Тематическое планирование блочно-событийных погружений на 2019-2020 учебный год.

Предмет: Физическая культура

Учитель: Титов М. Н.

Класс: 5

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Раздел программы | Название БСП | Колво час |  |  | Характеристика деятельности обучающихся | Развитие дивергентного мышления и эмпатии |
| Легкая атлетика  1Прыжковая подготовка  2Беговая подготовка.  3Метание мяча | Кто быстрей и выше?  Сильные ноги  Снаиперы | 27  10  10  7 | С 02.09 по 28.09  С 20.04 по 7.05  С 8.05 по 22.05 | Сентябрь  Май  май | Техника прыжка в высоту с 3-5 шагов разбега способом «перешагивание». Техника прыжка в длину способом согнув ноги.  Различные виды бега. Бег на короткие дистанции: 30,60 м. Бег на длинные дистанции 1000,1500 м. Эстафетный бег, челночный бег.  Метание мяча в цель. Метание мяча с места и с разбега(5-7 шагов) |  |
| **Спортивные игры**  1Лапта  2Баскетбол  3Волейбол  4Футбол | Русские забавы  Игра гигантов  Летающий мяч  Гонка мячей | **29**  6  10  10  3 | С 1.10 по14.10  С 15.10 по 30.10  С 9.03 по 30.03  С 18.05 по 22.05 | Октябрь  Октябрь  Март  Май | Игра «Русская лапта». Правила игры. Элементы лапты(перемещение, ловля, передача, удары по мячу)  Ловля и передача мяча на месте и в движении. Броски по кольцу с места и в движении. Ведение мяча. Двухсторонняя учебная игра.  Передачи мяча снизу и сверху в парах и через сетку. Перемещения в стойке. Нижняя прямая подача. Двухсторонняя учебная игра.  Футбол. Удар по мячу. Ведение и остановка мяча. Удар по неподвижному и катящемуся мячу. . Остановка катящегося мяча правой и левой ногой. |  |
| Плавание (теория) | В гостях у Посейдона | 5 | 1.04 по 12.04 | Апрель | Плавание. Технические действия. Кроль на груди, кроль на спине, брасс. |  |
| **Гимнастика**  1Акробатика  2Снарядная гимнастика | Грация движений  Сильные духом | **18**  8  10 | С 1.11 по 20.11  21.11 по 26 12 | Ноябрь  Декабрь | Строевые упражнения, акробатические упражнения. Перекаты, кувырки. Стойка на лопатках. Стойка согнув ноги. Гимнастическая полоса препятствий.  Техника опорных прыжков. Упражнения на гимнастическом бревне (д), гимнастической перекладине (м).Упражнения на брусьях |  |
| **Лыжная подготовка**  1Техника лыжных ходов  2 Горнолыжная подготовка | Глебовская лыжня  Зимние забавы | **21**  11  10 | С 13.01 по 3.02  С 3.02 по 20 02 | Февраль  Февраль | Изучение и совершенствование лыжны ходов. Попеременный двушажный ход. Одновременный бесшажный ход. Бег на лыжах на короткие дистанции. Переход с одного способа передвижения на другой.  Спуски и подъемы различными способами. Повороты и торможения. Игры на склоне. |  |
| Знания о физической культуре | Спортивное тело | 1 | 4.02 | февраль | Физическое развитие человека. Упражнения для тренировки различных групп мышц. |  |
| Физкультурно-оздоровительная деятельность | В здоровом теле-здоровый дух | 1 | 29.10 | октябрь | Оздоровительные формы занятий в режиме учебного дня и учебной недели. |  |