		
						й		
						деятельно		
						сти		
32	Самбо.		Правильное	Ходьба	Научиться	P:	Самостоятельно	Индивидуальн ые
	КУ-			различными	выполнять	использов	осваивать техники	задания
	передняя		передней	способами	переднюю	ать	падений, бросков для	
	подножка		подножка	комплексная	подножку	установле	развития	
				разминка на месте,		нные	координации,	
				растяжка. Спец.		правила в	вестибулярного	
				упр-я с		контроле	аппарата, навыков	
				использованием		способа	группировки при	
				мягкого		решения.	падениях и	
				покрытия зала. КУ-		П:	самозащиты.	
				задней подножка		ставить и		
						формулир		
						овать		
						проблемы		
						К:		
						договарив		
						аться о		
						распредел		
						ении		
						функций и		
						ролей в		
						совместно		
						й		
						деятельно		
						сти		
33	Самбо.		Выполнять	Ходьба	Выполнять	P:	Самостоятельно	Индивидуальн ые
	Освобожде	_			освобождение	использов		задания

	ние от			ие от	способами	от захватов за	ать	падений, бросков для	
	захватов за			захватов за	комплексная	руки.	установле	развития	
	руки.			руки	разминка на месте,		нные	координации,	
					растяжка. Изучение:		правила в	вестибулярного	
					освобождение от		контроле	аппарата, навыков	
					захватов за руки.		способа	группировки при	
					Развитие		решения.	падениях и	
					координации,		П:	самозащиты.	
					командного духа			Camosam III bi	
					класса.		ставить и		
					«Крокодильчики»,		формулир		
					«Регби на		овать		
					коленках», «Третий		проблемы		
					коленках», «третии лишний»		K:		
					,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,		к. договарив		
							аться о		
							распредел		
							ении		
							функций и		
							ролей в		
							<u>*</u>		
							совместно		
							И		
							деятельно		
34	G . T			D		D	сти		T.T.
34	Самбо.			Выполнять		Выполнять	P:		Индивидуальн ые
	Освобожде			освобожден		освобождение	использов		задания
	ние от			ие от	r	от захватов за	ать	падений, бросков для	
	захватов за			захватов за	способами	руки.	установле	развития	
	руки.			руки	комплексная		нные	координации,	
					разминка на месте,		правила в	вестибулярного	
					растяжка. Изучение:		контроле	аппарата, навыков	
					освобождение от		способа	группировки при	
					захватов за руки.		решения.	падениях и	
					Развитие		П:	самозащиты.	
					координации,		ставить и		
					командного духа		формулир		
					класса.		овать		
					«Крокодильчики		проблемы		
	1	1	1	1			1 1	1	

», «Регби на	
коленках»,	К:
«Третий	договарив
лишний»	аться о
	распредел
	ении
	функций и
	ролей в
	совместно
	й
	деятельно
	сти

Тематическое планирование по физкультуре 9 классы

No	Тема	Тип	Технологии	Решаемые	Виды	Отрабатын	ваемые УУД требо	вания к уровню	Домашнее
ур°	урока	урока		проблемы	деятельности		подготовки учащи	ихся.	задание
ка					(элементы	Предметны	УУД	Личностные	
					содержания)	e			
1	Знания о			Знать	Первичный	Научиться		Осознание, оценка и	Индивидуаль ные
	физическо й			безопасное	инструктаж на	применять		принятие	задания
	культуре			поведение	рабочем месте по	правила ТБ на	Р.: применять	социальных	
	Инструкта ж			на уроке самбо.	технике	уроках.	правила подбора	норм поведения	
	ПО			Получение	безопасности.	Рассказыват ь	одежды для	в школе.	
	технике			информации	Инструктаж по	краткую	занятий		
	безопаснос				самбо. Понятие о	информаци ю	самбо.		
	ти на				физической	об истории	П.: давать оценку		
	занятиях				нагрузке (объем,	самбо.	погодным		
	самбо.				продолжительно		условиям и		
	История				сть,		подготовке к		
	самбо.				интенсивность).		уроку самбо.		
					История появления		К.:		
					И		осуществлять		
					становления		взаимный		
					самбо.		контроль и		
							оказывать в		
							сотрудничест		

					ве необходимую взаимопомощ ь.		
2	Спортивн о- оздоровит ельная деятельно сть. Самбо. Удержание сбоку.		Ходьба различными способами комплексная разминка на месте, растяжка. Спец. упр-я с использованием мягкого покрытия зала. Изучение: удержания сбоку Развитие координации, командного духа класса. Игра на выбор: «Крокодильчики », «Регби на коленках», «Третий лишний»	Научиться выполнять удержание сбоку	ориентироват ься в разнообразии способов решения задач; вносить дополнения в	Самостоятельно осваивать технику удержаний выявлять и устранять характерные ошибки. Развивать координацию и вестибулярный аппарат.	Индивидуаль ные задания

						функции участников, способы взаимодейств ия; координирова ть и принимать различные позиции во взаимодейств ии		
3	Самбо КУ - удержание сбоку.		сбоку.	различными		Р: использовать установленны е правила в контроле способа решения. П: ставить и формулироват ь проблемы. К: договариватьс я о распределени и функций и ролей в совместной деятельности	осваивать кувырок вперед, для развития координации, вестибулярного апп	Индивидуаль ные задания
4	Самбо. Удержание поперек.		поперек	Ходьба различными способами комплексная разминка на месте, растяжка.	выполнять удержание	Р: ориентироват ься в разнообразии способов		Индивидуаль ные задания

				Спец. упр-я с		задач;	характерные	
				использованием		300,700 1,	ошибки.	
				мягкого		DITOCHTD	Развивать	
				покрытия зала.		дополнения и	координацию и	
				Изучение:		113111011111111111111111111111111111111	вестибулярный	
				удержания поперек.		1131411	аппарат .	
				Развитие		денетвия. П:	1	
				координации,		использовать		
				командного духа		знаково		
				класса. Игра на		символически		
				выбор:				
				«Крокодильчики»,		е средства, в том числе		
				«Регби на		модели и		
				коленках», «Третий		модели и схемы, для		
				лишний»		решения		
						решения задач.		
						к: определять		
						_		
						цели, функции		
						участников,		
						участников, способы		
						взаимодейств		
						ия; коориницирово		
						координирова		
						ть и		
						принимать		
						различные позиции во		
						взаимодейств		
						ии		
5	Самбо		Выполнять	Ходьба	Выполнять		Самостоятельно	Индивидуаль
	КУ -				удержание	использовать		ные задания
	удержание		•	r	_		кувырок вперед,	пыс задания
	поперек.		_	комплексная	Поперек	е правила в	для развития	
	поперек.					_	_	
				разминка на месте, растяжка.		контроле способа	координации, вестибулярного	
				комплексная		решения.	апп арат а и	
						решения. П: ставить и	_	
				разминка на	<u> </u>	ит. Ставить и	навыков	

				месте, растяжка. Совершенствова ние: удержание поперек КУ- удержание поперек. Развитие координации, командного духа	формулироват ь проблемы. К: договариватьс я о распределени и функций и ролей в совместной	группировки.	
6	Самбо. Переворот на удержание сбоку.		Правильное выполнение переворота на удержание сбоку.	класса. Ходьба различными способами комплексная разминка на месте, растяжка. Спец. упр-я с использованием мягкого покрытия зала. Изучение: переворот на удержание сбоку. Развитие координации, командного духа класса. Игра на выбор: «Крокодильчики », «Регби на коленках», «Третий лишний»	ься в разнообразии способов решения задач; вносить дополнения и изменения в план действия.	Самостоятельно осваивать технику и выполнять переворот на удержание сбоку, выявлять и устранять характерные ошибки. Развивать координ аци ю и вестибулярный аппарат.	Индивидуаль ные задания

7	Самбо КУ - переворот на удержание сбоку.		удержание сбоку.	различными способами комплексная разминка на месте, растяжка. комплексная разминка на месте, растяжка. КУ-переворот на удержание сбоку. Развитие координации, командного духа класса.	Выполнять переворот на удержание сбоку.	использовать установленны е правила в контроле способа решения. П: ставить и формулироват ь проблемы. К: договариватьс я о распределени и функций и ролей в совместной деятельности	осваивать переворот на удержание сбоку, для развития к о о р д и на ции, вестибулярного аппарата и нав ыков группировки.	Индивидуаль ные задания
8	Самбо.		•	Ходьба	Научиться			Индивидуаль ные
	Переворот			различными	выполнять			задания
	на			способами	переворот на		технику и	
	удержание			комплексная	удержание		выполнять	
	поперек.			разминка на месте,	поперек.		переворот на	
			-	растяжка. Спец.			удержание	
				упр-я с			поперек,	
				использованием		вносить	выявлять и	

				мягкого покрытия зала. Изучение: переворот на удержание поперек. Развитие координации, командного духа класса. Игра на выбор: «Крокодильчики », «Регби на коленках», «Третий лишний»		дополнения и изменения в план действия. П: использовать знаково символически е средства, в том числе модели и схемы, для решения задач. К: определять цели, функции участников, способы взаимодейств ия; координирова ть и принимать различные	устранять характерные ошибки. Развивать координацию и вестибулярный аппарат.	
						принимать различные позиции во взаимодейств ии		
9	Самбо.		Правильное	Ходьба	Научиться	P:	Самостоятельно	Индивидуаль
	Переворот на		выполнение переворота	различными способами	выполнять переворот на	ориентироват ься в	осваивать технику и	ные задания
	удержание		на	комплексная	удержание	разнообразии	выполнять	
	поперек.		удержание	разминка на	поперек.	способов	переворот на	
			поперек.	месте, растяжка. Спец. упр-я с использованием		решения задач; вносить	удержание поперек, выявлять и	
				мягкого покрытия зала.		дополнения и изменения в	устранять характерные	

				Совершенствова		плон	ошибки.	
				ние: переворот на		план действия.	Развивать	
				удержание поперек.		деиствия. П:	координацию и	
				Развитие			вестибулярный	
				координации,		использовать	аппарат.	
				командного духа		знаково	amapar.	
				класса. Игра на		символически		
				выбор:		е средства, в		
				«Крокодильчики »,		том числе		
				«Регби на		модели и		
				коленках», «Третий		схемы, для		
				лишний»		решения		
				лишнии//		задач.		
						К: определять		
						цели,		
						функции		
						участников,		
						способы		
						взаимодейств		
						ия;		
						координирова		
						ть и		
						принимать		
						различные		
						позиции во		
						взаимодейств		
						ии		
10	Спортивн		Правильное		Научиться	Р: вносить	Самостоятельно	Индивидуаль
	0-		выполнение	Инструктаж по т.б.	выполнять	необходимые	осваивать	ные задания
	оздоровит		переворот на	Ходьба	переворот на	коррективы в	технику	
	ельная		удержание	различными	удержание	действие	переворотов на	
	деятельно		поперек и	способами	поперек и	после его	удержания, для	
	сть.		удержание	комплексная	удержание	завершения	развития	
			сбоку.	разминка на месте,	сбоку	на основе его	координации,	
	Самбо.			растяжка. Спец.		оценки и	вестибулярного	
	Инструкта ж			упр-я с		учета	аппарата и	
	по т.б.			использованием		сделанных	навыков	
	Переворот на			мягкого		ошибок.	са моз а щ ит ы.	
	удержание			покрытия зала.		П: осознанно		
-	iv · · · I			1 &	ı			<u> </u>

	поперек и удержание сбоку.			Совершенствова ние: переворот на удержание поперек и удержание. Развитие координации, командного духа класса. «Крокодильчики », «Регби на коленках», «Третий лишний»		строить сообщения в устной форме. К: задавать вопросы, формулироват ь свою позицию		
11	Самбо КУ - переворот на удержание поперек.		переворот на удержание поперек.	Ходьба различными способами комплексная разминка на месте, растяжка. комплексная разминка на месте, растяжка. КУ-переворот на удержание поперек. Развитие координации, командного духа класса.		Р: использовать установленны е правила в контроле способа решения. П: ставить и формулироват ь проблемы. К: договариватьс я о распределени и функций и ролей в совместной деятельности	осваивать переворот на удержание поперек, для развития к о о р д и на ции,	Индивидуаль ные задания
12	Самбо. Падение на правый и левый бок, задняя подножка		Правильное выполнение падения на правый и левый	Ходьба различными способами комплексная разминка на месте, растяжка.	Научиться выполнять	Р: ориентироват ься в разнообразии способов		Индивидуаль ные задания

				подножки	Спец. упр-я с	подножка.	задач;	характерные	
					использованием		вносить	ошибки.	
					МЯГКОГО			Развивать	
					покрытия зала.		дополнения и изменения в	координацию и	
					Изучение: падение			вестибулярный	
					на правый и левый		1131411	аппарат .	
					бок, задняя		деиствия. П:	annap ar v	
					подножка.				
					Развитие		использовать		
					координации,		знаково		
					командного духа		символически		
					класса. Игра на		е средства, в		
					выбор:		том числе		
					«Крокодильчики »,		модели и		
					«Регби на		схемы, для		
					коленках», «Третий		решения		
					коленках», «третии лишний»		задач.		
					лишнии//		К: определять		
							цели,		
							функции		
							участников,		
							способы		
							взаимодейств		
							ия;		
							координирова		
							ть и		
							принимать		
							различные		
							позиции во		
							взаимодейств		
							ии		
13	Самбо.			Правильное	Ходьба	Научиться	P:	Самостоятельно	Индивидуаль ные
	Падение на			выполнение	различными	выполнять	ориентироват	осваивать технику	задания
	правый и			падения на	способами	падение на	ься в	падений и бросков,	
	левый бок,			правый и левый	комплексная	правый и левый	разнообразии	выявлять и	
	задняя			бок, задней	разминка на месте,	бок, заднюю	способов	устранять	
	подножка			подножки	растяжка. Спец.	подножка.	решения	характерные	
					упр-я с		задач;	ошибки.	
					использованием		вносить		
	1	ı	1	1	ı	1	1	1	

				мягкого покрытия зала. Совершенствова ние: падение на правый и левый бок, задняя подножка. Развитие координации, командного духа класса. Игра на выбор: «Крокодильчики », «Регби на коленках», «Третий лишний»		изменения в план	Развивать координацию и вестибулярный аппарат .	
14	Самбо				Выполнять			Индивидуаль ные
	КУ - Задняя		заднюю	μ		P:	_ ·	задания
	подножка		подножку		подножку.	использовать	бросков, для	
				комплексная		установленны е	развития	
				разминка на месте,		правила в	координации,	
				растяжка.			вестибулярного апп	
				комплексная		решения.	арат а и	
				разминка на месте,		П: ставить и	навыков	
				растяжка.		формулироват ь	группировки.	
				Совершенствова		проблемы.		

15	Самбо.			ние: задняя подножка. КУ- задняя подножка сбоку. Развитие координации, командного духа класса.		К: договариватьс я о распределени и функций и ролей в совместной деятельности Р:	Самостоятельно	Индивидуаль ные
	Передняя подножка		передней подножки	различными способами комплексная разминка на месте, растяжка. Спец. упр-я с использованием мягкого покрытия зала. Изучение: падение на передняя подножка. Развитие координации, командного духа класса. Игра на выбор: «Крокодильчики », «Регби на коленках», «Третий лишний»	подножку.	ориентироват ься в разнообразии способов решения задач; вносить дополнения в	осваивать технику падений и бросков, выявлять и устранять характерные ошибки. Развивать координацию и вестибулярный аппарат.	задания

-	16	Самбо. Передняя			Ходьба различными способами	Научиться выполнять	ориентироват		Индивидуаль ные задания
		подножка		подножки	комплексная разминка на месте, растяжка. Спец. упр-я с использованием мягкого покрытия зала. Совершенствова ние: падение на передняя подножка. Развитие координации, командного духа класса. Игра на выбор: «Крокодильчики », «Регби на коленках», «Третий лишний»	подножку.	разнообразии способов решения задач; вносить дополнения и изменения в	выявлять и устранять характерные ошибки. Развивать координацию и вестибулярный аппарат .	

						различные позиции во взаимодейств ии.	
17	Спортивн о- оздоровит ельная деятельно сть. Самбо. Инструкта ж по т.б. Передняя подножка		подножки	Ходьба различными способами комплексная разминка на месте, растяжка. Спец. упр-я с использованием мягкого покрытия зала. Совершенствова ние: передняя подножка. Развитие координации, командного духа класса. Игра на выбор: «Крокодильчики », «Регби на коленках», «Третий лишний»	Научиться выполнять переднюю подножку.	способов решения задач; вносить дополнения и изменения в	Индивидуаль ные задания

						координирова ть и принимать п принимать различные позиции во взаимодейств ии.		
10	Самбо	B	аткниопы	Ходьба	Выполнять	P:	Самостоятельно	Индивидуаль
18	КУ - Передняя подножка	п	ереднюю одножку	различными способами комплексная разминка на	переднюю подножку.	использовать установленны е правила в контроле способа	осваивать технику бросков, для развития координации,	ные задания
				месте, растяжка. комплексная разминка на месте, растяжка. Совершенствова		спосооа решения. П: ставить и формулироват ь проблемы.	вестибулярного апп арат а и навыков группировки.	
				ние: передняя подножка. КУ- задняя подножка сбоку.		К: договариватьс я о распределени		
				подножка сооку. Развитие координации, командного духа класса.		распределени и функций и ролей в совместной деятельности		
19	Самбо.	П		Ходьба	Научиться	P:	Самостоятельно	Индивидуаль
	Падение назад, бросок с захватом 2-	ві	падения назад,	различными способами комплексная разминка на	назад,	разнообразии	осваивать технику падений и бросков, выявлять и	ные задания
	х ног.	38	ног.	месте, растяжка. Спец. упр-я с использованием мягкого	ног.	задач; вносить	устранять характерные ошибки. Развивать	

				покрытия зала. Изучение: падение назад, бросок с захватом 2-х ног. Развитие координации, командного духа класса. Игра на выбор: «Крокодильчики », «Регби на коленках», «Третий лишний»		изменения в план действия. П: использовать знаково символически е средства, в том числе модели и схемы, для решения задач. К: определять цели, функции участников, способы взаимодейств ия; координирова ть и принимать различные позиции во взаимодейств	координацию вестибулярный аппарат .	И
20	Самбо.		Правильное	Ходьба	Научиться	ии. P:	Самостоятельно	Индивидуаль
20	Падение		_	различными	ВЫПОЛНЯТЬ	ориентироват	осваивать	ные задания
	назад,			способами	падение	ься в	технику падений	
	бросок с		назад,	комплексная	назад,	разнообразии	и бросков,	
	захватом 2-		_	разминка на	бросок с	способов	выявлять и	
	х ног.					решения	устранять	
			ног.	Спец. упр-я с	ног.	задач;	характерные	
				использованием		вносить	ошибки.	
				МЯГКОГО		дополнения и	Развивать	
				покрытия зала. Совершенствова		изменения в	координацию и вестибулярный	
	<u> </u>	<u> </u>	<u> </u>	Совершенствова	<u> </u>	план	вестиоулярный	

				ние: падение назад, бросок с захватом 2-х ног. Развитие координации, командного духа класса. Игра на выбор: «Крокодильчики », «Регби на коленках», «Третий лишний»		действия. П: использовать знаково символически е средства, в том числе модели и схемы, для решения задач. К: определять цели, функции участников, способы взаимодейств ия; координирова ть и принимать различные позиции во взаимодейств ии.	аппарат .	
21	Самбо		Выполнять	110,000	Выполнять			Индивидуаль ные
	КУ - Бросок с		бросок с	1		P:	=	задания
	захватом 2х		захватом 2-х		захватом 2-х	использовать	бросков, для	
	НОГ		ног		ног.	установленны е	развития	
				разминка на месте,		правила в	координации, вестибулярного	
				растяжка.		контроле способа	аппарата и	
				комплексная разминка на месте,		решения. П: ставить и	навыков	
				разминка на месте, растяжка.		формулироват ь	группировки.	
				Совершенствова		проблемы.	1,7 1	
				ние: бросок с		К:		
				захватом 2-х ног		договариватьс		
				КУ- бросок с		яо		

	22	Самбо. Прямой удар рукой, защита от прямого удара рукой.			Правильное выполнение прямого удара рукой, защита от прямого удара рукой.	Развитие координации, командного духа класса. Ходьба различными способами комплексная разминка на месте, растяжка. Спец. упр-я с использованием мягкого покрытия зала. Изучение: прямой удар рукой, защита от прямого удара рукой. Развитие координации, командного духа класса. Игра на выбор: «Крокодильчики », «Регби на коленках», «Третий лишний»	Научиться выполнять прямой удар рукой, защита от прямого удара рукой.	ься в разнообразии способов решения задач; вносить дополнения в	Самостоятельно осваивать технику падений и бросков, выявлять и устранять характерные ошибки. Развивать координацию и вестибулярный аппарат.	Индивидуаль ные задания	- > >
--	----	--	--	--	---	---	---	---	---	-------------------------	-------

цели, функции участников, способы взаимодейств ия; координирова ть и принимать различные	функции участников, способы взаимодейств ия; координирова ть и принимать
различные позиции во взаимодейств	позиции во

						ии.		
24	Самбо. К/У -		Правильное	Ходьба	Научиться	P:	Самостоятельно	Индивидуаль ные
	прямой удар		выполнение	различными	выполнять	ориентироват	осваивать технику	задания
	рукой, защита		прямого удара	способами	прямой удар	ься в	падений и бросков,	
	OT			комплексная	рукой, защита	разнообразии	выявлять и	
	прямого			разминка на месте,	OT	способов	устранять	
	удара		прямого удара	растяжка. Спец.	прямого удара	решения	характерные	
	рукой.			упр-я с	рукой.	задач;	ошибки.	
				использованием		вносить	Развивать	
				мягкого		дополнения и	координацию и	
				покрытия зала. К/У -		изменения в	вестибулярный	
				прямой удар рукой,		план	аппарат .	
				защита от		действия.		
				прямого удара		П:		
				рукой. Развитие		использовать		
				координации,		знаково		
				командного духа		символически		
				класса. Игра на		е средства, в		
				выбор:		том числе		
				«Крокодильчики»,		модели и		
				«Регби на		схемы, для		
				коленках», «Третий		решения		
				лишний»		задач.		
						К: определять		
						цели,		
						функции		
						участников,		
						способы		
						взаимодейств		
						ия;		
						координирова		
						ть и		
						принимать		
						различные		
						позиции во		
						взаимодейств		
0.7			TT	V		ии.	G	***
25	Самбо.		Правильное	Ходьба	Научиться	P:	Самостоятельно	Индивидуаль

	Боковой удар		выполнение	различными	выполнять	ориентироват	осваивать	ные задания
	ногой, защита		бокового удара	<u>^</u>	<i>-</i> ر	орисптироват	технику падений и	
	ОТ		ногой, защита		U	Den D	бросков, выявлять и	
	бокового			разминка на месте,	защита от	pusitooopusiii	устранять	
	удара			i i	_	CHOCOOD	характерные	
	ногой.			упр-я с		решения	ошибки.	
				использованием		вносить	Развивать	
				мягкого		риосить	координацию и	
				покрытия зала.		дополнении и	вестибулярный	
				Изучение: боковой		изменения в	аппарат.	
				удар ногой, защита		действия.	1	
				от бокового удара		денетвия. П:		
				ногой. Развитие		использовать		
				координации,		знаково		
				командного духа		символически		
				класса. Игра на		е средства, в		
				выбор:		том числе		
				«Крокодильчики»,		модели и		
				«Регби на		схемы, для		
				коленках», «Третий		решения		
				лишний»		а задач.		
						К: определять		
						цели,		
						функции		
						участников,		
						способы		
						взаимодейств		
						ия;		
						координирова		
						ть и		
						принимать		
						различные		
						позиции во		
						взаимодейств		
						ии.		
26	Самбо.	 	Правильное	Ходьба	Научиться	P:	Самостоятельно	Индивидуаль ные
	Боковой удар		выполнение	различными	выполнять	ориентироват	осваивать	задания
	ногой,		бокового	способами	боковой	ься в	технику падений	

защита от бокового удара ногой.		бокового удара ногой.	комплексная разминка на месте, растяжка. Спец. упр-я с использованием мягкого покрытия зала. Совершенствова ние: боковой удар ногой, защита от бокового удара ногой. Развитие координации, командного духа класса. Игра на выбор: «Крокодильчики	удара ногой	способов решения задач; вносить дополнения и изменения в план	и бросков, выявлять и устранять характерные ошибки. Развивать координацию и вестибулярный аппарат.	
			«Третий лишний»		цели, функции участников, способы взаимодейств ия; координирова ть и принимать различные позиции во взаимодейств ии.		

о выполнение различивами бокового ударва способами потогі, защита ма деятельно еть. Самбо. Инструкта ж по т. б. Бокового удар ногобі, защита от бокового удар ногобі защита от бокового удар ногобі, защита от бокового удар ногобі защита от бокового удар н		27	Спортивн		Правильное	Ходьба	Научиться	D.	Самостоятельно	Индивидуаль ные
окаоровит ельная дяятельно от околого удара пот. б. Самбо. Инструкта ж по т. б. Боковой удар ногой, защита о от околого удара ногой. ———————————————————————————————————			_		•		1			
еньива деятельно от от дожового удара растяжка. Спец. иногой. инструкта ж пот. б. Боховой удар ногой, защита от бокового удара ногой, защита от бокового удара ногой, защита от бокового удара ногой. В могой, защита от бокового удара ногой, защита от бокового удара ногой. В могой, защита от бокового удара ногой. В могой, защита от бокового удара ногой, защита от выполняти изменения в задам; в могой, защита от выполнять на началивать на могой ногой н						1*	£	ориентироват	=	задання
от разминка на месте, бокового удара ногой. — Инструкта ж по т. б. Боковой удар ногой, защита от бокового удара ногой, защита от бокового удара ногой, защита от бокового удара ногой. — Инструкта ж по т. б. Боковой удар ногой, защита от бокового удара ногой, защита от бокового удара ногой. — В маково защита от бокового удара ногой. В маково символитески командного духа класса. Игра на набор: «Крокодильчики », «Ретби на коленках», «Третий лишний» — В маково символитески семы, для решения защата, по ти при на набор: «Крокодильчики », «Ретби на коленках», «Третий лишний» — В маково символитески семы, для решения задач. — К определять цели, функции участников, способы взяимодейств ии; координация во взяичные при императоры при на на при нимать различные при нимать различные при нимать различные при нимать различные по при нимать различные по при нимать различные по при нимать различные при нимать различные по при нимать различные при нимать различные по при нимать по при			-				.,		_	
Сть. Самбо. Инструкта ж по т. 6. Боковой удар ногой, защита от бокового удара погой. Менторы и серества, в помения в кординации в										
Ногой Миструкта ж						r	_		T -	
Инструкта ж пот. б. Боковой удар ногой, защита от бокового удара ногой. Нетой. Винестительный вывестить долодинацию и покрытия зала. Совершенствова индерству вы план действия. Пот. бокового удара ногой. Защита от бокового удара ногой. Винестительный выбор: «Кроковитьчки », «Регби на колецках», «Третий лишний» «Регби на колецках», «Третий лишний» Винестительный выбор: модели и средства, в том числе вывабор: модели и схемы, для решения вадач, «Регби на колецках», «Третий лишний» Винестительный выбор: модели и схемы, для решения выбор: модели и схемы, для решения выдач, «Регби на колецках», «Третий лишний» Винестительный выбор: модели и схемы, для решения выдач, которичирова ть и принимать различные подпици во взаимодейств виз; мортичные подпици во взаимодейств на принимать различные подпици во взаимодейств ни принимать подпици во взаимодейств ни принимать подпици во взаимодейств ни принимать на принимать подпици во взаимодейств ни принимать подпици во взаимодейств ни принимать подпици во принимать подпици во подпи		-				r		решения		
по т. б. Боковой удар ногой, защита от бокового удара ногой. Вокового удара ногой. Воков						ř -	ногои	задач;		
Боковой удар ногой, защита от бокового удара ногой. В сетибулярный аппарат . от бокового удара ногой. На выбор: «Крокодильчики », «Ретби на коленках», «Третий лишний» образациодейств и принимать на коленках», «Третий лишний» делини в вамини в принимать различые позиции в в ваминов дазличые позиции в о взаимодейств из принимать различные позиции в о взаимодейств и принимать различные позиции в о взаимодейств и или в ваминов вызаимодейств и принимать различные позиции в о взаимодейств и или в принимать различные позиции в о взаимодейств и или в принимать различные позиции в о взаимодейств и или в принимать различные позиции в о взаимодейств и или в принимать различные позиции в о взаимодейств и или в принимать различные позиции в о взаимодейств и или в принимать различные позиции в о взаимодейств и или в принимать различные позиции в о взаимодейств и или в принимать различные позиции в о взаимодейств и или в принимать различные позиции в о взаимодейств и или в принимать различные позиции в о взаимодейств и или в принимать различные позиции в о взаимодейств и или в принимать различные позиции в о взаимодейств и или в принимать различные позиции в о взаимодейств и или в принимать различные позиции в о взаимодейств и или в принимать различные позиции в о взаимодейств и или в принимать в принимать в принимать в принимать в принимать в принимать и и и и и и и и и и и и и и и и и и и								вносить		
ногой, защита от бокового удара ногой. Совершенствова пис: боковой удара ногой, защита от бокового удара ногой. Командного духа класса. Игра на выбор: «Крокодилчики », «Регби на коленках», «Третий пишний» Коментиний» Коментиний магения вадач. К: определять цели, функции участников, способы взаимодейств из; координирова ть и принимать различные позиции во взаимодейств из. Самбо. К/У - Правильное Ходьба Научиться Р: Самостоятельно Индивидуаль ные								дополнения и	-	
от бокового удара ногой, защита от бокового удара ногой. Нестои и потой. Развитие координации, командного духа класса. Игра на выбор: «Крокодильчики », «Регби на коленках», «Третий лишний» Коленках», «Третий лишний» Коленках», «Третий лишний» Корординации участников, способы взаимодейств ия; координирова ть и принимать различые позиции во взаимодейств ия; координирова ть и принимать различные позиции во взаимодейств ий. Научиться Р: Самостоятельно Индивидуаль ные						_		изменения в	· -	
бокового удара ногой.			*			_		план	аппарат .	
удара ногой. Удара ногой. Командного духа класса. Игра на выбор: «Крокодильчики », «Регби на коленках», «Третий лишний» Конеках», «Третий задач, ли функции участников, способы взаимодейств из; координарова ть и принимать различные позиции во взаимодейств ии; Комбо К/У - Правильное Ходьба Научиться Р: Самостоятельно Индивидуаль ные			OT			· -		действия.		
ногой. Развитие координации, символически е средства, в гом числе выбор: «Крокодильчики», «Регби на коленках», «Третий лишний» К: определять цели, функции участников, способы взаимодейств ия; координирова ть и принимать различные позиции во взаимодейств ии. 28 Самбо. К/У - Правильное Ходьба Научиться Р: Самостоятельно Индивидуаль ные			бокового			· ·		П:		
координации, командного духа класса. Игра на выбор: модели и схемы, для решения задач. К: определять цели, функции участников, способы взаимодейств ия; координирова ть и принимать различные позиции во взаимодейств ия. 28 Самбо. К/У - Правильное Ходьба Научиться Р: Самостоятельно Индивидуаль ные			удара					использовать		
командного духа класса. Игра на выбор: «Крокодильчики », «Регби на коленках», «Третий лишний» К: определять цели, функции участвиков, способы взаимодейств ия; координирова ть и принимать различные позиции во взаимодейств ии. 28 Самбо. К/У - Правильное Ходьба Научиться Р: Самостоятельно Индивидуаль ные			ногой.			ногой. Развитие		знаково		
класса. Игра на выбор: «Крокодильчики», «Ретби на коленках», «Третий лишний» К: определять цели, функции участников, способы взаимодейств ия; координирова ть и принимать различные позиции во взаимодейств ии. 128 Самбо. К/У - Правильное Ходьба Научиться Р: Самостоятельно Индивидуаль ные						координации,		символически		
класса. Игра на выбор:						-		е средства, в		
«Крокодильчики», «Регби на коленках», «Третий лишний» «Крокодильчики», «Регби на решения задач. К: определять цели, функции участников, способы взаимодейств ия; координирова ть и принимать различные позиции во взаимодейств ил позиции во взаимодейств ил на принимать различные позиции во взаимодейств ил на принимать и принимать на принимать на принимать и принимать на принимать						класса. Игра на		-		
«Крокодильчики», «Регби на коленках», «Третий лишний» К: определять цели, функции участников, способы взаимодейств ия; координирова ть и принимать различные позиции во взаимодейств ил озиции во взаимодейств и озиции во взаимодейств и озиции во взаимодейств и озиции во взаимодейств и озиции во взаимоде						выбор:		модели и		
«Регби на коленках», «Третий лишний» К: определять пели, функции участников, способы взаимодейств ия; координирова ть и принимать различные позиции во взаимодейств ии. 28 Самбо. К/У - Правильное Ходьба Научиться Р: Самостоятельно Индивидуаль ные						«Крокодильчики »,				
коленках», «Третий лишний» К: определять цели, функции участников, способы взаимодейств ия; координирова ть и принимать различные позиции во взаимодейств ия об взаимодейств ия. 28 Самбо. К/У - Правильное Ходьба Научиться Р: Самостоятельно Индивидуаль ные						«Регби на				
лишний» К: определять цели, функции участников, способы взаимодейств ия; координирова ть и принимать различные позиции во взаимодейств ии. 28 Самбо. К/У - Правильное Ходьба Научиться Р: Самостоятельно Индивидуаль ные						коленках», «Третий		r		
цели, функции участников, способы взаимодейств ия; координирова ть и принимать различные позиции во взаимодейств ия. 28 Самбо. К/У - Правильное Ходьба Научиться Р: Самостоятельно Индивидуаль ные						лишний»				
функции участников, способы взаимодейств ия; координирова ть и принимать различные позиции во взаимодейств ии. 28 Самбо. К/У - Правильное Ходьба Научиться Р: Самостоятельно Индивидуаль ные								_		
участников, способы взаимодейств ия; координирова ть и принимать различные позиции во взаимодейств ии. 28 Самбо. К/У - Правильное Ходьба Научиться Р: Самостоятельно Индивидуаль ные								·		
способы взаимодейств ия; координирова ть и принимать различные позиции во взаимодейств ии. 28 Самбо. К/У - Правильное Ходьба Научиться Р: Самостоятельно Индивидуаль ные										
взаимодейств ия; координирова ть и принимать различные позиции во взаимодейств ии. 28 Самбо. К/У - Правильное Ходьба Научиться Р: Самостоятельно Индивидуаль ные								ľ		
ия; координирова ть и принимать различные позиции во взаимодейств ии. 28 Самбо. К/У - Правильное Ходьба Научиться Р: Самостоятельно Индивидуаль ные										
координирова ть и принимать различные позиции во взаимодейств ии. 28 Самбо. К/У - Правильное Ходьба Научиться Р: Самостоятельно Индивидуаль ные										
ть и принимать различные позиции во взаимодейств ии. 28 Самбо. К/У - Правильное Ходьба Научиться Р: Самостоятельно Индивидуаль ные										
принимать различные позиции во взаимодейств ии. 28 Самбо. К/У - Правильное Ходьба Научиться Р: Самостоятельно Индивидуаль ные										
различные позиции во взаимодейств ии. Самбо. К/У - Правильное Ходьба Научиться Р: Самостоятельно Индивидуаль ные										
28 Самбо. К/У - Правильное Ходьба Научиться Р: Самостоятельно Индивидуаль ные								_		
Взаимодейств ии. Взаимодейс								r		
28 Самбо. К/У - Правильное Ходьба Научиться Р: Самостоятельно Индивидуаль ные								,		
28 Самбо. К/У - Правильное Ходьба Научиться Р: Самостоятельно Индивидуаль ные										
28 Tradition Fields I I I I I I I I I I I I I I I I I I I	-									
боковой выполнение различными выполнять ориентироват осваивать задания		28			Правильное	Ходьба	Научиться	P:	Самостоятельно	Индивидуаль ные
			боковой		выполнение	различными	выполнять	ориентироват	осваивать	задания

	удар ногой,	боковой удар	способами	боковой удар	ься в	технику падений и	
	защита от	ногой, защита	комплексная	**	разнообразии	бросков, выявлять и	
	бокового	ОТ	разминка на месте,	ОТ		устранять	
	удара	бокового удара	растяжка. Спец.	бокового удара	решения	характерные	
	ногой.	ногой.	упр-я с	******	задач;	ошибки.	
			использованием		вносить	Развивать	
			мягкого		дополнения и	координацию и	
			покрытия зала. К/У -			вестибулярный	
			боковой удар ногой,			аппарат .	
			защита от бокового		действия.		
			удара ногой.		П:		
			Развитие		использовать		
			координации,		знаково		
			командного духа		символически		
			класса. Игра на		е средства, в		
			выбор:		том числе		
			«Крокодильчики»,		модели и		
			«Регби на		схемы, для		
			коленках», «Третий		решения		
			лишний»		задач.		
					К: определять		
					цели,		
					функции		
					участников,		
					способы		
					взаимодейств		
					ия;		
					координирова		
					ть и		
					принимать		
					различные		
					позиции во		
					взаимодейств		
20	0.5	П	V C		ии.		11
29	Самбо.	Правильное	Ходьба	•	P:		Индивидуаль
	Освобожде	выполнение	различными		ориентироват		ные задания
	ние от	освобожден	способами		ься в	технику падений	
	захватов за	то ки	комплексная	ие от	разнообразии	и бросков,	

30	Самбо.		Правильное	разминка на месте, растяжка. Спец. упр-я с использованием мягкого покрытия зала. Изучение: освобождение от захватов за волосы. Развитие координации, командного духа класса. Игра на выбор: «Крокодильчики », «Регби на коленках», «Третий лишний»	Захватов за волосы. Научиться	способов решения задач; вносить дополнения и изменения в план действия. П: использовать знаково символически е средства, в том числе модели и схемы, для решения задач. К: определять цели, функции участников, способы взаимодейств ия; координирова ть и принимать различные позиции во взаимодейств ии. Р:	выявлять и устранять характерные ошибки. Развивать координацию и вестибулярный аппарат.	Индивидуаль
	Освобожде		выполнение	различными	выполнять	ориентироват	осваивать	ные задания
	ние от		освобожден	способами	освобожден	ься в	технику падений	
	захватов за		то ви	комплексная	ие от	разнообразии	и бросков,	
	волосы			разминка на	захватов за	способов	выявлять и	
			волосы	месте, растяжка.	волосы.	решения	устранять	

				Спец. упр-я с использованием мягкого покрытия зала. Совершенствова ние: освобождение от захватов за волосы. Развитие координации, командного духа класса. Игра на выбор: «Крокодильчики », «Регби на коленках», «Третий лишний»		изменения в план действия. П: использовать знаково символически е средства, в том числе модели и схемы, для решения задач. К: определять цели, функции участников, способы взаимодейств ия; координирова ть и	характерные ошибки. Развивать координацию и вестибулярный аппарат .	
						координирова ть и принимать различные позиции во взаимодейств ии.		
31	Самбо. К/У - освобожде ние от захватов за волосы		освобожден ия от захватов за волосы	Ходьба различными способами комплексная разминка на месте, растяжка. Спец. упр-я с использованием	Научиться выполнять освобожден ие от захватов за волосы.	разнообразии способов		Индивидуаль ные задания

				мягкого покрытия зала.		дополнения и изменения в	Развивать координацию и	
				Совершенствова		план	вестибулярный	
				ние:		план действия.	аппарат.	
				освобождение от		деиствия. П:	- The second of	
				захватов за				
				волосы.		использовать		
				К/У -		знаково символически		
				освобождение от		е средства, в		
				захватов за		том числе		
				волосы.		модели и		
				Развитие		схемы, для		
				координации,		решения		
				командного духа		задач.		
				класса. Игра на		К: определять		
				выбор:		цели,		
				«Крокодильчики»,		функции		
				«Регби на		участников,		
				коленках», «Третий		способы		
				лишний»		взаимодейств		
						ия;		
						координирова		
						ть и		
						принимать		
						различные		
						позиции во		
						взаимодейств		
						ии.		
32	Самбо.		Правильное	Ходьба	Научиться	P:	Самостоятельно	Индивидуаль
	Освобожде		выполнение	различными	выполнять	ориентироват	осваивать	ные задания
	ние от		освобожден	способами	освобожден	ься в	технику падений	
	захватов за		то ви	комплексная	ие от	разнообразии	и бросков,	
	туловище.		захватов за	разминка на	захватов за	способов	выявлять и	
			туловище.	месте, растяжка.	туловище.	решения	устранять	
				Спец. упр-я с		задач;	характерные	
				использованием		вносить	ошибки.	
				МЯГКОГО		дополнения и	Развивать	
			l	покрытия зала.		изменения в	координацию и	

				Изучение:			вестибулярный	
				освобождение от			аппарат.	
				захватов за		действия.	_	
				туловище. Развитие		П:		
				координации,		использовать		
				командного духа		знаково		
				класса. Игра на		символически		
				выбор:		е средства, в		
				«Крокодильчики»,		том числе		
				«Регби на		модели и		
				коленках», «Третий		схемы, для		
				лишний»		решения		
						задач.		
						К: определять		
						цели,		
						функции		
						участников,		
						способы		
						взаимодействия,		
						координировать		
						и		
						принимать		
						различные		
						позиции во		
						взаимодействии.		
						взаимоденетвии.		
33	Самбо.		Правильное	Ходьба	Научиться	P:	Самостоятельно	Индивидуальные
	К/У -		_	различными	выполнять	ориентироваться		задания
	освобожде		освобождения	μ.	освобождени		технику падений	Бидиния
							и бросков,	
	ние от захватов за		_	комплексная разминка на	от захватов за		и оросков, выявлять и	
				Î				
	туловище.		_	месте, растяжка.	_		устранять характерные	
				Спец. упр-я с			характерные ошибки.	
				использованием				
				МЯГКОГО			Развивать	
				покрытия зала. Совершенствова			координацию и вестибулярный	
				_				
				ние:		действия.	аппарат .	

				освобождение от				
				захватов за				
				туловище.		П:		
				К/У -				
				освобождение от		использовать		
				захватов за		знаково		
				туловище. Развитие		символически		
				координации,		е средства, в		
				командного духа		том числе		
				класса. Игра на		модели и		
				выбор:		схемы, для		
				«Крокодильчики »,		решения		
				«Крокодильчики », «Регби на		задач.		
						К: определять		
				коленках», «Третий		цели,		
				лишний»		функции		
						участников,		
						способы		
						взаимодействия;		
						координировать		
						И		
						принимать		
						различные		
						позиции во		
						взаимодействии.		
34	Самбо.		Правильное	Ходьба	Научиться		Самостоятельно	Индивидуаль ные
	Загиб руки		выполнение	различными			осваивать технику	задания
	за спину с		загиба руки за	способами	освобождени	ориентироваться	падений и бросков,	
	сопровожд			комплексная			выявлять и	
	ением.		сопровожде	разминка на месте,	захватов за	разнообразии	устранять	
				растяжка. Спец.			характерные	
				упр-я с			ошибки.	
				использованием		μ.	Развивать	
				МЯГКОГО			координацию и	
				покрытия зала.			вестибулярный	
				Изучение:			аппарат .	
				освобождение от		план	_	
				захватов за		действия.		
				туловище.		r 1		
		1		плавище.				