

Документ подписан электронной подписью.

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 18»

Обсуждено
На заседании МО
Протокол №
от ____ 202 г.
Руководитель МО _____
Протокол №
от ____ 202 г.

Принято
Педагогическим советом
Протокол №
от ____ 202 г.

Утверждено
Директор МБОУ «Средняя
общеобразовательная школа №18»
_____ Улитушкина Т.А.
Приказ № от ____ 202 г.

Рабочая программа
по учебному предмету
«Физическая культура»

5-9 класс

Программу составила:
учитель физической культуры
Н.В. Щербинина

Новокузнецкий городской округ, 2023г.

Документ подписан электронной подписью.

Нормативные, инструктивные и методические документы обеспечивающие организацию образовательного процесса по предмету «Физическая Культура».

- Федеральный закон от 29.12.2012г. № 273-ФЗ «Об образовании в РФ»;
- приказа Министерства просвещения России от 22.03.2021 №115. «Об утверждении порядка и организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам начального общего образования, основного общего образования, среднего общего образования»;
- приказа Министерства просвещения России от 18.05.2023 №370. «Об утверждении федеральной образовательной программы основного общего образования, далее «ФОП ООО»;
- приказа Министерства просвещения России от 31.05.2021 №287 « Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта программы основного общего образования», (далее ФОП ООО третьего поколения);
- приказа Министерства просвещения России от 17.12.2010 №1897 « Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования», (далее ФГОС ООО второго поколения);
- устава МБОУ «Средняя общеобразовательная школа №18»;
- положение о формах, периодичности, порядке текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации, обучающихся в МБОУ «Средняя общеобразовательная школа №18»
- методических рекомендаций по проведению мониторинга физического развития обучающихся» письмо Минобрнауки РФ от 29 марта 2010 г № 06-499, от 27.12.2011 года № 2885;
- Федеральных требований к образовательным учреждениям в части минимальной оснащенности учебного процесса и оборудования учебных помещений, утвержденные приказом Министерства образования науки России от 04.10.2010 года № 986;
- Указ президента РФ от 24 марта 2014г. №172 «О Всероссийском физкультурно-спортивном комплексе «Готов к труду и обороне (ГТО);

Документ подписан электронной подписью.

Пояснительная записка

Программа по физической культуре на уровне основного общего образования составлена на основе требований к результатам освоения основной образовательной программы ФГОС ООО, а также на основе характеристики планируемых результатов духовно-нравственного развития, воспитания и социализации обучающихся, представленной в федеральной рабочей программе воспитания.

Программа по физической культуре представляет собой методически оформленную конкретизацию требований ФГОС ООО и раскрывает их реализацию через конкретное предметное содержание.

При создании программы по физической культуре учитывались потребности современного российского общества в физически крепком и дееспособном подрастающем поколении, способном активно включаться в разнообразные формы здорового образа жизни, умеющем использовать ценности физической культуры для самоопределения, саморазвития и самоактуализации.

В своей социально-ценностной ориентации программа по физической культуре рассматривается как средство подготовки обучающихся к предстоящей жизнедеятельности, укрепления их здоровья, повышения функциональных и адаптивных возможностей систем организма, развития жизненно важных физических качеств. Программа по физической культуре обеспечивает преемственность с федеральными рабочими программами начального общего и среднего общего образования.

Актуальность образования в области физической культуры определяется необходимостью формирования у обучающихся устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни.

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

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

Воспитывающее значение программы по физической культуре заключается в содействии активной социализации обучающихся на основе осмысления и понимания роли и значения мирового и российского олимпийского движения, приобщения к их культурным ценностям,

Документ подписан электронной подписью.

истории и современному развитию. В число практических результатов данного направления входит формирование положительных навыков и умений в общении и взаимодействии со сверстниками и учителями физической культуры, организации совместной учебной и консультативной деятельности.

Центральной идеей конструирования учебного содержания и планируемых результатов образования по физической культуре на уровне основного общего образования является воспитание целостной личности обучающихся, обеспечение единства в развитии их физической, психической и социальной природы. Реализация этой идеи становится возможной на основе содержания учебного предмета, которое представляется двигательной деятельностью с её базовыми компонентами: информационным (знания о физической культуре), операциональным (способы самостоятельной деятельности) и мотивационно-процессуальным (физическое совершенствование).

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

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

Для бесснежных районов Российской Федерации, а также при отсутствии должных условий допускается заменять инвариантный модуль «Лыжные гонки» углублённым освоением содержания других инвариантных модулей («Лёгкая атлетика», «Гимнастика», «Плавание» и «Спортивные игры»). Модуль «Плавание» вводится в учебный процесс при наличии соответствующих условий и материальной базы по решению муниципальных органов управления образованием. Модули «Плавание», «Лыжные гонки» могут быть заменены углублённым изучением материалов других инвариантных модулей.

Вариативные модули объединены модулем «Спорт», содержание которого разрабатывается образовательной организацией на основе модульных программ по физической культуре для общеобразовательных организаций. Основной содержательной направленностью вариативных модулей является подготовка обучающихся к выполнению нормативных требований ГТО, активное вовлечение их в соревновательную деятельность.

Модуль «Спорт» может разрабатываться учителями физической культуры на основе содержания базовой физической подготовки, национальных видов спорта, современных оздоровительных систем. В рамках данного модуля представлено примерное содержание «Базовой физической подготовки».

Содержание программы по физической культуре представлено по годам обучения, для каждого класса предусмотрен раздел «Универсальные учебные действия», в котором раскрывается вклад предмета в формирование познавательных, коммуникативных и регулятивных действий, соответствующих возможностям и особенностям обучающихся данного возраста. Личностные достижения непосредственно связаны с конкретным содержанием учебного предмета и представлены по мере его раскрытия. В рамках реализации программы основного общего образования (далее, ООО) данной цели в основной школе строится так, чтобы были решены и реализованы следующие **задачи:**

Документ подписан электронной подписью.

- формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими действиями и приёмами базовых видов спорта;
- формирование знаний о физической культуре и спорте, их истории и современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни;
- освоение знаний о физической культуре и спорте, их истории и современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни;
- обучение навыкам и умениям в физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями;
- воспитание положительных качеств личности, норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в учебной и соревновательной деятельности.

Ориентируясь на решение задач образования школьников по физической культуре, настоящая программа в своём предметном содержании 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, стадион, бассейн), региональными климатическими условиями и видом образовательной организации (городские, малокомплектные и сельские школы);
- 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 правил «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;
- режим дня и самостоятельные занятия физическими упражнениями.

Документ подписан электронной подписью.

Общее число часов, для изучения физической культуры на уровне основного общего образования в основной школе составляет 340 часов (два часа в неделю в каждом классе). 5 класс — 68 ч; 6 класс — 68 ч; 7 класс — 68 ч; 8 класс — 68 ч, 9 класс – 68ч.

Для реализации программы основного общего образования используются пособия учебно методического комплекса, (далее УМК) для педагога и для обучающихся.

Для педагога:

- Рабочие программы «Физическая культура 5-9 класс», 2021г., Москва «Просвещение»
- Учебник по физической культуре для общеобразовательных организаций. «Физическая культура 5 класс», 2019г., Москва, «Просвещение».
- Учебник по физической культуре для общеобразовательных организаций. «Физическая культура 6-7 класс», 2019г., Москва, «Просвещение».
- Учебник по физической культуре для общеобразовательных организаций. «Физическая культура 8 класс», 2019г., Москва, «Просвещение».
- Учебник по физической культуре для общеобразовательных организаций. «Физическая культура 9 класс», 2019г., Москва, «Просвещение».
- Физическая культура. Тестовый контроль 5-9 В.И. Лях, М.: Просвещение, 2014.
- Программа физического воспитания 1-11 классы», А.П. Матвеев ФГОС Примерные программы основного общего образования. Физическая культура. (Стандарты нового поколения): методическое пособие Просвещение, 2011г.
- Программа дополнительного образования. Гармоничное развитие детей средствами гимнастики. Под редакцией И.А.Винер — М. - Просвещение,2011.
- Уроки физической культуры 5-9 классы. Методические рекомендации. А.П. Матвеев / Москва, Просвещение 2014г.
- Настольная книга учителя физической культуры. Под редакцией Л.Б. Кофмана «Физкультура и спорт» 2008г.
- Программа физического воспитания учащихся 1-11 классов, основанной на одном из видов спорта (волейбол) И.В. Стенькин, Новокузнецк изд. КузГПА 2004г.
- Физическое воспитание в школе. Пособие. Е.Л. Гордияш и др. Волгоград 2008г.
- Методика обучения учащихся технике передвижения на лыжах 1-11 класс. В.А. Лепёшкин. Москва. Дрофа 2006г.
- Нормативно-правовые документы по сдаче нормативов всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО.
- Маюров А.Н. Уроки культуры здоровья. В здоровом теле – здоровый дух. Учебное пособие для ученика и учителя. М.: Педагогическое общество России, 2004.

Документ подписан электронной подписью.

- Планируемые результаты основного общего образования. – «Просвещение», Москва. 2014.
- Дереклеева, Н.И. Двигательные игры, тренинги и уроки здоровья: 5-7 классы. – М.: ВАКО 2007 г. - / Мастерская учителя.
- Ковалько, В.И. Школа физкультминуток (1-11 классы): Практические разработки физкультминуток, гимнастических комплексов, подвижных игр для младших школьников. – М.: ВАКО, 2007 г. – / Мастерская учителя.

Для обучающихся:

- Учебник «Физическая культура 5 класс», 2021г., Москва, «Просвещение».
- Учебник «Физическая культура 6-7 класс», 2019г., Москва, «Просвещение».
- Учебник «Физическая культура 8 класс», 2019г., Москва, «Просвещение».
- Учебник «Физическая культура 9 класс», 2019г., Москва, «Просвещение».
- Трофимова Г.В. Помоги себе сам. Минск, 2003.

Цифровые образовательные ресурсы и ресурсы сети Интернет:

- Клуб здоровья и долголетия. <http://www.100let.net/index.htm> Уроки здоровья. М., 2002
- «Учи.ру» — интерактивная образовательная онлайн платформа (uchi.ru);
- www.sportreferats.narod.ru
- <http://collegy.ucoz.ru/publ/6>
- <https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-5,6-7,8,9klass-matveev>
- <https://uchebniksonline.ru/uchebniki/5-9klass/fizicheskaya->
- <https://resh.edu.ru>
- <https://kopilkaurokov.ru/fizkultura/uroki/domashniie-zadaniia-po-fizichieskoi-kul-turie-1-11-klass>

Содержание учебного предмета

Содержание программы по физической культуре представлено по годам обучения, для каждого класса предусмотрен раздел «Универсальные учебные действия», в котором раскрывается вклад предмета в формирование познавательных, коммуникативных и регулятивных действий, соответствующих возможностям и особенностям обучающихся данного возраста. Личностные достижения непосредственно связаны с конкретным содержанием учебного предмета и представлены по мере его раскрытия. В программе по физической культуре учитываются личностные и метапредметные результаты, зафиксированные в ФГОС ООО.

Содержание обучения в 5 классе.

Знания о физической культуре.

Физическая культура на уровне основного общего образования: задачи, содержание и формы организации занятий. Система дополнительного обучения физической культуре, организация спортивной работы в общеобразовательной организации.

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

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

Способы самостоятельной деятельности.

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

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

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

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

Составление дневника физической культуры.

Физическое совершенствование.

Документ подписан электронной подписью.

Физкультурно-оздоровительная деятельность.

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

Спортивно-оздоровительная деятельность.

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

Модуль «Гимнастика».

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

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

Модуль «Лёгкая атлетика».

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

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

Модуль «Зимние виды спорта».

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

Модуль «Спортивные игры».

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

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

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

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

Документ подписан электронной подписью.

Модуль «Спорт».

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

Содержание обучения в 6 классе.

Знания о физической культуре.

Возрождение Олимпийских игр и олимпийского движения в современном мире, роль Пьера де Кубертена в их становлении и развитии. Девиз, символика и ритуалы современных Олимпийских игр. История организации и проведения первых Олимпийских игр современности, первые олимпийские чемпионы.

Способы самостоятельной деятельности.

Ведение дневника физической культуры. Физическая подготовка и её влияние на развитие систем организма, связь с укреплением здоровья, физическая подготовленность как результат физической подготовки.

Правила и способы самостоятельного развития физических качеств. Способы определения индивидуальной физической нагрузки. Правила проведения измерительных процедур по оценке физической подготовленности. Правила техники выполнения тестовых заданий и способы регистрации их результатов.

Правила и способы составления плана самостоятельных занятий физической подготовкой.

Физическое совершенствование.

Физкультурно-оздоровительная деятельность.

Правила самостоятельного закаливания организма с помощью воздушных и солнечных ванн, купания в естественных водоёмах. Правила техники безопасности и гигиены мест занятий физическими упражнениями.

Оздоровительные комплексы: упражнения для коррекции телосложения с использованием дополнительных отягощений, упражнения для профилактики нарушения зрения во время учебных занятий и работы за компьютером, упражнения для физкультурных пауз, направленных на поддержание оптимальной работоспособности мышц опорно-двигательного аппарата в режиме учебной деятельности.

Спортивно-оздоровительная деятельность.

Модуль «Гимнастика».

Акробатическая комбинация из общеразвивающих и сложно координированных упражнений, стоек и кувырков, ранее разученных акробатических упражнений.

Комбинация из стилизованных общеразвивающих упражнений и сложно-координированных упражнений ритмической гимнастики, разнообразных движений руками и ногами с разной амплитудой и траекторией, танцевальными движениями из ранее разученных танцев (девочки).

Опорные прыжки через гимнастического козла с разбега способом «согнув ноги» (мальчики) и способом «ноги врозь» (девочки).

Документ подписан электронной подписью.

Гимнастические комбинации на низком гимнастическом бревне с использованием стилизованных общеразвивающих и сложно-координированных упражнений, передвижений шагом и лёгким бегом, поворотами с разнообразными движениями рук и ног, удержанием статических поз (девочки).

Упражнения на невысокой гимнастической перекладине: висы, упор ноги врозь, перемах вперёд и обратно (мальчики).

Лазанье по канату в три приёма (мальчики).

Модуль «Лёгкая атлетика».

Старт с опорой на одну руку и последующим ускорением, спринтерский и гладкий равномерный бег по учебной дистанции, ранее разученные беговые упражнения.

Прыжковые упражнения: прыжок в высоту с разбега способом «перешагивание», ранее разученные прыжковые упражнения в длину и высоту, напрыгивание и спрыгивание.

Метание малого (теннисного) мяча в подвижную (раскачивающуюся) мишень.

Модуль «Зимние виды спорта».

Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом, преодоление небольших трамплинов при спуске с пологого склона в низкой стойке, ранее разученные упражнения лыжной подготовки, передвижения по учебной дистанции, повороты, спуски, торможение.

Модуль «Спортивные игры».

Баскетбол. Технические действия игрока без мяча: передвижение в стойке баскетболиста, прыжки вверх толчком одной ногой и приземлением на другую ногу, остановка двумя шагами и прыжком.

Упражнения с мячом: ранее разученные упражнения в ведении мяча в разных направлениях и по разной траектории, на передачу и броски мяча в корзину.

Правила игры и игровая деятельность по правилам с использованием разученных технических приёмов.

Волейбол. Приём и передача мяча двумя руками снизу в разные зоны площадки команды соперника. Правила игры и игровая деятельность по правилам с использованием разученных технических приёмов в подаче мяча, его приёме и передаче двумя руками снизу и сверху.

Футбол. Удары по катящемуся мячу с разбега. Правила игры и игровая деятельность по правилам с использованием разученных технических приёмов в остановке и передаче мяча, его ведении и обводке.

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

Модуль «Спорт».

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

Документ подписан электронной подписью.

Содержание обучения в 7 классе.

Знания о физической культуре.

Зарождение олимпийского движения в России до революции, роль А.Д. Бутовского в развитии отечественной системы физического воспитания и спорта. Олимпийское движение в СССР и в современной России, характеристика основных этапов развития. Выдающиеся советские и российские олимпийцы.

Влияние занятий физической культурой и спортом на воспитание положительных качеств личности современного человека.

Способы самостоятельной деятельности.

Правила техники безопасности и гигиены мест занятий в процессе выполнения физических упражнений на открытых площадках. Ведение дневника по физической культуре.

Техническая подготовка и её значение для человека, основные правила технической подготовки. Двигательные действия как основа технической подготовки, понятие двигательного умения и двигательного навыка. Способы оценивания техники двигательных действий и организация процедуры оценивания. Ошибки при разучивании техники выполнения двигательных действий, причины и способы их предупреждения при самостоятельных занятиях технической подготовкой.

Планирование самостоятельных занятий технической подготовкой на учебный год и учебную четверть. Составление плана учебного занятия по самостоятельной технической подготовке. Способы оценивания оздоровительного эффекта занятий физической культурой с помощью «индекса Кетле», «ортостатической пробы», «функциональной пробы со стандартной нагрузкой».

Физическое совершенствование.

Физкультурно-оздоровительная деятельность.

Оздоровительные комплексы для самостоятельных занятий с добавлением ранее разученных упражнений: для коррекции телосложения и профилактики нарушения осанки, дыхательной и зрительной гимнастики в режиме учебного дня.

Спортивно-оздоровительная деятельность.

Модуль «Гимнастика».

Акробатические комбинации из ранее разученных упражнений с добавлением упражнений ритмической гимнастики (девочки). Простейшие акробатические пирамиды в парах и тройках (девочки). Стойка на голове с опорой на руки, акробатическая комбинация из разученных упражнений в равновесии, стойках, кувырках (мальчики).

Комплекс упражнений степ-аэробики, включающий упражнения в ходьбе, прыжках, спрыгивании и запрыгивании с поворотами разведением рук и ног, выполняемых в среднем и высоком темпе (девочки).

Комбинация на гимнастическом бревне из ранее разученных упражнений с добавлением упражнений на статическое и динамическое равновесие (девочки). Комбинация на низкой гимнастической перекладине из ранее разученных упражнений в висах, упорах, переворотках (мальчики). Лазанье по канату в два приёма (мальчики).

Модуль «Лёгкая атлетика».

Бег с преодолением препятствий способами «наступление» и «прыжковый бег», эстафетный бег. Ранее освоенные беговые упражнения

Документ подписан электронной подписью.

с увеличением скорости передвижения и продолжительности выполнения, прыжки с разбега в длину способом «согнув ноги» и в высоту способом «перешагивание».

Метание малого (теннисного) мяча по движущейся (катящейся) с разной скоростью мишени.

Модуль «Зимние виды спорта».

Торможение и поворот на лыжах упором при спуске с пологого склона, переход с передвижения попеременным двушажным ходом на передвижение одновременным одношажным ходом и обратно во время прохождения учебной дистанции, спуски и подъёмы ранее освоенными способами.

Модуль «Спортивные игры».

Баскетбол. Передача и ловля мяча после отскока от пола, бросок в корзину двумя руками снизу и от груди после ведения. Игровая деятельность по правилам с использованием ранее разученных технических приёмов без мяча и с мячом: ведение, приёмы и передачи, броски в корзину.

Волейбол. Верхняя прямая подача мяча в разные зоны площадки соперника, передача мяча через сетку двумя руками сверху и перевод мяча за голову. Игровая деятельность по правилам с использованием ранее разученных технических приёмов.

Футбол. Средние и длинные передачи мяча по прямой и диагонали, тактические действия при выполнении углового удара и вбрасывании мяча из-за боковой линии. Игровая деятельность по правилам с использованием ранее разученных технических приёмов.

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

Модуль «Спорт».

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

Содержание обучения в 8 классе.

Знания о физической культуре.

Физическая культура в современном обществе: характеристика основных направлений и форм организации. Всестороннее и гармоничное физическое развитие. Адаптивная физическая культура, её история и социальная значимость.

Способы самостоятельной деятельности.

Коррекция осанки и разработка индивидуальных планов занятий корригирующей гимнастикой. Коррекция избыточной массы тела и разработка индивидуальных планов занятий корригирующей гимнастикой.

Составление планов-конспектов для самостоятельных занятий спортивной подготовкой. Способы учёта индивидуальных особенностей при составлении планов самостоятельных тренировочных занятий.

Физическое совершенствование.

Документ подписан электронной подписью.

Физкультурно-оздоровительная деятельность.

Профилактика перенапряжения систем организма средствами оздоровительной физической культуры: упражнения мышечной релаксации и регулирования вегетативной нервной системы, профилактики общего утомления и остроты зрения.

Спортивно-оздоровительная деятельность.

Модуль «Гимнастика».

Акробатическая комбинация из ранее освоенных упражнений силовой направленности, с увеличивающимся числом технических элементов в стойках, упорах, кувырках, прыжках (юноши).

Гимнастическая комбинация на гимнастическом бревне из ранее освоенных упражнений с увеличивающимся числом технических элементов в прыжках, поворотах и передвижениях (девушки). Гимнастическая комбинация на перекладине с включением ранее освоенных упражнений в упорах и висах (юноши). Гимнастическая комбинация на параллельных брусьях с включением упражнений в упоре на руках, кувырка вперёд и соскока (юноши). Вольные упражнения на базе ранее разученных акробатических упражнений и упражнений ритмической гимнастики (девушки).

Модуль «Лёгкая атлетика».

Кроссовый бег, прыжок в длину с разбега способом «прогнувшись».

Правила проведения соревнований по сдаче норм комплекса ГТО. Самостоятельная подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО в беговых (бег на короткие и средние дистанции) и технических (прыжки и метание спортивного снаряда) дисциплинах лёгкой атлетики.

Модуль «Зимние виды спорта».

Передвижение на лыжах одновременным бесшажным ходом, преодоление естественных препятствий на лыжах широким шагом, перешагиванием, перелазанием, торможение боковым скольжением при спуске на лыжах с пологого склона, переход с попеременного двухшажного хода на одновременный бесшажный ход и обратно, ранее разученные упражнения лыжной подготовки в передвижениях на лыжах, при спусках, подъёмах, торможении.

Модуль «Плавание».

Старт прыжком с тумбочки при плавании кролем на груди, старт из воды толчком от стенки бассейна при плавании кролем на спине. Повороты при плавании кролем на груди и на спине. Проплыwanie учебных дистанций кролем на груди и на спине.

Модуль «Спортивные игры».

Баскетбол. Повороты туловища в правую и левую стороны с удержанием мяча двумя руками, передача мяча одной рукой от плеча и снизу, бросок мяча двумя и одной рукой в прыжке. Игровая деятельность по правилам с использованием ранее разученных технических приёмов.

Волейбол. Прямой нападающий удар, индивидуальное блокирование мяча в прыжке с места, тактические действия в защите и нападении. Игровая деятельность по правилам с использованием ранее разученных технических приёмов.

Футбол. Удар по мячу с разбега внутренней частью подъёма стопы, остановка мяча внутренней стороной стопы. Правила игры в мини-

Документ подписан электронной подписью.

футбол, технические и тактические действия. Игровая деятельность по правилам мини-футбола с использованием ранее разученных технических приёмов (девушки). Игровая деятельность по правилам классического футбола с использованием ранее разученных технических приёмов (юноши).

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

Модуль «Спорт».

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

Содержание обучения в 9 классе.

Знания о физической культуре.

Здоровье и здоровый образ жизни, вредные привычки и их пагубное влияние на здоровье человека. Туристские походы как форма организации здорового образа жизни. Профессионально-прикладная физическая культура.

Способы самостоятельной деятельности.

Восстановительный массаж как средство оптимизации работоспособности, его правила и приёмы во время самостоятельных занятий физической подготовкой. Банные процедуры как средство укрепления здоровья. Измерение функциональных резервов организма. Оказание первой помощи на самостоятельных занятиях физическими упражнениями и во время активного отдыха.

Физическое совершенствование.

Физкультурно-оздоровительная деятельность.

Занятия физической культурой и режим питания. Упражнения для снижения избыточной массы тела. Оздоровительные, коррекционные и профилактические мероприятия в режиме двигательной активности обучающихся.

Спортивно-оздоровительная деятельность.

Модуль «Гимнастика».

Акробатическая комбинация с включением длинного кувырка с разбега и кувырка назад в упор, стоя ноги врозь (юноши). Гимнастическая комбинация на высокой перекладине, с включением элементов размахивания и соскока вперёд прогнувшись (юноши). Гимнастическая комбинация на параллельных брусьях, с включением двух кувырков вперёд с опорой на руки (юноши). Гимнастическая комбинация на гимнастическом бревне, с включением полушпагата, стойки на колене с опорой на руки и отведением ноги назад (девушки). Черлидинг: композиция упражнений с построением пирамид, элементами степ-аэробики, акробатики и ритмической гимнастики (девушки).

Модуль «Лёгкая атлетика».

Техническая подготовка в беговых и прыжковых упражнениях: бег на короткие и длинные дистанции, прыжки в длину способами

Документ подписан электронной подписью.

«прогнувшись» и «согнув ноги», прыжки в высоту способом «перешагивание». Техническая подготовка в метании спортивного снаряда с разбега на дальность.

Модуль «Зимние виды спорта».

Техническая подготовка в передвижении лыжными ходами по учебной дистанции: попеременный двухшажный ход, одновременный одношажный ход, способы перехода с одного лыжного хода на другой.

Модуль «Плавание».

Брасс: подводящие упражнения и плавание в полной координации. Повороты при плавании брассом.

Модуль «Спортивные игры».

Баскетбол. Техническая подготовка в игровых действиях: ведение, передачи, приёмы и броски мяча на месте, в прыжке, после ведения.

Волейбол. Техническая подготовка в игровых действиях: подачи мяча в разные зоны площадки соперника, приёмы и передачи на месте и в движении, удары и блокировка.

Футбол. Техническая подготовка в игровых действиях: ведение, приёмы и передачи, остановки и удары по мячу с места и в движении.

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

Модуль «Спорт».

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

Программа вариативного модуля «Базовая физическая подготовка».

Развитие силовых способностей.

Комплексы общеразвивающих и локально воздействующих упражнений, отягощённых весом собственного тела и с использованием дополнительных средств (гантелей, эспандера, набивных мячей, штанги и другого инвентаря). Комплексы упражнений на тренажёрных устройствах. Упражнения на гимнастических снарядах (брусьях, перекладинах, гимнастической стенке и других снарядах). Броски набивного мяча двумя и одной рукой из положений стоя и сидя (вверх, вперёд, назад, в стороны, снизу и сбоку, от груди, из-за головы). Прыжковые упражнения с дополнительным отягощением (напрыгивание и спрыгивание, прыжки через скакалку, многоскоки, прыжки через препятствия и другие упражнения). Бег с дополнительным отягощением (в горку и с горки, на короткие дистанции, эстафеты). Передвижения в висячем и упоре на руках. Лазанье (по канату, по гимнастической стенке с дополнительным отягощением). Переноска непредельных тяжестей (мальчишки – сверстников способом на спине). Подвижные игры с силовой направленностью (импровизированный баскетбол с набивным мячом и другие игры).

Развитие скоростных способностей.

Бег на месте в максимальном темпе (в упоре о гимнастическую стенку и без упора). Челночный бег. Бег по разметкам с максимальным темпом. Повторный бег с максимальной скоростью и максимальной частотой шагов (10–15 м). Бег с ускорениями из разных исходных положений. Бег с максимальной скоростью и собиранием малых предметов, лежащих на полу и на разной высоте. Стартовые ускорения по

Документ подписан электронной подписью.

дифференцированному сигналу. Метание малых мячей по движущимся мишеням (катящейся, раскачивающейся, летящей). Ловля теннисного мяча после отскока от пола, стены (правой и левой рукой). Передача теннисного мяча в парах правой (левой) рукой и попеременно. Ведение теннисного мяча ногами с ускорениями по прямой, по кругу, вокруг стоек. Прыжки через скакалку на месте и в движении с максимальной частотой прыжков. Преодоление полосы препятствий, включающей в себя: прыжки на разную высоту и длину, по разметкам, бег с максимальной скоростью в разных направлениях и с преодолением опор различной высоты и ширины, повороты, обегание различных предметов (легкоатлетических стоек, мячей, лежащих на полу или подвешенных на высоте). Эстафеты и подвижные игры со скоростной направленностью. Технические действия из базовых видов спорта, выполняемые с максимальной скоростью движений.

Развитие выносливости.

Равномерный бег и передвижение на лыжах в режимах умеренной и большой интенсивности. Повторный бег и передвижение на лыжах в режимах максимальной и субмаксимальной интенсивности. Кроссовый бег и марш-бросок на лыжах.

Развитие координации движений.

Жонглирование большими (волейбольными) и малыми (теннисными) мячами. Жонглирование гимнастической палкой. Жонглирование волейбольным мячом головой. Метание малых и больших мячей в мишень (неподвижную и двигающуюся). Передвижения по возвышенной и наклонной, ограниченной по ширине опоре (без предмета и с предметом на голове). Упражнения в статическом равновесии. Упражнения в воспроизведении пространственной точности движений руками, ногами, туловищем. Упражнение на точность дифференцирования мышечных усилий. Подвижные и спортивные игры.

Развитие гибкости.

Комплексы общеразвивающих упражнений (активных и пассивных), выполняемых с большой амплитудой движений. Упражнения на растяжение и расслабление мышц. Специальные упражнения для развития подвижности суставов (полу шпагат, шпагат, выкруты гимнастической палки).

Упражнения культурно-этнической направленности.

Сюжетно-образные и обрядовые игры. Технические действия национальных видов спорта.

Специальная физическая подготовка.

Модуль «Гимнастика».

Развитие гибкости. Наклоны туловища вперёд, назад, в стороны с возрастающей амплитудой движений в положении стоя, сидя, сидя ноги в стороны. Упражнения с гимнастической палкой (укороченной скакалкой) для развития подвижности плечевого сустава (выкруты). Комплексы общеразвивающих упражнений с повышенной амплитудой для плечевых, локтевых, тазобедренных и коленных суставов, для развития подвижности позвоночного столба. Комплексы активных и пассивных упражнений с большой амплитудой движений. Упражнения для развития подвижности суставов (полу шпагат, шпагат, складка, мост).

Развитие координации движений. Прохождение усложнённой полосы препятствий, включающей быстрые кувырки (вперёд, назад), кувырки по наклонной плоскости, преодоление препятствий прыжком с опорой на руку, безопорным прыжком, быстрым лазаньем. Броски теннисного мяча правой и левой рукой в подвижную и неподвижную мишень, с места и с разбега. Касание правой и левой ногой мишеней,

Документ подписан электронной подписью.

подвешенных на разной высоте, с места и с разбега. Разнообразные прыжки через гимнастическую скакалку на месте и с продвижением. Прыжки на точность отталкивания и приземления.

Развитие силовых способностей. Подтягивание в висе и отжимание в упоре. Передвижения в висе и упоре на руках на перекладине (мальчики), подтягивание в висе стоя (лёжа) на низкой перекладине (девочки), отжимания в упоре лёжа с изменяющейся высотой опоры для рук и ног, отжимание в упоре на низких брусьях, поднимание ног в висе на гимнастической стенке до повышенной высоты, из положения лёжа на гимнастическом козле (ноги зафиксированы) сгибание туловища с различной амплитудой движений (на животе и на спине), комплексы упражнений с гантелями с индивидуально подобранной массой (движения руками, повороты на месте, наклоны, подскоки со взмахом рук), метание набивного мяча из различных исходных положений, комплексы упражнений избирательного воздействия на отдельные мышечные группы (с увеличивающимся темпом движений без потери качества выполнения), элементы атлетической гимнастики (по типу «подкачки»), приседания на одной ноге «пистолетом» с опорой на руку для сохранения равновесия).

Развитие выносливости. Упражнения с непредельными отягощениями, выполняемые в режиме умеренной интенсивности в сочетании с напряжением мышц и фиксацией положений тела. Повторное выполнение гимнастических упражнений с уменьшающимся интервалом отдыха (по типу «круговой тренировки»). Комплексы упражнений с отягощением, выполняемые в режиме непрерывного и интервального методов.

Модуль «Лёгкая атлетика».

Развитие выносливости. Бег с максимальной скоростью в режиме повторно-интервального метода. Бег по пересеченной местности (кроссовый бег). Гладкий бег с равномерной скоростью в разных зонах интенсивности. Повторный бег с препятствиями в максимальном темпе. Равномерный повторный бег с финальным ускорением (на разные дистанции). Равномерный бег с дополнительным отягощением в режиме «до отказа».

Развитие силовых способностей. Специальные прыжковые упражнения с дополнительным отягощением. Прыжки вверх с доставанием подвешенных предметов. Прыжки в полуприседе (на месте, с продвижением в разные стороны). Запрыгивание с последующим спрыгиванием. Прыжки в глубину по методу ударной тренировки. Прыжки в высоту с продвижением и изменением направлений, поворотами вправо и влево, на правой, левой ноге и поочередно. Бег с препятствиями. Бег в горку, с дополнительным отягощением и без него. Комплексы упражнений с набивными мячами. Упражнения с локальным отягощением на мышечные группы. Комплексы силовых упражнений по методу круговой тренировки.

Развитие скоростных способностей. Бег на месте с максимальной скоростью и темпом с опорой на руки и без опоры. Максимальный бег в горку и с горки. Повторный бег на короткие дистанции с максимальной скоростью (по прямой, на повороте и со старта). Бег с максимальной скоростью «с ходу». Прыжки через скакалку в максимальном темпе. Ускорение, переходящее в многоскоки, и многоскоки, переходящие в бег с ускорением. Подвижные и спортивные игры, эстафеты.

Развитие координации движений. Специализированные комплексы упражнений на развитие координации (разрабатываются на основе учебного материала модулей «Гимнастика» и «Спортивные игры»).

Модуль «Зимние виды спорта».

Документ подписан электронной подписью.

Развитие выносливости. Передвижения на лыжах с равномерной скоростью в режимах умеренной, большой и субмаксимальной интенсивности, с соревновательной скоростью.

Развитие силовых способностей. Передвижение на лыжах по отлогому склону с дополнительным отягощением. Скоростной подъём ступающим и скользящим шагом, бегом, «лесенкой», «ёлочкой». Упражнения в «транспортёрке».

Развитие координации. Упражнения в поворотах и спусках на лыжах, проезд через «ворота» и преодоление небольших трамплинов.

Модуль «Спортивные игры».

Баскетбол.

1) развитие скоростных способностей. Ходьба и бег в различных направлениях с максимальной скоростью с внезапными остановками и выполнением различных заданий (например, прыжки вверх, назад, вправо, влево, приседания). Ускорения с изменением направления движения. Бег с максимальной частотой (темпом) шагов с опорой на руки и без опоры. Выпрыгивание вверх с доставанием ориентиров левой (правой) рукой. Челночный бег (чередование прохождения заданных отрезков дистанции лицом и спиной вперёд). Бег с максимальной скоростью с предварительным выполнением многоскоков. Передвижения с ускорениями и максимальной скоростью приставными шагами левым и правым боком. Ведение баскетбольного мяча с ускорением и максимальной скоростью. Прыжки вверх на обеих ногах и одной ногой с места и с разбега. Прыжки с поворотами на точность приземления. Передача мяча двумя руками от груди в максимальном темпе при встречном беге в колоннах. Кувырки вперёд, назад, боком с последующим рывком на 3–5 м. Подвижные и спортивные игры, эстафеты;

2) развитие силовых способностей. Комплексы упражнений с дополнительным отягощением на основные мышечные группы. Ходьба и прыжки в глубоком приседе. Прыжки на одной ноге и обеих ногах с продвижением вперед, по кругу, «змейкой», на месте с поворотом на 180° и 360°. Прыжки через скакалку в максимальном темпе на месте и с продвижением (с дополнительным отягощением и без него). Напрыгивание и спрыгивание с последующим ускорением. Многоскоки с последующим ускорением и ускорения с последующим выполнением многоскоков. Броски набивного мяча из различных исходных положений, с различной траекторией полёта одной рукой и обеими руками, стоя, сидя, в полу приседе;

3) развитие выносливости. Повторный бег с максимальной скоростью с уменьшающимся интервалом отдыха. Гладкий бег по методу непрерывно-интервального упражнения. Гладкий бег в режиме большой и умеренной интенсивности. Игра в баскетбол с увеличивающимся объёмом времени игры;

4) развитие координации движений. Броски баскетбольного мяча по неподвижной и подвижной мишени. Акробатические упражнения (двойные и тройные кувырки вперёд и назад). Бег с «тенью» (повторение движений партнёра). Бег по гимнастической скамейке, по гимнастическому бревну разной высоты. Прыжки по разметкам с изменяющейся амплитудой движений. Броски малого мяча в стену одной (обеими) руками с последующей его ловлей (обеими руками и одной рукой) после отскока от стены (от пола). Ведение мяча с изменяющейся по команде скоростью и направлением передвижения.

Футбол.

Развитие скоростных способностей. Старты из различных положений с последующим ускорением. Бег с максимальной скоростью по прямой, с остановками (по свистку, хлопку, заданному сигналу), с ускорениями, «рывками», изменением направления передвижения. Бег в

Документ подписан электронной подписью.

максимальном темпе. Бег и ходьба спиной вперёд с изменением темпа и направления движения (по прямой, по кругу и «змейкой»). Бег с максимальной скоростью с поворотами на 180° и 360°. Прыжки через скакалку в максимальном темпе. Прыжки по разметкам на правой (левой) ноге, между стоек, спиной вперёд. Прыжки вверх на обеих ногах и одной ноге с продвижением вперёд. Удары по мячу в стенку в максимальном темпе. Ведение мяча с остановками и ускорениями, «дриблинг» мяча с изменением направления движения. Кувырки вперёд, назад, боком с последующим рывком. Подвижные и спортивные игры, эстафеты.

Развитие силовых способностей. Комплексы упражнений с дополнительным отягощением на основные мышечные группы. Многоскоки через препятствия. Спрыгивание с возвышенной опоры с последующим ускорением, прыжком в длину и в высоту. Прыжки на обеих ногах с дополнительным отягощением (вперёд, назад, в приседе, с продвижением вперёд).

Развитие выносливости. Равномерный бег на средние и длинные дистанции. Повторные ускорения с уменьшающимся интервалом отдыха. Повторный бег на короткие дистанции с максимальной скоростью и уменьшающимся интервалом отдыха. Гладкий бег в режиме непрерывно-интервального метода. Передвижение на лыжах в режиме большой и умеренной интенсивности.

Планируемые результаты освоения учебного предмета

В результате изучения физической культуры на уровне основного общего образования у обучающегося будут сформированы следующие личностные результаты:

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

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

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

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

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

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

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

Документ подписан электронной подписью.

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

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

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

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

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

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

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

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

В результате изучения физической культуры на уровне основного общего образования у обучающегося будут сформированы **метапредметные результаты** и универсальные познавательные учебные действия, универсальные коммуникативные учебные действия, универсальные регулятивные учебные действия.

У обучающегося будут сформированы следующие универсальные познавательные учебные действия:

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

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

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

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

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

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

устанавливать причинно-следственную связь между уровнем развития физических качеств, состоянием здоровья и функциональными

Документ подписан электронной подписью.

возможностями основных систем организма;

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

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

У обучающегося будут сформированы следующие универсальные коммуникативные учебные действия:

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

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

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

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

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

У обучающегося будут сформированы следующие универсальные регулятивные учебные действия:

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

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

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

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

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

Планируемые результаты освоения программы по физической культуре на уровне основного общего образования.

В результате изучения физической культуры на уровне основного общего образования у обучающегося будут сформированы

Документ подписан электронной подписью.

следующие личностные результаты:

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

В результате изучения физической культуры на уровне основного общего образования у обучающегося будут сформированы

Документ подписан электронной подписью.

универсальные познавательные учебные действия, универсальные коммуникативные учебные действия, универсальные регулятивные учебные действия.

У обучающегося будут сформированы следующие универсальные познавательные учебные действия:

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

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

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

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

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

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

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

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

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

У обучающегося будут сформированы следующие универсальные коммуникативные учебные действия:

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

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

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

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

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

Документ подписан электронной подписью.

У обучающегося будут сформированы следующие универсальные регулятивные учебные действия:

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

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

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

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

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

Предметные результаты освоения программы по физической культуре на уровне основного общего образования.

К концу обучения в 5 классе обучающийся научится:

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

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

составлять дневник физической культуры и вести в нём наблюдение за показателями физического развития и физической подготовленности, планировать содержание и регулярность проведения самостоятельных занятий;

осуществлять профилактику утомления во время учебной деятельности, выполнять комплексы упражнений физкультурминуток, дыхательной и зрительной гимнастики;

выполнять комплексы упражнений оздоровительной физической культуры на развитие гибкости, координации и формирование телосложения;

выполнять опорный прыжок с разбега способом «ноги врозь» (мальчики) и способом «напрыгивание с последующим спрыгиванием» (девочки);

выполнять упражнения в висах и упорах на низкой гимнастической перекладине (мальчики), в передвижениях по гимнастическому бревну ходьбой и приставным шагом с поворотами, подпрыгиванием на двух ногах на месте и с продвижением (девочки);

передвигаться по гимнастической стенке приставным шагом, лазать разноимённым способом вверх и по диагонали;

выполнять бег с равномерной скоростью с высокого старта по учебной дистанции;

демонстрировать технику прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги»;

Документ подписан электронной подписью.

передвигаться на лыжах попеременным двушажным ходом (для бесснежных районов – имитация передвижения);
тренироваться в упражнениях общефизической и специальной физической подготовки с учётом индивидуальных и возрастно-половых особенностей;

демонстрировать технические действия в спортивных играх:

баскетбол (ведение мяча с равномерной скоростью в разных направлениях, приём и передача мяча двумя руками от груди с места и в движении);

волейбол (приём и передача мяча двумя руками снизу и сверху с места и в движении, прямая нижняя подача);

футбол (ведение мяча с равномерной скоростью в разных направлениях, приём и передача мяча, удар по неподвижному мячу с небольшого разбега).

К концу обучения в 6 классе обучающийся научится:

характеризовать Олимпийские игры современности как международное культурное явление, роль Пьера де Кубертена в их историческом возрождении, обсуждать историю возникновения девиза, символики и ритуалов Олимпийских игр;

измерять индивидуальные показатели физических качеств, определять их соответствие возрастным нормам и подбирать упражнения для их направленного развития;

контролировать режимы физической нагрузки по частоте пульса и степени утомления организма по внешним признакам во время самостоятельных занятий физической подготовкой;

подготавливать места для самостоятельных занятий физической культурой и спортом в соответствии с правилами техники безопасности и гигиеническими требованиями;

отбирать упражнения оздоровительной физической культуры и составлять из них комплексы физкультурминуток и физкультпауз для оптимизации работоспособности и снятия мышечного утомления в режиме учебной деятельности;

составлять и выполнять акробатические комбинации из разученных упражнений, наблюдать и анализировать выполнение другими обучающимися, выявлять ошибки и предлагать способы устранения;

выполнять лазанье по канату в три приёма (мальчики), составлять и выполнять комбинацию на низком бревне из стилизованных общеразвивающих и сложно-координированных упражнений (девочки);

выполнять беговые упражнения с максимальным ускорением, использовать их в самостоятельных занятиях для развития быстроты и равномерный бег для развития общей выносливости;

выполнять прыжок в высоту с разбега способом «перешагивание», наблюдать и анализировать его выполнение другими обучающимися, сравнивая с заданным образцом, выявлять ошибки и предлагать способы устранения;

выполнять передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом, наблюдать и анализировать его выполнение другими обучающимися, сравнивая с заданным образцом, выявлять ошибки и предлагать способы устранения (для бесснежных районов – имитация передвижения);

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

Документ подписан электронной подписью.

особенностей;

выполнять правила и демонстрировать технические действия в спортивных играх:

баскетбол (технические действия без мяча, броски мяча двумя руками снизу и от груди с места, использование разученных технических действий в условиях игровой деятельности);

волейбол (приём и передача мяча двумя руками снизу и сверху в разные зоны площадки соперника, использование разученных технических действий в условиях игровой деятельности);

футбол (ведение мяча с разной скоростью передвижения, с ускорением в разных направлениях, удар по катящемуся мячу с разбега, использование разученных технических действий в условиях игровой деятельности).

К концу обучения в 7 классе обучающийся научится:

проводить анализ причин зарождения современного олимпийского движения, давать характеристику основным этапам его развития в СССР и современной России;

объяснять положительное влияние занятий физической культурой и спортом на воспитание личностных качеств современных обучающихся, приводить примеры из собственной жизни;

объяснять понятие «техника физических упражнений», руководствоваться правилами технической подготовки при самостоятельном обучении новым физическим упражнениям, проводить процедуры оценивания техники их выполнения;

составлять планы самостоятельных занятий физической и технической подготовкой, распределять их в недельном и месячном циклах учебного года, оценивать их оздоровительный эффект с помощью «индекса Кетле» и «ортостатической пробы» (по образцу);

выполнять лазанье по канату в два приёма (юноши) и простейшие акробатические пирамиды в парах и тройках (девушки);

составлять и самостоятельно разучивать комплекс степ-аэробики, включающий упражнения в ходьбе, прыжках, спрыгивании и запрыгивании с поворотами, разведением рук и ног (девушки);

выполнять стойку на голове с опорой на руки и включать её в акробатическую комбинацию из ранее освоенных упражнений (юноши);

выполнять беговые упражнения с преодолением препятствий способами «наступление» и «прыжковый бег», применять их в беге по пересечённой местности;

выполнять метание малого мяча на точность в неподвижную, качающуюся и катящуюся с разной скоростью мишень;

выполнять переход с передвижения попеременным двухшажным ходом на передвижение одновременным одношажным ходом и обратно во время прохождения учебной дистанции, наблюдать и анализировать его выполнение другими обучающимися, сравнивая с заданным образцом, выявлять ошибки и предлагать способы устранения (для бесснежных районов – имитация перехода);

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

демонстрировать и использовать технические действия спортивных игр:

баскетбол (передача и ловля мяча после отскока от пола, броски мяча двумя руками снизу и от груди в движении, использование разученных технических действий в условиях игровой деятельности);

Документ подписан электронной подписью.

волейбол (передача мяча за голову на своей площадке и через сетку, использование разученных технических действий в условиях игровой деятельности);

футбол (средние и длинные передачи футбольного мяча, тактические действия при выполнении углового удара и вбрасывании мяча из-за боковой линии, использование разученных технических действий в условиях игровой деятельности).

К концу обучения в 8 классе обучающийся научится:

проводить анализ основных направлений развития физической культуры в Российской Федерации, характеризовать содержание основных форм их организации;

анализировать понятие «всестороннее и гармоничное физическое развитие», раскрывать критерии и приводить примеры, устанавливать связь с наследственными факторами и занятиями физической культурой и спортом;

проводить занятия оздоровительной гимнастикой по коррекции индивидуальной формы осанки и избыточной массы тела;

составлять планы занятия спортивной тренировкой, определять их целевое содержание в соответствии с индивидуальными показателями развития основных физических качеств;

выполнять гимнастическую комбинацию на гимнастическом бревне из ранее освоенных упражнений с добавлением элементов акробатики и ритмической гимнастики (девушки);

выполнять комбинацию на параллельных брусьях с включением упражнений в упоре на руках, кувырка вперёд и соскока, наблюдать их выполнение другими обучающимися и сравнивать с заданным образцом, анализировать ошибки и причины их появления, находить способы устранения (юноши);

выполнять прыжок в длину с разбега способом «прогнувшись», наблюдать и анализировать технические особенности в выполнении другими обучающимися, выявлять ошибки и предлагать способы устранения;

выполнять тестовые задания комплекса ГТО в беговых и технических легкоатлетических дисциплинах в соответствии с установленными требованиями к их технике;

выполнять передвижение на лыжах одновременным бесшажным ходом, переход с попеременного двухшажного хода на одновременный бесшажный ход, преодоление естественных препятствий на лыжах широким шагом, перешагиванием, перелазанием (для бесснежных районов – имитация передвижения);

соблюдать правила безопасности в бассейне при выполнении плавательных упражнений;

выполнять прыжки в воду со стартовой тумбы;

выполнять технические элементы плавания кролем на груди в согласовании с дыханием;

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

демонстрировать и использовать технические действия спортивных игр:

баскетбол (передача мяча одной рукой снизу и от плеча, бросок в корзину двумя и одной рукой в прыжке, тактические действия в защите и нападении, использование разученных технических и тактических действий в условиях игровой деятельности);

Документ подписан электронной подписью.

волейбол (прямой нападающий удар и индивидуальное блокирование мяча в прыжке с места, тактические действия в защите и нападении, использование разученных технических и тактических действий в условиях игровой деятельности);

футбол (удары по неподвижному, катящемуся и летящему мячу с разбега внутренней и внешней частью подъёма стопы, тактические действия игроков в нападении и защите, использование разученных технических и тактических действий в условиях игровой деятельности).

К концу обучения в 9 классе обучающийся научится:

отстаивать принципы здорового образа жизни, раскрывать эффективность его форм в профилактике вредных привычек, обосновывать пагубное влияние вредных привычек на здоровье человека, его социальную и производственную деятельность;

понимать пользу туристских подходов как формы организации здорового образа жизни, выполнять правила подготовки к пешим походам, требования безопасности при передвижении и организации бивуака;

объяснять понятие «профессионально-прикладная физическая культура», её целевое предназначение, связь с характером и особенностями профессиональной деятельности, понимать необходимость занятий профессионально-прикладной физической подготовкой обучающихся общеобразовательной организации;

использовать приёмы массажа и применять их в процессе самостоятельных занятий физической культурой и спортом, выполнять гигиенические требования к процедурам массажа;

измерять индивидуальные функциональные резервы организма с помощью проб Штанге, Генча, «задержки дыхания», использовать их для планирования индивидуальных занятий спортивной и профессионально-прикладной физической подготовкой;

определять характер травм и ушибов, встречающихся на самостоятельных занятиях физическими упражнениями и во время активного отдыха, применять способы оказания первой помощи;

составлять и выполнять комплексы упражнений из разученных акробатических упражнений с повышенными требованиями к технике их выполнения (юноши);

составлять и выполнять гимнастическую комбинацию на высокой перекладине из разученных упражнений, с включением элементов размахивания и соскока вперёд способом «прогнувшись» (юноши);

составлять и выполнять композицию упражнений Черлидинга с построением пирамид, элементами степ-аэробики и акробатики (девушки);

составлять и выполнять комплекс ритмической гимнастики с включением элементов художественной гимнастики, упражнений на гибкость и равновесие (девушки);

совершенствовать технику беговых и прыжковых упражнений в процессе самостоятельных занятий технической подготовкой к выполнению нормативных требований комплекса ГТО;

совершенствовать технику передвижения лыжными ходами в процессе самостоятельных занятий технической подготовкой к выполнению нормативных требований комплекса ГТО;

соблюдать правила безопасности в бассейне при выполнении плавательных упражнений;

выполнять повороты кувырком, маятником;

Документ подписан электронной подписью.

выполнять технические элементы брассом в согласовании с дыханием;
совершенствовать технические действия в спортивных играх: баскетбол, волейбол, футбол, взаимодействовать с игроками своих команд в условиях игровой деятельности, при организации тактических действий в нападении и защите;
тренироваться в упражнениях общефизической и специальной физической подготовки с учётом индивидуальных и возрастно-половых особенностей.

Тематическое планирование

5 класс (68 ч)

№ п/п	Тема	Количество академических часов отводимых на освоение темы	ЭОР и ЦОР	Виды деятельности обучающихся	Виды деятельности учителя, с учётом рабочей программы воспитания
Раздел 1. ЗНАНИЯ О ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ (1 ч.)					

1.1	<p>Знакомство с программным материалом задачами и требованиями к его освоению, работа спортивных секций и клубов</p> <p>Физическая культура задачи, содержание и формы организации занятий. Характеристика его основных показателей</p>	1	<p>https://resh.edu.ru https://uchebniksonline.ru/uchebniki/5-9klass/fizicheskaya-https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-5klass-matveev</p>	<p>Знакомятся с требованиями к уроку ФК и задачами освоения программного материала на предстоящий год. Формируют интерес к занятиям физической культурой и работе спортивных секций, клубов и проведению соревнований, делают выводы о возможном участии в них.</p> <p>Характеризуют физические качества человека и правила развития основных показателей ФР развития. Устанавливают причинно-следственную связь между физической подготовкой и физическим развитием.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - проверяет готовность учащихся к уроку; - создаёт условия для включения учащихся в учебный процесс; - создает эмоциональный настрой на работу на уроке; - формулирует задачи урока; - организует работу обучающихся по уточнению темы урока, постановке цели урока и путей её достижения; - организует работу докладчиков; - организывает внимание и дает пояснение по работе с оценочным листом; - формулирует задачи урока.
1.2	<p>Исторические сведения о древних Олимпийских играх. Возрождение Олимпийских игр. Символика и ритуалы первых Олимпийских игр. Рассвет и завершение истории Олимпийских игр древности</p>	В процессе урока	<p>https://uchi.ru/teachers/lk/main http://www.sportreferats.narod.ru/sport.htm</p>	<p>Характеризуют Олимпийские игры, как яркое культурное событие древнего мира. Излагают исторические предпосылки возрождения Олимпийских игр. Знакомятся с историей организации и проведения первых Олимпийских игр в Афинах; рассказывают о видах спорта входящих в программу Олимпийских игр древности.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - создаёт условия для возникновения у ученика внутренней потребности включения в учебную деятельность; - формирует интерес к работе спортивных секций и клубов; - конкретизирует требования по отдельным разделам и темам; - учит задавать вопросы по организации спортивных соревнований и делать выводы о возможном участии в них. - контролирует выполнение работы; - выставляет оценки за урок с комментарием.
Раздел 2. СПОСОБЫ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ (2ч.)					
2.1	<p>Режим дня и его значение для школьника, правила составления индивидуального режима дня и определение основных видов деятельности.</p>	1	<p>https://resh.edu.ru https://uchebniksonline.ru/uchebniki/5-9klass/fizicheskaya-https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-5klass-matveev</p>	<p>Знакомятся с правилами режима дня и его значения. Формируют интерес к соблюдению режима дня. Учатся составлять режим дня. Формируют интерес к закалывающим процедурам и правилам их проведения. Определяют основные виды деятельности в режиме дня. Выявляют количественную дозировку температурного режима для закалывания, руководствуются правилами безопасности их проведения.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - проверяет правильность выполнения домашнего задания. - формулирует задачи урока; - организует работу обучающихся по уточнению темы урока, постановке цели урока и путей её достижения; - организует работу докладчиков; - организывает погружение в проблему развития физических качеств;

	Физическое развитие человека. Осанка, как показатель физического развития. Способы измерения и оценивания осанки Составление комплексов физических упражнений.		https://uchi.ru/teachers/lk/main http://www.sportreferats.narod.ru/sport.htm	Знакомятся с правилами составления и заполнения разделов дневника физической культуры. Знакомятся с понятием «физическая подготовка», рассматривают его содержание, осмысливают физическую подготовленность как результат физической подготовки. Учатся составлять комплексы физических упражнений. Устанавливают причинно-следственную связь между физической подготовкой и укреплением организма.	- конкретизирует требования по отдельным разделам и темам; - выявляет пробелы и намечает пути их устранения; - организывает обсуждение с учащимися возникшего затруднения
2.2	Измерение индивидуальных показателей физического развития Тестирование своих индивидуальных показателей. Оценивание состояния организма в покое и после нагрузки. Составление дневника физической культуры	1	https://resh.edu.ru https://uchebniksonline.ru/uchebniki/5-9klass/fizicheskaya-5klass-matveev https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-5klass-matveev https://uchi.ru/teachers/lk/main http://www.sportreferats.narod.ru/sport.htm	Проводят тестирование индивидуальных показателей ФП и сравнивают их с возрастными стандартами. Выявляют «отстающие» в своём развитии физические качества и определяют состав упражнений для их целенаправленного развития. Знакомятся со структурой плана занятий физической подготовкой, обсуждают целесообразность и, необходимость соблюдения их последовательности. Учатся оценивать состояние организма в покое и после нагрузки. Разучивают способы самостоятельного составления плана занятий ФП на основе результатов индивидуального тестирования. Измеряют индивидуальные показатели физического развития.	-- проверяет правильность выполнения домашнего задания. - организует работу докладчиков; - формулирует задачи урока; - актуализирует опыт учащихся, подготавливает к изучению нового материала; - обеспечивает мотивацию к изучению материала необходимого для «открытия нового знания»; - организует деятельность по выполнению пробного учебного действия, фиксирует затруднения; - организует самопроверку учащимися своих работ по эталону с фиксацией результатов (без исправления ошибок);
Раздел 3. ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ (54ч.)					

3.1	<p>Физкультурно-оздоровительная деятельность. Роль и значение спортивно-оздоровительной деятельности в здоровом образе жизни человека. Упражнения УГГ, для развития гибкости, подвижности, координации движений.</p>	В процессе урока	<p>https://resh.edu.ru https://uchebniksonline.ru/uchebniki/5-9klass/fizicheskaya-https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-5klass-matveev https://uchi.ru/teachers/lk/main http://www.sportreferats.narod.ru/sport.htm</p>	<p>Рассматривают оздоровительную деятельность как здоровый образ жизни. Учатся составлять комплексы УГГ для развития гибкости, подвижности, координации движений, раскрывать значение гибкость, для укрепления здоровья, повышение эластичности мышц и связок, подвижности суставов. Выполнять упражнения для повышения подвижности позвоночника, амплитуды движений. Раскрывать значение координации движений. Выполнять упражнения для развития равновесия в статическом и динамическом положении. Учатся выполнять упражнения в полной координации с малым мячом.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - организует работу докладчиков; - формулирует задачи урока; - конкретизирует требования по отдельным разделам и темам; - организывает групповую работу учащихся; - предъявляет задание для групповой работы. - предупреждение типичных ошибок; - организывает деятельность учащихся по открытию нового знания, к побуждению к самостоятельной исследовательской деятельности; - контролирует выполнение работы; - выставляет оценки за урок с комментарием;
3.2	<p>Модуль «Гимнастика». Кувырки вперёд и назад в группировке. Кувырки вперёд ноги «скрестно», кувырки назад из стойки на лопатках (мальчики).</p>	3	<p>https://resh.edu.ru https://uchebniksonline.ru/uchebniki/5-9klass/fizicheskaya-https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-5klass-matveev https://uchi.ru/teachers/lk/main http://www.sportreferats.narod.ru/sport.htm</p>	<p>Повторяют ранее разученные варианты кувырков вперёд и назад в группировке. Знакомятся с техникой выполнения Кувырки вперёд ноги «скрестно», кувырки назад из стойки на лопатках (мальчики). Рассматривают занятия гимнастикой и её положительное влияние на улучшение, и укрепление здоровья. Выполняют комплекс кувырков в группировке на результат.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - организует работу докладчиков; - формулирует задачи урока; - организывает групповую работу учащихся; - предъявляет задание для групповой работы. - предупреждение типичных ошибок; - организывает деятельность учащихся по открытию нового знания, - контролирует выполнение работы; - выставляет оценки за урок с комментарием;
3.3	<p>Модуль «Гимнастика». Акробатические упражнения, комплексы упражнений, комбинации.</p>	8	<p>https://resh.edu.ru https://uchebniksonline.ru/uchebniki/5-9klass/fizicheskaya-https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-5klass-matveev https://uchi.ru/teachers/lk/main http://www.sportreferats.narod.ru/sport.htm</p>	<p>Повторяют ранее разученные акробатические упражнения, комплексы и различные комбинации. Разучивают стилизованные упражнения выполняемые с разной амплитудой движения, ритмом и темпом (выпрыгивание из упора присев, прогнувшись). Прыжки вверх с разведением рук и ног в стороны; прыжки вверх толчком двумя ногами с приземлением в упор присев, прыжки с поворотами. Выполняют акробатическую комбинацию на результат.</p>	<ul style="list-style-type: none"> -- проверяет правильность выполнения домашнего задания. - формулирует цель урока, знакомит с планом урока; - проводит подводящий диалог для формулирования учениками целей урока; - контролирует выполнение работы; - устанавливает соответствие между поставленной целью урока и её результатом - выставляет оценки за урок с комментарием
3.4	<p>Модуль «Гимнастика». Упражнения на низком</p>	3	<p>https://resh.edu.ru https://uchebniksonline.ru/uchebniki/5-9klass/fizicheskaya-https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-5klass-matveev https://uchi.ru/teachers/lk/main http://www.sportreferats.narod.ru/sport.htm</p>	<p>Повторяют технику ранее разученных упражнений на гимнастическом бревне и гимнастикой скамейке. Разучивают новые упражнения на гимнастическом бревне (скамейке), равновесие на одной ноге, стойка на</p>	<ul style="list-style-type: none"> -- проверяет правильность выполнения домашнего задания. - формулирует цель урока, знакомит с планом урока;

	гимнастическом бревне		https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-5klass-matveev https://uchi.ru/teachers/lk/main http://www.sportreferats.narod.ru/sport.htm	<p>коленях и с отведением ноги назад, полу шпагат, элементы ритмической гимнастики, соскок прогнувшись. Составляют гимнастическую комбинацию из 8—10 хорошо освоенных упражнений и разучивают её. Контролируют технику выполнения упражнений другими учащимися, сравнивают их с образцами и выявляют возможные ошибки, предлагают способы их устранения (обучение в парах).</p>	<ul style="list-style-type: none"> - проводит подводящий диалог для формулирования учениками целей урока; - организует работу обучающихся по уточнению темы урока, постановке цели и задач урока и путей её достижения; - анализирует типичные ошибки и затруднения по изучаемой теме; - контролирует выполнение работы; - устанавливает соответствие между поставленной целью урока и её результатом - выставляет оценки за урок с комментарием;
3.5	<p>Модуль «Лёгкая атлетика». Бег на длинные дистанции с равномерной скоростью. Бег на короткие дистанции с максимальной скоростью.</p>	9	https://resh.edu.ru https://uchebniksonline.ru/uchebniki/5-9klass/fizicheskaya- https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-5klass-matveev https://uchi.ru/teachers/lk/main http://www.sportreferats.narod.ru/sport.htm	<p>Описывают технику выполнения беговых упражнений и бега. Контролируют технику выполнения беговых упражнений и бега другими учащимися, и сравнивают её с образцом и выявляют возможные ошибки, предлагают способы их устранения. Применяют б/у и бег для развития физических качеств. Взаимодействуют со сверстниками в процессе освоения новых беговых упражнений. Бег на длинные и короткие дистанции и особенности их выполнения. Высокий старт и техника его выполнения. Низкий старт и техника его выполнения. Легкоатлетические упражнения для развития силы мышц ног и темпа движений.</p>	<ul style="list-style-type: none"> -- проверяет правильность выполнения домашнего задания. - формулирует задачи урока; - организует групповую работу учащихся; - предъявляет задание для групповой работы. - предупреждение типичных ошибок; - организует представление результатов и самооценку деятельности каждого члена группы; - устанавливает соответствие между поставленной целью урока и её результатом - выставляет оценки за урок с комментарием;
3.6	<p>Модуль «Лёгкая атлетика». Метание малого (теннисного) мяча в вертикальную и горизонтальную неподвижную мишень. Метание малого мяча на дальность с трёх шагов.</p>	3	https://resh.edu.ru https://uchebniksonline.ru/uchebniki/5-9klass/fizicheskaya- https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-5klass-matveev https://uchi.ru/teachers/lk/main http://www.sportreferats.narod.ru/sport.htm	<p>Повторяют ранее разученные способы метания малого (теннисного) стоя на месте и с разбега, в неподвижную мишень и на дальность. Разучивают технику метания м/мяча в неподвижную горизонтальную мишень по фазам движения и в полной координации. Наблюдают и анализируют образец учителя, сравнивают с техникой ранее разученных способов метания, находят отличительные признаки. Разучивают технику броска м/ мяча в подвижную мишень, акцентируют внимание на технике выполнения выявленных отличительных признаков.</p>	<ul style="list-style-type: none"> -- проверяет правильность выполнения домашнего задания. - формулирует задачи урока; - организует групповую работу учащихся; - предъявляет задание для групповой работы. - предупреждение типичных ошибок; - организует деятельность учащихся по открытию нового знания, к побуждению к самостоятельной исследовательской деятельности; - устанавливает соответствие между поставленной целью урока и её результатом - выставляет оценки за урок с комментарием;

3.7	<p>Модуль «Лёгкая атлетика». Прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги»; прыжок в высоту с прямого разбега.</p>	4	<p>https://resh.edu.ru https://uchebniksonline.ru/uchebniki/5-9klass/fizicheskaya-https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-5klass-matveev https://uchi.ru/teachers/lk/main http://www.sportreferats.narod.ru/sport.htm</p>	<p>Повторяют ранее разученные способы прыжковых упражнений и прыжков с места, с разбега в длину способом «согнув ноги». Прыжок в высоту способом «перешагивание»; разучивают технику прыжка в длину, с разбега способом «согнув ноги», прыжок в высоту способом «перешагивание» по фазам движения и в полной координации; наблюдают и анализируют образец учителя, сравнивают с техникой прыжков, находят отличительные признаки. <input type="checkbox"/> разучивают технику прыжков акцентируют внимание на технике выполнения выявленных отличительных признаков; контролируют технику прыжков другими учащимися, выявляют возможные ошибки и предлагают способы их устранения (работа в группах). Выполняют прыжок в высоту и в длину с места на результат</p>	<p>-- проверяет правильность выполнения домашнего задания. - формулирует задачи урока; - организывает групповую работу учащихся; - предъявляет задание для групповой работы. - предупреждение типичных ошибок; - организывает деятельность учащихся по открытию нового знания, к побуждению к самостоятельной исследовательской деятельности; - организывает представление результатов и самооценку деятельности каждого члена группы; - устанавливает соответствие между поставленной целью урока и её результатом - выставляет оценки за урок с комментарием;</p>
3.8	<p>Модуль «Зимние виды спорта». Передвижения на лыжах попеременным двушажным ходом</p>	5	<p>https://resh.edu.ru https://uchebniksonline.ru/uchebniki/5-9klass/fizicheskaya-https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-5klass-matveev https://uchi.ru/teachers/lk/main http://www.sportreferats.narod.ru/sport.htm</p>	<p>Повторяют ранее разученные способы передвижения на лыжах. Наблюдают и анализируют образец техники передвижения попеременным двушажным ходом. Сравнивают с техникой ранее разученных способов лыжной ходьбы. Находят отличительные признаки и делают выводы. <input type="checkbox"/> Описывают технику передвижения на лыжах попеременным двушажным ходом, выделяют фазы движения и их технические трудности. разучивают технику передвижения на лыжах по фазам и в полной координации. Демонстрируют технику передвижения на лыжах по учебной дистанции. Выполняют бег на лыжах на результат.</p>	<p>-- проверяет правильность выполнения домашнего задания; - формулирует задачи урока; - организывает групповую работу учащихся; - предъявляет задание для групповой работы. - предупреждение типичных ошибок; - организывает деятельность учащихся по открытию нового знания; - выявляет пробелы и намечает пути их устранения; - организывает представление результатов и самооценку деятельности каждого члена группы; - выставляет оценки за урок с комментарием;</p>
3.9	<p>Модуль «Зимние виды спорта». Повороты на лыжах «переступанием» на месте и в движении</p>	1	<p>https://resh.edu.ru https://uchebniksonline.ru/uchebniki/5-9klass/fizicheskaya-https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-5klass-matveev</p>	<p>Повторяют ранее разученные способы поворота на лыжах. Наблюдают и анализируют образец техники поворота на лыжах «переступанием» на месте и в движении. Сравнивают с техникой ранее разученных способов. Находят отличительные признаки и делают выводы.</p>	<p>-- проверяет правильность выполнения домашнего задания; - формулирует задачи урока; - организывает групповую работу учащихся; - предъявляет задание для групповой работы. - предупреждение типичных ошибок;</p>

			https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-5klass-matveev https://uchi.ru/teachers/lk/main http://www.sportreferats.narod.ru/sport.htm	<p>Описывают технику поворота на лыжах «переступанием» на месте и в движении, выделяют фазы движения и их технические трудности. разучивают технику поворота на лыжах «переступанием» на месте и в движении в полной координации. Демонстрируют технику поворота на лыжах «переступанием» на месте и в движении. Выполняют контрольное упражнения повороты на лыжах «переступанием» на месте и в движении на результат.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - организывает деятельность учащихся по открытию нового знания; - выявляет пробелы и намечает пути их устранения; - организывает представление результатов и самооценку деятельности каждого члена группы; - выставляет оценки за урок с комментарием
3.10	<p>Модуль «Зимние виды спорта». Подъём по пологому склону способом «лестница», и спуск в основной стойке</p>	2	https://resh.edu.ru https://uchebniksonline.ru/uchebniki/5-9klass/fizicheskaya-https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-5klass-matveev https://uchi.ru/teachers/lk/main http://www.sportreferats.narod.ru/sport.htm	<p>Повторяют технику спусков, подъёмов и торможения с пологого склона. Наблюдают и анализируют образец техники спусков, подъёмов, поворотов, торможений, сравнивают с техникой ранее разученных способов, находят отличительные признаки и делают выводы. Описывают технику спусков, подъёмов, поворотов, торможений, выделяют фазы движения и их технические трудности. Разучивают технику спусков, подъёмов, поворотов, торможений, по фазам и в полной координации. Демонстрируют технику спусков, подъёмов, поворотов, торможений на результат.</p>	<ul style="list-style-type: none"> -- проверяет правильность выполнения домашнего задания; - формулирует задачи урока; - организывает групповую работу учащихся; - предъявляет задание для групповой работы. - предупреждение типичных ошибок; - организывает деятельность учащихся по открытию нового знания; - выявляет пробелы и намечает пути их устранения; - организывает представление результатов и самооценку деятельности каждого члена группы; - выставляет оценки за урок с комментарием
3.11	<p>Модуль «Зимние виды спорта». Преодоление небольших бугров и впадин при спуске с пологого склона.</p>	2	https://resh.edu.ru https://uchebniksonline.ru/uchebniki/5-9klass/fizicheskaya-https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-5klass-matveev https://uchi.ru/teachers/lk/main http://www.sportreferats.narod.ru/sport.htm	<p>Повторяют технику преодоления небольших бугров и впадин при спуске с пологого склона. Наблюдают и анализируют образец техники спусков, подъёмов, поворотов, торможений, сравнивают с техникой ранее разученных способов, находят отличительные признаки и делают выводы. Описывают технику преодоления спусков, подъёмов, поворотов, торможений, выделяют фазы движения и их технические трудности. Разучивают технику преодоления спусков, подъёмов, поворотов, торможений, по фазам и в полной координации.</p>	<ul style="list-style-type: none"> -- проверяет правильность выполнения домашнего задания; - формулирует задачи урока; - организывает групповую работу учащихся; - предъявляет задание для групповой работы. - предупреждение типичных ошибок; - выявляет пробелы и намечает пути их устранения; - устанавливает соответствие между поставленной целью урока и её результатом - выставляет оценки за урок с комментарием;

				Демонстрируют технику спусков, подъёмов, поворотов, торможений на результат.	
3.12	<p>Модуль «Спортивные игры. Баскетбол».</p> <p>Передачи и ловля мяча двумя руками от груди, на месте и в движении с отскоком от пола;</p>	2	<p>https://resh.edu.ru https://uchebniksonline.ru/uchebniki/5-9klass/fizicheskaya-https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-5klass-matveev https://uchi.ru/teachers/lk/main http://www.sportreferats.narod.ru/sport.htm</p>	Совершенствуют передачи одной и двумя руками различными способами и на разные расстояния. Выполняют передачи мяча двумя руками от груди, на месте и в движении с отскоком от пола. Разучивают технические действия игрока с мячом по элементам. Контролируют выполнение действий другими учащимися, анализируют их и определяют ошибки, дают рекомендации по их устранению. Организуют совместные занятия баскетболом. Изучают правила и играют с использованием разученных технических действий. Демонстрируют технику владения мячом.	<p>-- проверяет правильность выполнения домашнего задания;</p> <ul style="list-style-type: none"> - формулирует задачи урока; - организывает групповую работу учащихся; - предъявляет задание для групповой работы. - предупреждение типичных ошибок; - организывает деятельность учащихся по открытию нового знания, к побуждению к самостоятельной исследовательской деятельности; - выставляет оценки за урок с комментарием;
3.13	<p>Модуль «Спортивные игры. Баскетбол».</p> <p>Ведение мяча на месте и в движении «по прямой», «по кругу», и «змейкой»</p>	4	<p>https://resh.edu.ru https://uchebniksonline.ru/uchebniki/5-9klass/fizicheskaya-https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-5klass-matveev https://uchi.ru/teachers/lk/main http://www.sportreferats.narod.ru/sport.htm</p>	Совершенствуют ранее разученные технические приёмы и действия игры баскетбол. Знакомятся с образцами технических действий игрока с мячом. Ведение мяча на месте и в движении «по прямой», «по кругу», и «змейкой» Прыжок вверх толчком одной и приземление на другую, остановка двумя шагами, остановка прыжком, повороты на месте. Анализируют выполнение технических действий с мячом, выделяют их трудные элементы и акцентируют внимание на их выполнении. Разучивают технические действия игрока с мячом по элементам и в полной координации. Организуют совместные занятия баскетболом. Изучают правила и играют с использованием разученных технических действий. Демонстрируют технику владения мячом.	<p>-- проверяет правильность выполнения домашнего задания;</p> <ul style="list-style-type: none"> - организует работу докладчиков; - формулирует задачи урока; - организывает групповую работу учащихся; - предъявляет задание для групповой работы. - предупреждение типичных ошибок; - организывает деятельность учащихся по открытию нового знания, к побуждению к самостоятельной исследовательской деятельности; - выявляет пробелы и намечает пути их устранения; - устанавливает соответствие между поставленной целью урока и её результатом - выставляет оценки за урок с комментарием;
3.14	<p>Модуль «Спортивные игры. Баскетбол».</p> <p>Броски мяча в корзину двумя</p>	1	<p>https://resh.edu.ru https://uchebniksonline.ru/uchebniki/5-9klass/fizicheskaya-</p>	Совершенствуют броски мяча в корзину двумя руками от груди. Выполняют броски мяча в корзину двумя руками от груди с места, на разные расстояния. Разучивают технические действия броска мяча в корзину двумя руками от	<p>-- проверяет правильность выполнения домашнего задания;</p> <ul style="list-style-type: none"> - формулирует задачи урока; - организывает групповую работу учащихся;

Документ подписан электронной подписью.

	руками от груди с места. Ранее изученные технические действия с мячом		https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-5klass-matveev https://uchi.ru/teachers/lk/main http://www.sportreferats.narod.ru/sport.htm	груди с места по элементам и в полной координации. Контролируют выполнение технических действий другими учащимися. Организуют совместные занятия баскетболом. Изучают правила техники броска и играют с использованием разученных технических действий.	- предъявляет задание для групповой работы. - предупреждение типичных ошибок; - выявляет пробелы и намечает пути их устранения; - устанавливает соответствие между поставленной целью урока и её результатом - выставляет оценки за урок с комментарием;
3.15	Модуль «Спортивные игры. Волейбол». Прямая нижняя подача мяча. Приёмы и передачи мяча двумя руками сверху и снизу на месте и в движении.	1	https://uchebniksonline.ru/uchebniki/5-9klass/fizicheskaya-kultura-5klass-matveev https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-5klass-matveev https://uchi.ru/teachers/lk/main http://www.sportreferats.narod.ru/sport.htm	Знакомятся с рекомендациями учителя по использованию подводящих упражнений для самостоятельного обучения техническим действиям волейболиста без мяча и с мячом. Наблюдают и анализируют образец техники выполнения упражнений с мячом. Учатся выполнять подачи способом «снизу» Описывают выполнение упражнений, выделяют фазы техники и их технические трудности. Разучивают технику выполнения упражнений с мячом по фазам и в полной координации. Демонстрируют технику подач.	-- проверяет правильность выполнения домашнего задания; - формулирует задачи урока; - организывает групповую работу учащихся; - предъявляет задание для групповой работы. - предупреждение типичных ошибок; - устанавливает соответствие между поставленной целью урока и её результатом - выставляет оценки за урок с комментарием;
3.16	Модуль «Спортивные игры. Волейбол». Ранее изученные технические приёмы Правила игры	3	https://uchebniksonline.ru/uchebniki/5-9klass/fizicheskaya-kultura-5klass-matveev https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-5klass-matveev https://uchi.ru/teachers/lk/main http://www.sportreferats.narod.ru/sport.htm	Совершенствуют ранее разученные технические приёмы и действия игры волейбол. Знакомятся с образцами технических действий игрока: прыжок вверх толчком одной и приземление на две остановки прыжком, повороты и перемещения на месте. Анализируют выполнение технических действий с мячом, выделяют их трудные элементы и акцентируют внимание на их выполнении. Разучивают технические действия игрока с мячом по элементам и в полной координации. Демонстрируют технику владения мячом	-- проверяет правильность выполнения домашнего задания; - организует работу докладчиков; - формулирует задачи урока; - организывает групповую работу учащихся; - предъявляет задание для групповой работы. - предупреждение типичных ошибок; - выявляет пробелы и намечает пути их устранения; - устанавливает соответствие между поставленной целью урока и её результатом - выставляет оценки за урок с комментарием.
3.17	Модуль «Спортивные игры. Футбол». Удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы с небольшого	3	https://resh.edu.ru https://uchebniksonline.ru/uchebniki/5-9klass/fizicheskaya-kultura-5klass-matveev https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-5klass-matveev	Совершенствуют ранее разученные технические приёмы и действия игры футбол. Знакомятся с образцами технических действий игрока без мяча (передвижения в стойке футболиста). Передвижения, ведение мяча шагом, бегом, змейкой, с обводкой стоек. Удар внутренней стороной стопы. Остановка катящегося мяча и	-- проверяет правильность выполнения домашнего задания; - организует работу докладчиков; - формулирует задачи урока; - организывает групповую работу учащихся; - предъявляет задание для групповой работы. - предупреждение типичных ошибок;

	разбега, остановка катящегося мяча способом «наступания», ведение мяча «по прямой», «по кругу» и «змейкой»; обводка мячом ориентиров. Правила игры и п/игры.		https://uchi.ru/teachers/lk/main http://www.sportreferats.narod.ru/sport.htm	его передачи на разные расстояния. Анализируют выполнение технических действий без мяча и с мячом, выделяют их трудные элементы и акцентируют внимание на их выполнении. Разучивают технические действия по элементам и в полной координации. Организуют совместные занятия футболом. Контролируют выполнение технических действий другими учащимися, анализируют их и определяют ошибки. Демонстрируют технику владения мячом.	- организует деятельность учащихся по открытию нового знания, к побуждению к самостоятельной исследовательской деятельности; - выявляет пробелы и намечает пути их устранения; - организует представление результатов и самооценку деятельности каждого члена группы; - устанавливает соответствие между поставленной целью урока и её результатом
3.18	Модуль «Спортивные игры. Футбол». Остановка катящегося мяча способом «наступление»	1	https://resh.edu.ru https://uchebniksonline.ru/uchebniki/5-9klass/fizicheskaya-https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-5klass-matveev https://uchi.ru/teachers/lk/main http://www.sportreferats.narod.ru/sport.htm	Совершенствуют ранее технические приёмы и действия игры футбол. Знакомятся с образцами технических действий: остановка катящегося мяча способом «наступление». Остановка катящегося мяча способом «наступление». Анализируют выполнение технических действий с мячом, выделяют их трудные элементы и акцентируют внимание на их выполнении. Разучивают технические действия по элементам и в полной координации. Организуют совместные занятия футболом.	-- проверяет правильность выполнения домашнего задания; - формулирует задачи урока; - организует групповую работу учащихся; - предъявляет задание для групповой работы. - предупреждение типичных ошибок; - выявляет пробелы и намечает пути их устранения; - устанавливает соответствие между поставленной целью урока и её результатом - выставляет оценки за урок с комментарием;
3.19	Модуль «Спортивные игры. Футбол». Ведение мяча «по прямой», «по кругу» и «змейкой». Обводка ориентиров. Правила футбола.		https://resh.edu.ru https://uchebniksonline.ru/uchebniki/5-9klass/fizicheskaya-https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-5klass-matveev https://uchi.ru/teachers/lk/main http://www.sportreferats.narod.ru/sport.htm	Совершенствуют ранее технические приёмы и действия игры футбол. Передвижения, ведение мяча шагом, бегом, змейкой, с обводкой стоек. Анализируют выполнение технических действий без мяча и с мячом, выделяют их трудные элементы и акцентируют внимание на их выполнении. Разучивают технические действия по элементам и в полной координации. Организуют совместные занятия футболом. Демонстрируют технику владения мячом. Рассматривают занятия футболом и его положительное влияние на улучшение, и укрепление здоровья.	- организует работу докладчиков; - формулирует задачи урока; - организует групповую работу учащихся; - организует деятельность учащихся по открытию нового знания, к побуждению к самостоятельной исследовательской деятельности; - устанавливает соответствие между поставленной целью урока и её результатом - выставляет оценки за урок с комментарием;
Раздел 4. СПОРТ (10ч.)					
4.1	Физическая подготовка.	10	https://resh.edu.ru	Осваивают содержания примерных модульных программ по физической культуре или рабочей	- формулирует задачи ГТО;

Документ подписан электронной подписью.

	Освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО		https://uchi.ru/teachers/lk/main https://www.gto.ru	программы базовой физической подготовки. Демонстрируют приросты в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО;	- организует работу учащихся по выполнению норм ГТО; - знакомит с критериями оценивания результатов ГТО; - организывает групповую работу учащихся по сдаче норм ГТО; - организывает представление результатов по сдаче норм ГТО и самооценку деятельности каждого члена группы; - дает рекомендации по улучшению прироста результатов в выполнении норм ГТО.
Общее количество часов по программе		68			

Тематическое планирование 6 класс (68 ч)

№ п/п	Тема	Количество академических часов отводимых на освоение темы	ЭОР и ЦОР	Виды деятельности обучающихся	Виды деятельности учителя, с учётом рабочей программы воспитания
Раздел 1. ЗНАНИЯ О ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ (1 ч.)					
1.1	Возрождение Олимпийских игр. Символика и ритуалы первых Олимпийских игр. Роль Пьера де Кубертена в их становлении и развитии. История организации и проведение первых Олимпийских игр современности.	1	https://resh.edu.ru https://uchebniksonline.ru/uchebniki/5-9klass/fizicheskaya-7klass-matveev https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-6-7klass-matveev https://uchi.ru/teachers/lk/main http://www.sportreferats.narod.ru/sport.htm	Обсуждают исторические предпосылки возрождения Олимпийских игр и олимпийского движения. Знакомятся с личностью Пьера де Кубертена, характеризуют его как основателя идеи возрождения Олимпийских игр. Анализируют смысл девиза Олимпийских игр и их символику. Знакомятся с историей организации и проведения первых Олимпийских игр современности в Афинах. Узнают о первых олимпийских чемпионах. Раскрывают содержание основных принципов олимпийского движения, определяют их роль и значение в	- проверяет готовность учащихся к уроку; - создаёт условия для включения учащихся в учебный процесс; - создает эмоциональный настрой на работу на уроке; - формулирует задачи урока; - организывает внимание и дает пояснение по работе с оценочным листом; - формирует интерес к работе спортивных секций и клубов; - конкретизирует требования по отдельным разделам и темам;

	Первые олимпийские чемпионы.			организации и проведении современных спортивных соревнований	- учит задавать вопросы по организации спортивных соревнований и делать выводы о возможном участии в них.
Раздел 2. СПОСОБЫ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ (1ч.)					
2.1	Ведение дневника физической культуры. Физическая подготовка и её влияние на развитие систем организма, связь с укреплением здоровья..	1	https://resh.edu.ru https://uchebniksonline.ru/uchebniki/5-9klass/fizicheskaya-https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-6-7klass-matveev https://uchi.ru/teachers/lk/main http://www.sportreferats.narod.ru/sport.htm	Знакомятся с правилами составления и заполнения основных разделов дневника физической культуры. Заполняют дневник физической культуры в течение учебного года. Узнают, что такое «физическая подготовка», рассматривают его содержательное наполнение (физические качества), осмысливают физическую подготовленность как результат физической подготовки. Устанавливают причинно-следственную связь между физической подготовкой и укреплением организм;	- проверяет правильность выполнения домашнего задания. - формулирует задачи урока; - организует работу докладчиков; - организывает погружение в проблему развития физических качеств; - конкретизирует требования по отдельным разделам и темам; - организывает обсуждение с учащимися возникшего затруднения .
2.2	Правила развития физических качеств Определение индивидуальной физической нагрузки. Правила измерительных процедур по оценке физической подготовленности. Правила техники выполнения тестовых заданий и способы их регистрации.	1	https://resh.edu.ru https://uchebniksonline.ru/uchebniki/5-9klass/fizicheskaya-https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-6-7klass-matveev https://uchi.ru/teachers/lk/main http://www.sportreferats.narod.ru/sport.htm	Проводят тестирование индивидуальных показателей физической подготовленности, и сравнивают их с возрастными стандартами. Выявляют «отстающие» в своём развитии физические качества и определяют состав упражнений для их целенаправленного развития. Знакомятся со структурой плана занятий физической подготовкой, обсуждают целесообразность выделения его основных частей, необходимость соблюдения их последовательности. Знакомятся с правилами и способами расчета объёма времени для каждой части занятия и их учебным содержанием. Разучивают способы самостоятельного составления содержания плана занятий физической подготовкой на основе результатов индивидуального тестирования. Учатся составлять план самостоятельных занятий физической подготовкой, рассматривают способы его составления.	-- проверяет правильность выполнения домашнего задания. - организует работу докладчиков; - формулирует задачи урока; - актуализирует опыт учащихся, подготавливает к изучению нового материала; - обеспечивает мотивацию к изучению материала необходимого для «открытия нового знания»; - организует деятельность по выполнению пробного учебного действия, фиксирует затруднения; - организует самопроверку учащимися своих работ по эталону с фиксацией результатов (без исправления ошибок);
2.3	Правила и способы составления плана самостоятельных занятий физической подготовкой	В процессе урока			

Раздел 3. ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ (56ч.)					
3.1	<p>Модуль «Гимнастика». Акробатическая комбинация из общеразвивающих и сложно координированных упражнений</p>	7	<p>https://resh.edu.ru https://uchebniksonline.ru/uchebniki/5-9klass/fizicheskaya-https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-6-7klass-matveev https://uchi.ru/teachers/lk/main http://www.sportreferats.narod.ru/sport.htm</p>	<p>Повторяют ранее разученные акробатические упражнения и комбинации; разучивают стилизованные комбинация из общеразвивающих и сложно координированных упражнений, выполняемые с различной амплитудой движения, ритмом и темпом (выпрыгивание из упора присев, прогнувшись; прыжки вверх с разведением рук и ног в стороны; прыжки вверх толчком двумя ногами с приземлением в упор присев, прыжки с поворотами и элементами ритмической гимнастики).</p>	<ul style="list-style-type: none"> - организует работу докладчиков; - формулирует задачи урока; - организывает групповую работу учащихся; - предъявляет задание для групповой работы. - предупреждение типичных ошибок; - организывает деятельность учащихся по открытию нового знания, к побуждению к самостоятельной исследовательской деятельности; - контролирует выполнение работы; - выставляет оценки за урок с комментарием;
3.2	<p>Модуль «Гимнастика». Комбинации из стилизованных ОРУ из сложно-координированных упражнений ритмической гимнастики. Танцевальные движения.</p>	2	<p>https://resh.edu.ru https://uchebniksonline.ru/uchebniki/5-9klass/fizicheskaya-https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-6-7klass-matveev https://uchi.ru/teachers/lk/main http://www.sportreferats.narod.ru/sport.htm</p>	<p>Повторяют ранее разученные комбинации стилизованных ОРУ из сложно-координированных упражнений ритмической гимнастики. Танцевальные движения. Разучивают стилизованные комбинация из общеразвивающих и сложно координированных упражнений. Разучивают способы самостоятельного составления сложно-координированных комбинаций. Учатся выполнять танцевальные движения из ранее изученных танцев.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - организует работу докладчиков; - формулирует задачи урока; - организывает групповую работу учащихся; - предъявляет задание для групповой работы. - предупреждение типичных ошибок; - организывает деятельность учащихся по открытию нового знания, к побуждению к самостоятельной исследовательской деятельности; - контролирует выполнение работы; - выставляет оценки за урок с комментарием;
3.3	<p>Модуль «Гимнастика». Упражнения на низком гимнастическом бревне с использованием стилизованных ОРУ. Передвижение шагом и лёгким бегом, повороты с разнообразными движениями рук.</p>	2	<p>https://resh.edu.ru https://uchebniksonline.ru/uchebniki/5-9klass/fizicheskaya-https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-6-7klass-matveev https://uchi.ru/teachers/lk/main http://www.sportreferats.narod.ru/sport.htm</p>	<p>Повторяют технику ранее разученных упражнений на гимнастическом бревне и гимнастикой скамейке. Разучивают упражнений на гимнастическом бревне (равновесие на одной ноге, стойка на коленях и с отведением ноги назад, полу шпагат, элементы ритмической гимнастики, соскок прогнувшись). Составляют гимнастическую комбинацию из 8—10 хорошо освоенных упражнений и разучивают её. Учатся передвигаться по бревну шагом и лёгким бегом, выполнять повороты с разнообразными движениями рук и статические упражнения в полной координации</p>	<ul style="list-style-type: none"> - организует работу докладчиков; - формулирует задачи урока; - организывает групповую работу учащихся; - предъявляет задание для групповой работы. - предупреждение типичных ошибок; - организывает деятельность учащихся по открытию нового знания, к побуждению к самостоятельной исследовательской деятельности; - контролирует выполнение работы; - выставляет оценки за урок с комментарием;

3.4	<p>Модуль «Гимнастика». Упражнения на невысокой гимнастической перекладине, висы и упоры на невысокой гимнастической перекладине</p>	2	<p>https://resh.edu.ru https://uchebniksonline.ru/uchebniki/5-9klass/fizicheskaya-https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-6-7klass-matveev https://uchi.ru/teachers/lk/main http://www.sportreferats.narod.ru/sport.htm</p>	<p>Повторяют технику ранее разученных упражнений на гимнастической перекладине. Наблюдают и анализируют образец техники перемаха одной ногой вперёд и назад, определяют технические сложности в их исполнении, делают выводы. Описывают технику выполнения перемаха одной ногой вперёд и назад и разучивают её. Контролируют технику выполнения упражнения другими учащимися, сравнивают её с образцом и выявляют возможные ошибки, предлагают способы их устранения (обучение в группах);</p>	<p>-- проверяет правильность выполнения домашнего задания. - формулирует цель урока, знакомит с планом урока; - проводит подводящий диалог для формулирования учениками целей урока; - анализирует типичные ошибки и затруднения по изучаемой теме; - контролирует выполнение работы; - устанавливает соответствие между поставленной целью урока и её результатом - выставляет оценки за урок с комментарием</p>
3.5	<p>Модуль «Гимнастика». Лазание по канату в три приёма</p>	1	<p>https://resh.edu.ru https://uchebniksonline.ru/uchebniki/5-9klass/fizicheskaya-https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-6-7klass-matveev https://uchi.ru/teachers/lk/main http://www.sportreferats.narod.ru/sport.htm</p>	<p>Повторяют ранее разученные способы лазания по канату. Разучивают лазание по канату в три приёма. Описывают технику лазания по канату в три приёма. Контролируют технику выполнения упражнения другими учащимися, сравнивают её с образцом и выявляют возможные ошибки, предлагают способы их устранения (обучение в группах). Демонстрируют правильность выполнения лазание по канату в три приёма</p>	<p>-- проверяет правильность выполнения домашнего задания. - формулирует цель урока, знакомит с планом урока; - организует работу обучающихся по уточнению темы урока, постановке цели и задач урока и путей её достижения; - анализирует типичные ошибки и затруднения по изучаемой теме; - контролирует выполнение работы; - выставляет оценки за урок с комментарием;</p>
3.6	<p>Модуль «Лёгкая атлетика». Спринтерский и гладкий бег. Старты с опорой на одну руку</p>	9	<p>https://resh.edu.ru https://uchebniksonline.ru/uchebniki/5-9klass/fizicheskaya-https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-6-7klass-matveev https://uchi.ru/teachers/lk/main http://www.sportreferats.narod.ru/sport.htm</p>	<p>Наблюдают и анализируют образец техники старта с опорой на одну руку, уточняют её фазы и элементы, делают выводы. Описывают технику выполнения старта с опорой на одну руку и разучивают её в единстве с последующим ускорением. Контролируют технику выполнения старта другими учащимися, выявляют возможные ошибки. Наблюдают и анализируют образец техники спринтерского бега, уточняют её фазы и элементы, делают выводы. Описывают технику спринтерского бега, разучивают её по фазам и в полной координации. Описывают технику</p>	<p>-- проверяет правильность выполнения домашнего задания. - формулирует цель урока, знакомит с планом урока; - проводит подводящий диалог для формулирования учениками целей урока; - организует работу обучающихся по уточнению темы урока, постановке цели и задач урока и путей её достижения; - анализирует типичные ошибки и затруднения по изучаемой теме; - контролирует выполнение работы; - устанавливает соответствие между поставленной целью урока и её результатом</p>

				гладкого равномерного бега, и бега на средние дистанции.	- выставляет оценки за урок с комментарием;
3.7	Модуль «Лёгкая атлетика». Метание малого (теннисного) мяча в подвижную (раскачивающуюся) мишень.	3	https://resh.edu.ru https://uchebniksonline.ru/uchebniki/5-9klass/fizicheskaya-https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-6-7klass-matveev https://uchi.ru/teachers/lk/main http://www.sportreferats.narod.ru/sport.htm	Повторяют ранее разученные способы метания малого (теннисного) стоя на месте, и с разбега, в неподвижную мишень и на дальность. Наблюдают и анализируют образец учителя, сравнивают с техникой ранее разученных способов метания, находят отличительные признаки. Разучивают технику броска малого мяча в подвижную мишень, акцентируют внимание на технике выполнения выявленных отличительных признаков. Контролируют технику метания малого мяча другими учащимися, выявляют возможные ошибки. Демонстрируют метание т/ мяча на результат	- организует работу докладчиков; - формулирует задачи урока; - организывает групповую работу учащихся; - организывает деятельность учащихся по открытию нового знания, к побуждению к самостоятельной исследовательской деятельности; - устанавливает соответствие между поставленной целью урока и её результатом - выставляет оценки за урок с комментарием;
3.8	Модуль «Лёгкая атлетика». Прыжок в высоту способом «перешагивание». Ранее изученные прыжковые упражнения в длину и в высоту, напрыгивание и спрыгивания.	4	https://resh.edu.ru https://uchebniksonline.ru/uchebniki/5-9klass/fizicheskaya-https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-6-7klass-matveev https://uchi.ru/teachers/lk/main http://www.sportreferats.narod.ru/sport.htm	Повторяют ранее разученные способы прыжковых упражнений и прыжков с места, с разбега в длину способом «согнув ноги». Прыжок к в высоту способом «перешагивание». Повторяют технику прыжка в длину, с разбега способом «согнув ноги», прыжок в высоту способом «перешагивание» по фазам движения и в полной координации. Контролируют технику прыжков другими учащимися, выявляют возможные ошибки (работа в группах). Выполняют прыжок в высоту и в длину с места на результат.	-- проверяет правильность выполнения домашнего задания. - формулирует задачи урока; - организывает групповую работу учащихся; - предъявляет задание для групповой работы. - предупреждение типичных ошибок; - организывает представление результатов и самооценку деятельности каждого члена группы; - устанавливает соответствие между поставленной целью урока и её результатом - выставляет оценки за урок с комментарием;
3.9	Модуль «Зимние виды спорта». Передвижение одновременным одношажным ходом	6	https://resh.edu.ru https://uchebniksonline.ru/uchebniki/5-9klass/fizicheskaya-https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-6-7klass-matveev https://uchi.ru/teachers/lk/main http://www.sportreferats.narod.ru/sport.htm	Повторяют ранее разученные способы передвижения на лыжах. Повторяют технику спусков, подъёмов и торможения с пологого склона. Наблюдают и анализируют образец техники одновременного одношажного хода., сравнивают с техникой ранее разученных способов ходьбы, находят отличительные признаки и делают выводы. Описывают технику передвижения на лыжах одновременным одношажным ходом. Выделяют фазы движения, и их технические трудности.	-- проверяет правильность выполнения домашнего задания. - формулирует задачи урока; - организывает групповую работу учащихся; - предъявляет задание для групповой работы. - предупреждение типичных ошибок; - организывает деятельность учащихся по открытию нового знания, к побуждению к самостоятельной исследовательской деятельности; - организывает представление результатов и

				Разучивают технику передвижения на лыжах одновременным одношажным ходом по фазам и в полной координации. Контролируют технику передвижения на лыжах другими учащимися, выявляют возможные (работа в парах). Демонстрируют технику передвижения на лыжах по учебной дистанции.	самооценку деятельности каждого члена группы; - устанавливает соответствие между поставленной целью урока и её результатом - выставляет оценки за урок с комментарием;
3.10	Модуль «Зимние виды спорта». Преодоление небольших трамплинов при спуске с пологого склона в низкой стойке	3	https://resh.edu.ru https://uchebniksonline.ru/uchebniki/5-9klass/fizicheskaya-7klass-matveev https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-6-7klass-matveev https://uchi.ru/teachers/lk/main http://www.sportreferats.narod.ru/sport.htm	Разучивают технику преодоления небольших препятствий, акцентируют внимание на выполнении технических элементов. Контролируют технику преодоления препятствий другими учащимися, выявляют возможные ошибки и предлагают способы их устранения (работа в группах). Повторяют технику спусков, подъёмов и торможения с пологого склона. Описывают технику спусков, подъёмов, поворотов, торможений, выделяют фазы движения и их технические трудности. Контролируют технику спусков, подъёмов, поворотов, торможений, другими учащимися, выявляют возможные ошибки и предлагают способы их устранения. Демонстрируют технику спусков, подъёмов, поворотов, торможений на результат.	-- проверяет правильность выполнения домашнего задания; - формулирует задачи урока; - организывает групповую работу учащихся; - предъявляет задание для групповой работы. - предупреждение типичных ошибок; - организывает деятельность учащихся по открытию нового знания, к побуждению к самостоятельной исследовательской деятельности; - выявляет пробелы и намечает пути их устранения; - организывает представление результатов и самооценку деятельности каждого члена группы; - устанавливает соответствие между поставленной целью урока и её результатом; - выставляет оценки за урок с комментарием;
3.11	Модуль «Зимние виды спорта». Повороты, спуски, торможение.	1	https://resh.edu.ru https://uchebniksonline.ru/uchebniki/5-9klass/fizicheskaya-5klass-matveev https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-5klass-matveev https://uchi.ru/teachers/lk/main http://www.sportreferats.narod.ru/sport.htm	Повторяют ранее разученные способы поворотов, спусков, торможений на лыжах. Сравнивают с техникой ранее разученных способов. Находят отличительные признаки и делают выводы. Контролируют технику спусков, подъёмов, поворотов, торможений, другими учащимися, выявляют возможные ошибки и предлагают способы их устранения. Демонстрируют технику поворотов, спусков и торможений на лыжах	-- проверяет правильность выполнения домашнего задания; - формулирует задачи урока; - организывает групповую работу учащихся; - предъявляет задание для групповой работы. - предупреждение типичных ошибок; - выявляет пробелы и намечает пути их устранения; - выставляет оценки за урок с комментарием
3.12	Модуль «Спортивные игры».	2	https://resh.edu.ru	Совершенствуют ранее разученные технические действия игры баскетбол. Знакомятся с	-- проверяет правильность выполнения домашнего задания;

	Баскетбол ». Технические действия игрока без мяча: передвижения, стойки баскетболиста, прыжки вверх, остановки шагами и прыжком.		https://uchebniksonline.ru/uchebniki/5-9klass/fizicheskaya-https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-6-7klass-matveev https://uchi.ru/teachers/lk/main http://www.sportreferats.narod.ru/sport.htm	образцами технических действий игрока без мяча (передвижения в стойке баскетболиста, прыжок вверх толчком одной и приземление на другую, остановка двумя шагами, остановка прыжком, повороты на месте). Анализируют выполнение технических действий без мяча, выделяют их трудные элементы и акцентируют внимание на их выполнении. Разучивают технические действия игрока без мяча по элементам и в полной координации. Прыжок вверх толчком одной и приземление на другую, остановка двумя шагами, остановка прыжком, повороты на месте. Изучают правила и играют с использованием разученных технических действий.	<ul style="list-style-type: none"> - формулирует задачи урока; - организывает групповую работу учащихся; - предъявляет задание для групповой работы. - предупреждение типичных ошибок; - организывает деятельность учащихся по открытию нового знания, к побуждению к самостоятельной исследовательской деятельности; - выявляет пробелы и намечает пути их устранения; - устанавливает соответствие между поставленной целью урока и её результатом - выставляет оценки за урок с комментарием;
3.13	Модуль «Спортивные игры. Баскетбол». Ведение мяча в различных направлениях, по разной траектории.	3	https://resh.edu.ru https://uchebniksonline.ru/uchebniki/5-9klass/fizicheskaya-https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-5klass-matveev https://uchi.ru/teachers/lk/main http://www.sportreferats.narod.ru/sport.htm	Совершенствуют ранее разученные технические приёмы и действия игры баскетбол. Знакомятся с образцами технических действий игрока с мячом. Ведение мяча на месте и в движении «по прямой», «по кругу», и «змейкой», с разной скоростью и в различных направлениях. Анализируют выполнение технических действий с мячом, выделяют их трудные элементы и акцентируют внимание на их выполнении. Разучивают технические действия игрока с мячом по элементам и в полной координации. Организуют совместные занятия баскетболом. Изучают правила и играют с использованием разученных технических действий. Демонстрируют технику владения мячом.	<ul style="list-style-type: none"> -- проверяет правильность выполнения домашнего задания; - организует работу докладчиков; - формулирует задачи урока; - организывает групповую работу учащихся; - предъявляет задание для групповой работы. - предупреждение типичных ошибок; - организывает деятельность учащихся по открытию нового знания, к побуждению к самостоятельной исследовательской деятельности; - выявляет пробелы и намечает пути их устранения; - устанавливает соответствие между поставленной целью урока и её результатом - выставляет оценки за урок с комментарием;
3.14	Модуль «Спортивные игры. Баскетбол». Передачи и броски мяча в корзину	3	https://resh.edu.ru https://uchebniksonline.ru/uchebniki/5-9klass/fizicheskaya-https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-5klass-matveev	Совершенствуют броски мяча в корзину двумя руками от груди. Выполняют броски мяча в корзину двумя руками от груди с места, на разные расстояния. Разучивают технические действия броска мяча в корзину двумя руками от груди с места по элементам и в полной координации. Контролируют выполнение	<ul style="list-style-type: none"> -- проверяет правильность выполнения домашнего задания; - формулирует задачи урока; - организывает групповую работу учащихся; - предъявляет задание для групповой работы. - предупреждение типичных ошибок;

			https://uchi.ru/teachers/lk/main http://www.sportreferats.narod.ru/sport.htm	<p>технических действий другими учащимися. Организуют совместные занятия баскетболом. Изучают правила техники броска и играют с использованием разученных технических действий.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - выявляет пробелы и намечает пути их устранения; - устанавливает соответствие между поставленной целью урока и её результатом - выставляет оценки за урок с комментарием;
3.15	<p>Модуль «Спортивные игры. Волейбол». Игровые действия в волейболе. Приёмы и передачи мяча снизу в разные зоны.</p>	2	https://resh.edu.ru https://uchebniksonline.ru/uchebniki/5-9klass/fizicheskaya-https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-6-7klass-matveev https://uchi.ru/teachers/lk/main http://www.sportreferats.narod.ru/sport.htm	<p>Совершенствуют технику ранее разученных технических действий игры волейбол. Разучивают и совершенствуют передачу мяча двумя руками снизу и сверху в разные зоны площадки соперника. Разучивают правила игры в волейбол и знакомятся с игровыми действиями в нападении и защите. Играют в волейбол по правилам с использованием разученных технических действий.</p>	<ul style="list-style-type: none"> -- проверяет правильность выполнения домашнего задания; - организует работу докладчиков; - формулирует задачи урока; - организывает групповую работу учащихся; - предъявляет задание для групповой работы. - предупреждение типичных ошибок; - устанавливает соответствие между поставленной целью урока и её результатом - выставляет оценки за урок с комментарием;
3.16	<p>Модуль «Спортивные игры. Волейбол». Правила игры и игровая деятельность по правилам.</p>	2	https://resh.edu.ru https://uchebniksonline.ru/uchebniki/5-9klass/fizicheskaya-https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-6-7klass-matveev https://uchi.ru/teachers/lk/main http://www.sportreferats.narod.ru/sport.htm	<p>Изучают правила игры в волейбол. Совершенствуют технику ранее разученных технических элементов игры волейбол. Играют в волейбол по правилам с использованием разученных технических действий. Контролируют выполнение технических действий другими учащимися. Организуют совместные занятия волейболом.</p>	<ul style="list-style-type: none"> -- проверяет правильность выполнения домашнего задания; - формулирует задачи урока; - организывает групповую работу учащихся; - предъявляет задание для групповой работы. - предупреждение типичных ошибок; - выявляет пробелы и намечает пути их устранения; - устанавливает соответствие между поставленной целью урока и её результатом - выставляет оценки за урок с комментарием;
3.17	<p>Модуль «Спортивные игры. Футбол». Удар по катящемуся мячу с разбега</p>	2	https://resh.edu.ru https://uchebniksonline.ru/uchebniki/5-9klass/fizicheskaya-https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-6-7klass-matveev https://uchi.ru/teachers/lk/main http://www.sportreferats.narod.ru/sport.htm	<p>Совершенствуют технику ранее разученных технических действий игры футбол. Знакомятся с образцом удара по катящемуся мячу с разбега, демонстрируемого учителем, выделяют его фазы и технические элементы. Описывают технику удара по катящемуся мячу с разбега и сравнивают её с техникой удара по неподвижному мячу, выявляют имеющиеся различия, делают выводы по способам обучения. Разучивают технику удара по катящемуся мячу с разбега по фазам и в полной координации.</p>	<ul style="list-style-type: none"> -- проверяет правильность выполнения домашнего задания; - формулирует задачи урока; - организывает групповую работу учащихся; - предъявляет задание для групповой работы. - предупреждение типичных ошибок; - выявляет пробелы и намечает пути их устранения; - организывает представление результатов и самооценку деятельности каждого члена группы;

Документ подписан электронной подписью.

				Совершенствуют технику передачи катящегося мяча на разные расстояния и направления.	- выставляет оценки за урок с комментарием;
3.18	Модуль «Спортивные игры. Футбол». Правила игры и игровая деятельность по правилам.	2	https://resh.edu.ru https://uchebniksonline.ru/uchebniki/5-9klass/fizicheskaya-https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-6-7klass-matveev https://uchi.ru/teachers/lk/main http://www.sportreferats.narod.ru/sport.htm	Изучают правила игры в футбол. Совершенствуют технику ранее разученных технических элементов игры футбол. Играют в футбол по правилам с использованием разученных технических действий. Контролируют выполнение технических действий другими учащимися. Организуют совместные занятия футболом.	-- проверяет правильность выполнения домашнего задания; - формулирует задачи урока; - организывает групповую работу учащихся; - предъявляет задание для групповой работы. - предупреждение типичных ошибок; - выявляет пробелы и намечает пути их устранения; - устанавливает соответствие между поставленной целью урока и её результатом - выставляет оценки за урок с комментарием;
Раздел 4. СПОРТ (10ч.)					
4.1	Физическая подготовка. Освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО	10	https://resh.edu.ru https://uchi.ru/teachers/lk/main https://www.gto.ru	Осваивают содержания примерных модульных программ по физической культуре или рабочей программы базовой физической подготовки. Демонстрируют приросты в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО;	- формулирует задачи ГТО; - организует работу учащихся по выполнению норм ГТО; - знакомит с критериями оценивания результатов ГТО; - организывает групповую работу учащихся по сдаче норм ГТО; - организывает представление результатов по сдаче норм ГТО и самооценку деятельности каждого члена группы; - дает рекомендации по улучшению прироста результатов в выполнении норм ГТО.
Общее количество часов по программе		68			

**Тематическое планирование
7 класс (68 ч)**

Документ подписан электронной подписью.

№ п/п	Тема	Количество академических часов отводимых на освоение темы	ЭОР и ЦОР	Виды деятельности обучающихся	Виды деятельности учителя, с учётом рабочей программы воспитания
Раздел 1. ЗНАНИЯ О ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ (1 ч.)					
1.1	Зарождение олимпийского движения в России до революции, роль А.Д. Бутовского в развитии отечественной системы физического воспитания, характеристика основных этапов развития.	1	https://resh.edu.ru https://uchebniksonline.ru/uchebniki/5-9klass/fizicheskaya-9klass/fizicheskaya-kultura-6-7klass-matveev https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-6-7klass-matveev https://uchi.ru/teachers/lk/main http://www.sportreferats.narod.ru/sport.htm	Обсуждают исторические предпосылки возрождения Олимпийских игр и олимпийского движения. Знакомятся с личностью Пьера де Кубертена, характеризуют его как основателя идеи возрождения Олимпийских игр. Анализируют смысл девиза Олимпийских игр и их символику. Знакомятся с историей организации и проведения первых Олимпийских игр в Афинах.в	<ul style="list-style-type: none"> - проверяет готовность учащихся к уроку; - создаёт условия для включения учащихся в учебный процесс; - создает эмоциональный настрой на работу на уроке; - формулирует задачи урока; - организывает внимание и дает пояснение по работе с оценочным листом; - формирует интерес к работе спортивных секций и клубов; - конкретизирует требования по отдельным разделам и темам; - учит задавать вопросы по организации спортивных соревнований и делать выводы о возможном участии в них.
1.2	Влияние занятий физической культурой и спортом на воспитание положительных качеств личности современного человека	В процессе урока	http://www.sportreferats.narod.ru/sport.htm	Узнают о положительном влиянии занятий физической культурой и спортом на воспитание положительных качеств личности современного человека. Анализируют смысл занятий физической культурой и спортом. Устанавливают причинно-следственную связь между физической подготовкой и укреплением организма посредством занятий физической культурой и спортом.	
Раздел 2. СПОСОБЫ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ (1ч.)					
2.1	Правила техники безопасности и гигиены массовых занятий на открытых площадках. Ведение дневника физической культуры..	1	https://resh.edu.ru https://uchebniksonline.ru/uchebniki/5-9klass/fizicheskaya-9klass/fizicheskaya-kultura-6-7klass-matveev	Знакомятся с правилами составления и заполнения основных разделов дневника физической культуры. Заполняют дневник физической культуры в течение учебного года. Узнают, что такое «физическая подготовка», рассматривают его содержательное наполнение (физические качества), осмысливают	<ul style="list-style-type: none"> - проверяет правильность выполнения домашнего задания. - формулирует задачи урока; - организует работу докладчиков; - организывает погружение в проблему развития физических качеств;

			https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-6-7klass-matveev https://uchi.ru/teachers/lk/main http://www.sportreferats.narod.ru/sport.htm	<p>физическую подготовленность как результат физической подготовки. Устанавливают причинно-следственную связь между физической подготовкой и укреплением организма.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - конкретизирует требования по отдельным разделам и темам; - организывает обсуждение с учащимися возникшего затруднения .
2.2	<p>Техническая подготовка и её значение для человека, основные правила. Способы оценивания техники двигательных действий и организация процедуры оценивания.</p>	<p>В процессе урока</p>	https://resh.edu.ru https://uchebniksonline.ru/uchebniki/5-9klass/fizicheskaya-kultura-6-7klass-matveev https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-6-7klass-matveev https://uchi.ru/teachers/lk/main http://www.sportreferats.narod.ru/sport.htm	<p>Формируют знания о понятии техническая подготовка. Устанавливают причинно-следственную связь между физической подготовкой и технической. Выявляют «отстающие» стороны технической подготовки и определяют состав упражнений для их целенаправленного развития и совершенствования техники движений. Проводят тестирование индивидуальных показателей и сравнивают их с возрастными стандартами. Знакомятся со структурой плана занятий оценивания техники двигательных действий и организация процедуры оценивания. Знакомятся с правилами и способами расчета объёма времени для каждой части занятия и их учебным содержанием.</p>	<ul style="list-style-type: none"> -- проверяет правильность выполнения домашнего задания. - организует работу докладчиков; - формулирует задачи урока; - актуализирует опыт учащихся, подготавливает к изучению нового материала; - обеспечивает мотивацию к изучению материала необходимого для «открытия нового знания»; - организует деятельность по выполнению пробного учебного действия, фиксирует затруднения; - организует самопроверку учащимися своих работ по эталону с фиксацией результатов (без исправления ошибок);
Раздел 3. ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ (56ч.)					
3.1	<p>Модуль «Гимнастика». Акробатические упражнения и комбинации из ранее изученных упражнений с добавлением упражнений ритмической гимнастики. Простейшие акробатические пирамиды.</p>	<p>2</p>	https://resh.edu.ru https://uchebniksonline.ru/uchebniki/5-9klass/fizicheskaya-kultura-6-7klass-matveev https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-6-7klass-matveev https://uchi.ru/teachers/lk/main http://www.sportreferats.narod.ru/sport.htm	<p>Повторяют ранее разученные акробатические упражнения и комбинации. Различают их специфические признаки и отличие от комплексов физических упражнений и ритмической гимнастики. Разучивают стойки на голове и руках, кувырок назад в полу шпагат. Сравнивают стилизованные общеразвивающие упражнения, выполняемые с разной амплитудой движения, ритмом и темпом (выпрыгивание из упора присев, прогнувшись; прыжки вверх с разведением рук и ног в стороны; прыжки вверх толчком двумя ногами с приземлением в упор присев, прыжки с поворотами и элементами ритмической гимнастики);</p>	<ul style="list-style-type: none"> - организует работу докладчиков; - формулирует задачи урока; - организывает групповую работу учащихся; - предъявляет задание для групповой работы. - предупреждение типичных ошибок; - организывает деятельность учащихся по открытию нового знания, к побуждению к самостоятельной исследовательской деятельности; - контролирует выполнение работы; - выставляет оценки за урок с комментарием;

3.2	<p>Модуль «Гимнастика». Упражнения на низком гимнастическом бревне с добавлением статических упражнений и динамических равновесий.</p>		<p>https://resh.edu.ru https://uchebniksonline.ru/uchebniki/5-9klass/fizicheskaya-https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-6-7klass-matveev https://uchi.ru/teachers/lk/main http://www.sportreferats.narod.ru/sport.htm</p>	<p>Повторяют технику ранее разученных упражнений на гимнастическом бревне и гимнастикой скамейке. Разучивают упражнения на гимнастическом бревне (передвижение ходьбой, приставными шагами, наклоны вперёд, назад, вправо и в влево в основной и широкой стойке, стока на коленях с опорой на руки, полу шпагат и равновесие). Составляют гимнастическую комбинацию из 5-7 хорошо освоенных упражнений и разучивают её. Контролируют технику выполнения упражнений другими учащимися, сравнивают их с образцами и выявляют возможные ошибки.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - организует работу докладчиков; - формулирует задачи урока; - организовывает групповую работу учащихся; - предъявляет задание для групповой работы. - предупреждение типичных ошибок; - организовывает деятельность учащихся по открытию нового знания, к побуждению к самостоятельной исследовательской деятельности; - контролирует выполнение работы; - выставляет оценки за урок с комментарием;
3.3	<p>Модуль «Гимнастика». Упражнения на низкой гимнастической перекладине из ранее изученных.</p>	4	<p>https://resh.edu.ru https://uchebniksonline.ru/uchebniki/5-9klass/fizicheskaya-https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-6-7klass-matveev https://uchi.ru/teachers/lk/main http://www.sportreferats.narod.ru/sport.htm</p>	<p>Повторяют технику ранее разученных упражнений на гимнастической перекладине. Наблюдают и анализируют образец техники перемаха одной ногой вперёд и назад, определяют технические сложности в их исполнении, делают выводы. Описывают технику выполнения упражнений на бревне и низкой перекладине. Контролируют технику выполнения упражнения другими учащимися, сравнивают её с образцом и выявляют возможные ошибки.</p>	<ul style="list-style-type: none"> -- проверяет правильность выполнения домашнего задания. - формулирует цель урока, знакомит с планом урока; - анализирует типичные ошибки и затруднения по изучаемой теме; - контролирует выполнение работы; - устанавливает соответствие между поставленной целью урока и её результатом - выставляет оценки за урок с комментарием
3.4	<p>Модуль «Гимнастика». Лазание по канату в два приёма</p>	1	<p>https://resh.edu.ru https://uchebniksonline.ru/uchebniki/5-9klass/fizicheskaya-https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-6-7klass-matveev https://uchi.ru/teachers/lk/main http://www.sportreferats.narod.ru/sport.htm</p>	<p>Повторяют ранее разученные способы лазания по канату. Разучивают лазание по канату в тир приёма. Описывают технику лазания по канату в три приёма. Контролируют технику выполнения упражнения другими учащимися, сравнивают её с образцом и выявляют возможные ошибки, предлагают способы их устранения (обучение в группах). Демонстрируют правильность выполнения лазание по канату в три приёма</p>	<ul style="list-style-type: none"> -- проверяет правильность выполнения домашнего задания. - формулирует цель урока, знакомит с планом урока; - организует работу обучающихся по уточнению темы урока, постановке цели и задач урока и путей её достижения; - анализирует типичные ошибки и затруднения по изучаемой теме; - контролирует выполнение работы; - выставляет оценки за урок с комментарием;
3.4	<p>Модуль «Гимнастика».</p>	2	<p>https://resh.edu.ru</p>	<p>Повторяют ранее разученные упражнения степ-аэробики. Разучивают стилизованные ОРУ для</p>	<ul style="list-style-type: none"> -- проверяет правильность выполнения домашнего задания.

	Комплекс упражнений степ-аэробики.		https://uchebniksonline.ru/uchebniki/5-9klass/fizicheskaya-https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-6-7klass-matveev https://uchi.ru/teachers/lk/main http://www.sportreferats.narod.ru/sport.htm	степ-аэробики (передвижения приставным шагом с движением рук и туловища, приседы и полу приседы с отведением одной руки в сторону, круговые движения туловища, прыжковые упражнения различной конфигурации). Составляют комбинацию степ-аэробики. из хорошо разученных 8—10 упражнений, подбирают музыкальное сопровождение. Разучивают комбинацию степ-аэробики. и демонстрируют её выполнение на оценку..	- формулирует цель урока, знакомит с планом урока; - проводит подводящий диалог для формулирования учениками целей урока; - анализирует типичные ошибки и затруднения по изучаемой теме; - контролирует выполнение работы; - устанавливает соответствие между поставленной целью урока и её результатом - выставляет оценки за урок с комментарием;
3.5	Модуль «Лёгкая атлетика». Бег с преодолением препятствий способами «наступанием» и «прыжковый бег», эстафетный бег.		https://resh.edu.ru https://uchebniksonline.ru/uchebniki/5-9klass/fizicheskaya-https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-6-7klass-matveev https://uchi.ru/teachers/lk/main http://www.sportreferats.narod.ru/sport.htm	Описывают технику выполнения беговых и специальных упражнений. Разучивают технику бега по дистанции в единстве с последующим ускорением. Контролируют технику выполнения старта другими учащимися, выявляют возможные ошибки (работа в парах). Наблюдают и анализируют образец техники спринтерского бега, уточняют её фазы и элементы, делают выводы. Описывают технику спринтерского бега, разучивают её по фазам и в полной координации. Наблюдают и анализируют образец техники гладкого равномерного бега, уточняют её фазы и элементы, делают выводы. Описывают технику гладкого равномерного бега, определяют его отличительные признаки от техники спринтерского бега. Рассматривают занятия лёгкой атлетикой и её положительное влияние на улучшение, и укрепление здоровья.	-- проверяет правильность выполнения домашнего задания. - формулирует цель урока, знакомит с планом урока; - проводит подводящий диалог для формулирования учениками целей урока; - организует работу обучающихся по уточнению темы урока, постановке цели и задач урока и путей её достижения; - анализирует типичные ошибки и затруднения по изучаемой теме; - контролирует выполнение работы; - устанавливает соответствие между поставленной целью урока и её результатом - выставляет оценки за урок с комментарием;
3.6	Модуль «Лёгкая атлетика». Метание малого (теннисного) мяча с разной скоростью мишени. Метание малого мяча на дальность		https://resh.edu.ru https://uchebniksonline.ru/uchebniki/5-9klass/fizicheskaya-https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-6-7klass-matveev https://uchi.ru/teachers/lk/main	Повторяют ранее разученные способы метания малого (теннисного) стоя на месте, и с разбега, в подвижную мишень и на дальность. Наблюдают и анализируют образец учителя, сравнивают с техникой ранее разученных способов метания, находят отличительные признаки. Разучивают технику броска малого мяча в подвижную мишень, акцентируют внимание на технике выполнения выявленных	- организует работу докладчиков; - формулирует задачи урока; - организывает групповую работу учащихся; - организывает деятельность учащихся по открытию нового знания, к побуждению к самостоятельной исследовательской деятельности; - устанавливает соответствие между поставленной целью урока и её результатом

			http://www.sportreferats.narod.ru/sport.htm	отличительных признаков. Контролируют технику метания малого мяча другими учащимися, выявляют возможные ошибки и предлагают способы их устранения.	- выставляет оценки за урок с комментарием;
3.7	Модуль «Лёгкая атлетика». Прыжки в длину с места, с разбега способом «согнув ноги»; прыжок в высоту способом «перешагивание».		https://resh.edu.ru https://uchebniksonline.ru/uchebniki/5-9klass/fizicheskaya-https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-6-7klass-matveev https://uchi.ru/teachers/lk/main http://www.sportreferats.narod.ru/sport.htm	Повторяют ранее разученные способы прыжковых упражнений и прыжков с места, с разбега в длину способом «согнув ноги». Прыжок к в высоту способом «перешагивание». Разучивают технику прыжка в длину, с разбега способом «согнув ноги», прыжок в высоту способом «перешагивание» по фазам движения и в полной координации. Наблюдают и анализируют образец учителя, сравнивают с техникой ранее разученных способов прыжков, находят отличительные признаки. Разучивают технику прыжков акцентируют внимание на технике выполнения выявленных отличительных признаков. Выполняют прыжок в высоту и в длину с места на результат.	-- проверяет правильность выполнения домашнего задания. - формулирует задачи урока; - организывает групповую работу учащихся; - предъявляет задание для групповой работы. - предупреждение типичных ошибок; - организывает представление результатов и самооценку деятельности каждого члена группы; - организывает представление результатов и самооценку деятельности каждого члена группы; - устанавливает соответствие между поставленной целью урока и её результатом - выставляет оценки за урок с комментарием;
3.8	Модуль «Зимние виды спорта». Передвижения на лыжах. Коньковый ход		https://resh.edu.ru https://uchebniksonline.ru/uchebniki/5-9klass/fizicheskaya-https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-6-7klass-matveev https://uchi.ru/teachers/lk/main http://www.sportreferats.narod.ru/sport.htm	Повторяют ранее разученные способы передвижения на лыжах. Повторяют технику спусков, подъёмов и торможения с пологого склона. Наблюдают и анализируют образец техники одновременного одношажного хода. Изучают технику конькового хода. Сравнивают с техникой ранее разученных способов ходьбы, находят отличительные признаки и делают выводы. Описывают технику передвижение на лыжах коньковым ходом. Выделяют фазы движения, и их технические трудности. Разучивают технику передвижения на лыжах коньковым ходом по фазам и в полной координации.. Демонстрируют технику передвижения на лыжах по учебной дистанции.	-- проверяет правильность выполнения домашнего задания. - формулирует задачи урока; - организывает групповую работу учащихся; - предъявляет задание для групповой работы. - предупреждение типичных ошибок; - организывает деятельность учащихся по открытию нового знания, к побуждению к самостоятельной исследовательской деятельности; - организывает представление результатов и самооценку деятельности каждого члена группы; - устанавливает соответствие между поставленной целью урока и её результатом - выставляет оценки за урок с комментарием;
3.9	Модуль «Зимние виды спорта».	8	https://resh.edu.ru	Разучивают технику преодоления небольших препятствий, акцентируют внимание на выполнении технических элементов.	-- проверяет правильность выполнения домашнего задания; - формулирует задачи урока;

	Торможение и поворот на лыжах «упором». Преодоление трамплинов.		https://uchebniksonline.ru/uchebniki/5-9klass/fizicheskaya-https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-6-7klass-matveev https://uchi.ru/teachers/lk/main http://www.sportreferats.narod.ru/sport.htm	Контролируют технику преодоления препятствий другими учащимися, выявляют возможные ошибки. Повторяют технику спусков, подъёмов и торможения с пологого склона. Наблюдают и анализируют образец техники спусков, подъёмов, поворотов, торможений. Описывают технику спусков, подъёмов, поворотов, торможений, выделяют фазы движения и их технические трудности. Контролируют технику спусков, подъёмов, поворотов, торможений, другими учащимися, выявляют возможные ошибки и предлагают способы их устранения. Демонстрируют технику спусков, подъёмов, поворотов, торможений на результат.	- организовывает групповую работу учащихся; - предъявляет задание для групповой работы. - предупреждение типичных ошибок; - организовывает деятельность учащихся по открытию нового знания, к побуждению к самостоятельной исследовательской деятельности; - выявляет пробелы и намечает пути их устранения; - организовывает представление результатов и самооценку деятельности каждого члена группы; - устанавливает соответствие между поставленной целью урока и её результатом; - выставляет оценки за урок с комментарием;
3.10	Модуль «Спортивные игры. Баскетбол». Технические действия баскетболиста с мячом	2	https://resh.edu.ru https://uchebniksonline.ru/uchebniki/5-9klass/fizicheskaya-https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-6-7klass-matveev https://uchi.ru/teachers/lk/main http://www.sportreferats.narod.ru/sport.htm	Используют игру, как средство для активного отдыха. Совершенствуют ранее разученные технические действия игры баскетбол. Знакомятся с образцами технических действий игрока с мячом. Анализируют выполнение технических действий с мячом, выделяют их трудные элементы и акцентируют внимание на их выполнении. Разучивают технические действия игрока с мячом по элементам и в полной координации. Демонстрируют технику владения мячом в полной координации.	-- проверяет правильность выполнения домашнего задания; - формулирует задачи урока; - организовывает групповую работу учащихся; - предъявляет задание для групповой работы. - предупреждение типичных ошибок; - выявляет пробелы и намечает пути их устранения; - устанавливает соответствие между поставленной целью урока и её результатом - выставляет оценки за урок с комментарием;
3.11	Модуль «Спортивные игры. Баскетбол» Основные приемы игры баскетбол.	2	https://resh.edu.ru https://uchebniksonline.ru/uchebniki/5-9klass/fizicheskaya-https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-6-7klass-matveev https://uchi.ru/teachers/lk/main http://www.sportreferats.narod.ru/sport.htm	Совершенствуют ранее разученные технические приемы игры баскетбол. Знакомятся с образцами технических действий игрока без мяча (передвижения в стойке баскетболиста, прыжок вверх толчком одной и приземление на другую, остановка двумя шагами, остановка прыжком, повороты на месте). Анализируют выполнение технических действий без мяча, выделяют их трудные элементы и акцентируют внимание на их выполнении. Разучивают технические действия игрока без мяча по элементам и в полной координации. Изучают правила и играют	-- проверяет правильность выполнения домашнего задания; - формулирует задачи урока; - организовывает групповую работу учащихся; - предъявляет задание для групповой работы. - предупреждение типичных ошибок; - выявляет пробелы и намечает пути их устранения; - организовывает представление результатов и самооценку деятельности каждого члена группы;

				с использованием разученных технических действий.	- устанавливает соответствие между поставленной целью урока и её результатом - выставляет оценки за урок с комментарием;
3.12	Модуль «Спортивные игры. Волейбол». Игровые действия в волейболе	2	https://resh.edu.ru https://uchebniksonline.ru/uchebniki/5-9klass/fizicheskaya-https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-6-7klass-matveev https://uchi.ru/teachers/lk/main http://www.sportreferats.narod.ru/sport.htm	Совершенствуют технику ранее разученных технических действий игры волейбол. Разучивают и совершенствуют передачу мяча двумя руками снизу и сверху в разные зоны площадки соперника. Разучивают правила игры в волейбол и знакомятся с игровыми действиями в нападении и защите. Играют в волейбол по правилам с использованием разученных технических действий.	-- проверяет правильность выполнения домашнего задания; - организует работу докладчиков; - формулирует задачи урока; - организовывает групповую работу учащихся; - предъявляет задание для групповой работы. - предупреждение типичных ошибок; - выявляет пробелы и намечает пути их устранения; - устанавливает соответствие между поставленной целью урока и её результатом - выставляет оценки за урок с комментарием;
3.13	Модуль «Спортивные игры. Волейбол». Основные приемы игры волейбол.	2	https://resh.edu.ru https://uchebniksonline.ru/uchebniki/5-9klass/fizicheskaya-https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-6-7klass-matveev https://uchi.ru/teachers/lk/main http://www.sportreferats.narod.ru/sport.htm	Описывают технику выполнения волейбольных элементов. Знакомятся с рекомендациями учителя по использованию подводящих и подготовительных упражнений для самостоятельного обучения техническим действиям баскетболиста без мяча. Демонстрируют технику выполнения волейбольных элементов. Используют изученные элементы в процессе игры.	-- проверяет правильность выполнения домашнего задания; - формулирует задачи урока; - организовывает групповую работу учащихся; - предъявляет задание для групповой работы. - предупреждение типичных ошибок; - организовывает деятельность учащихся по открытию нового знания, к побуждению к самостоятельной исследовательской деятельности; - выявляет пробелы и намечает пути их устранения; - организовывает представление результатов и самооценку деятельности каждого члена группы; - выставляет оценки за урок с комментарием;
3.14	Модуль «Спортивные игры. Футбол». Игровые действия в футболе	1	https://resh.edu.ru https://uchebniksonline.ru/uchebniki/5-9klass/fizicheskaya-https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-6-7klass-matveev	Совершенствуют технику ранее разученных технических действий игры футбол. Знакомятся с образцом удара по катящемуся мячу с разбега, демонстрируемого учителем, выделяют его фазы и технические элементы. Описывают технику удара по катящемуся мячу с разбега и сравнивают её с техникой удара по	-- проверяет правильность выполнения домашнего задания; - формулирует задачи урока; - организовывает групповую работу учащихся; - предъявляет задание для групповой работы. - предупреждение типичных ошибок;

Документ подписан электронной подписью.

			https://uchi.ru/teachers/lk/main http://www.sportreferats.narod.ru/sport.htm	<p>неподвижному мячу, выявляют имеющиеся различия, делают выводы по способам обучения . Играют в футбол по правилам с использованием разученных технических действий.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - выявляет пробелы и намечает пути их устранения; - устанавливает соответствие между поставленной целью урока и её результатом; - выставляет оценки за урок с комментарием;
3.15	<p>Модуль «Спортивные игры. Футбол». Основные приемы игры футбол.</p>		https://resh.edu.ru https://uchebniksonline.ru/uchebniki/5-9klass/fizicheskaya-7klass-matveev https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-6-7klass-matveev https://uchi.ru/teachers/lk/main http://www.sportreferats.narod.ru/sport.htm	<p>Описывают технику выполнения футбольных элементов. Знакомятся с рекомендациями учителя по использованию подводящих и подготовительных упражнений для самостоятельного обучения техническим действиям футболиста с мячом. Демонстрируют технику выполнения футбольных упражнений. Используют изученные элементы футбола в процессе игры.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - организует работу докладчиков; - формулирует задачи урока; - организывает групповую работу учащихся; - организывает деятельность учащихся по открытию нового знания, к побуждению к самостоятельной исследовательской деятельности; - устанавливает соответствие между поставленной целью урока и её результатом - выставляет оценки за урок с комментарием;
Раздел 4. СПОРТ (10ч.)					
4.1	<p>Физическая подготовка. Освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО</p>	10	https://resh.edu.ru https://uchi.ru/teachers/lk/main https://www.gto.ru	<p>Осваивают содержания примерных модульных программ по физической культуре или рабочей программы базовой физической подготовки. Демонстрируют приросты в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО;</p>	<ul style="list-style-type: none"> - формулирует задачи ГТО; - организует работу учащихся по выполнению норм ГТО; - знакомит с критериями оценивания результатов ГТО; - организывает групповую работу учащихся по сдаче норм ГТО; - организывает представление результатов по сдаче норм ГТО и самооценку деятельности каждого члена группы; - дает рекомендации по улучшению прироста результатов в выполнении норм ГТО.
Общее количество часов по программе		68			

Тематическое планирование 8 класс (68 ч)

№ п/п	Тема	Количество академических часов отводимых на освоение темы	ЭОР и ЦОР	Виды деятельности обучающихся	Виды деятельности учителя, с учётом рабочей программы воспитания
Раздел 1. ЗНАНИЯ О ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ (1 ч.)					
1.1	Физическая культура в современном обществе. Всестороннее гармоничное развитие личности. Адаптивная физическая культура	1	https://resh.edu.ru https://uchebniksonline.ru/uchebniki/5-9klass/fizicheskaya-https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-6-7klass-matveev https://uchi.ru/teachers/lk/main http://www.sportreferats.narod.ru/sport.htm	Обсуждают исторические предпосылки возрождения Олимпийских игр и олимпийского движения. Знакомятся с личностью Пьера де Кубертена, характеризуют его как основателя идеи возрождения Олимпийских игр. Анализируют смысл девиза Олимпийских игр и их символику. Знакомятся с историей организации и проведения первых Олимпийских игр в Афинах.в	<ul style="list-style-type: none"> - проверяет готовность учащихся к уроку; - создаёт условия для включения учащихся в учебный процесс; - создает эмоциональный настрой на работу на уроке; - формулирует задачи урока; - организывает внимание и дает пояснение по работе с оценочным листом; - формирует интерес к работе спортивных секций и клубов; - конкретизирует требования по отдельным разделам и темам; - учит задавать вопросы по организации спортивных соревнований и делать выводы о возможном участии в них.

1.2	Коррекция осанки и разработка индивидуальных планов занятий корригирующей гимнастикой. Коррекция избыточной массы тела	В процессе урока		Узнают о положительном влиянии занятий физической культурой и спортом на воспитание положительных качеств личности современного человека. Анализируют смысл занятий физической культурой и спортом. Устанавливают причинно-следственную связь между физической подготовкой и укреплением организма посредством занятий физической культурой и спортом.	
Раздел 2. СПОСОБЫ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ (1ч.)					
2.1	Профилактика перенапряжения систем организма и оздоровительная физкультура. Профилактика общего утомления и остроты зрения.	1	https://resh.edu.ru https://uchebniksonline.ru/uchebniki/5-9klass/fizicheskaya-https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-6-7klass-matveev https://uchi.ru/teachers/lk/main http://www.sportreferats.narod.ru/sport.htm	Знакомятся с правилами составления и заполнения основных разделов дневника физической культуры. Заполняют дневник физической культуры в течение учебного года. Узнают, что такое «физическая подготовка», рассматривают его содержательное наполнение (физические качества), осмысливают физическую подготовленность как результат физической подготовки. Устанавливают причинно-следственную связь между физической подготовкой и укреплением организма.	- проверяет правильность выполнения домашнего задания. - формулирует задачи урока; - организует работу докладчиков; - организывает погружение в проблему развития физических качеств; - конкретизирует требования по отдельным разделам и темам; - организывает обсуждение с учащимися возникшего затруднения .
2.2	Техническая подготовка и её значение для человека, основные правила. Способы оценивания техники двигательных действий и организация процедуры оценивания.	В процессе урока	https://resh.edu.ru https://uchebniksonline.ru/uchebniki/5-9klass/fizicheskaya-https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-6-7klass-matveev https://uchi.ru/teachers/lk/main http://www.sportreferats.narod.ru/sport.htm	Формируют знания о понятии техническая подготовка. Устанавливают причинно-следственную связь между физической подготовкой и технической. Выявляют «отстающие» стороны технической подготовки и определяют состав упражнений для их целенаправленного развития и совершенствования техники движений. Проводят тестирование индивидуальных показателей и сравнивают их с возрастными стандартами. Знакомятся со структурой плана занятий оценивания техники двигательных действий и организация процедуры оценивания. Знакомятся с правилами и способами расчета объёма времени для каждой части занятия и их учебным содержанием.	-- проверяет правильность выполнения домашнего задания. - организует работу докладчиков; - формулирует задачи урока; - актуализирует опыт учащихся, подготавливает к изучению нового материала; - обеспечивает мотивацию к изучению материала необходимого для «открытия нового знания»; - организует деятельность по выполнению пробного учебного действия, фиксирует затруднения; - организует самопроверку учащимися своих работ по эталону с фиксацией результатов (без исправления ошибок);

Раздел 3. ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ (56ч.)					
3.1	<p>Модуль «Гимнастика». Акробатические комбинации из ранее освоенных упражнений силовой направленности с увеличивающимся числом технических элементов. Простейшие акробатические пирамиды.</p>	2	<p>https://resh.edu.ru https://uchebniksonline.ru/uchebniki/5-9klass/fizicheskaya-https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-6-7klass-matveev https://uchi.ru/teachers/lk/main http://www.sportreferats.narod.ru/sport.htm</p>	<p>Повторяют ранее разученные акробатические упражнения и комбинации. Различают их специфические признаки и отличие от комплексов физических упражнений и ритмической гимнастики. Разучивают стойки на голове и руках, кувырок назад в полу шпагат. Сравнивают стилизованные общеразвивающие упражнения, выполняемые с разной амплитудой движения, ритмом и темпом (выпрыгивание из упора присев, прогнувшись; прыжки вверх с разведением рук и ног в стороны; прыжки вверх толчком двумя ногами с приземлением в упор присев, прыжки с поворотами и элементами ритмической гимнастики);</p>	<ul style="list-style-type: none"> - организует работу докладчиков; - формулирует задачи урока; - организывает групповую работу учащихся; - предъявляет задание для групповой работы. - предупреждение типичных ошибок; - организывает деятельность учащихся по открытию нового знания, к побуждению к самостоятельной исследовательской деятельности; - контролирует выполнение работы; - выставляет оценки за урок с комментарием;
3.2	<p>Модуль «Гимнастика». Упражнения на низком гимнастическом бревне с увеличивающимся числом технических элементов, статических упражнений и динамических равновесий.</p>		<p>https://resh.edu.ru https://uchebniksonline.ru/uchebniki/5-9klass/fizicheskaya-https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-6-7klass-matveev https://uchi.ru/teachers/lk/main http://www.sportreferats.narod.ru/sport.htm</p>	<p>Повторяют технику ранее разученных упражнений на гимнастическом бревне и гимнастикой скамейке. Разучивают упражнения на гимнастическом бревне (передвижение ходьбой, приставными шагами, наклоны вперед, назад, вправо и в лево в основной и широкой стойке, стока на коленях с опорой на руки, полу шпагат и равновесие). Составляют гимнастическую комбинацию из 5-7 хорошо освоенных упражнений и разучивают её. Контролируют технику выполнения упражнений другими учащимися, сравнивают их с образцами и выявляют возможные ошибки.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - организует работу докладчиков; - формулирует задачи урока; - организывает групповую работу учащихся; - предъявляет задание для групповой работы. - предупреждение типичных ошибок; - организывает деятельность учащихся по открытию нового знания, к побуждению к самостоятельной исследовательской деятельности; - контролирует выполнение работы; - выставляет оценки за урок с комментарием;
3.3	<p>Модуль «Гимнастика». Упражнения на низкой гимнастической перекладине из ранее изученных.</p>	4	<p>https://resh.edu.ru https://uchebniksonline.ru/uchebniki/5-9klass/fizicheskaya-https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-6-7klass-matveev https://uchi.ru/teachers/lk/main</p>	<p>Повторяют технику ранее разученных упражнений на гимнастической перекладине. Наблюдают и анализируют образец техники перемаха одной ногой вперед и назад, определяют технические сложности в их исполнении, делают выводы. Описывают технику выполнения упражнений на бревне и низкой перекладине. Контролируют технику выполнения упражнения другими учащимися,</p>	<ul style="list-style-type: none"> -- проверяет правильность выполнения домашнего задания. - формулирует цель урока, знакомит с планом урока; - анализирует типичные ошибки и затруднения по изучаемой теме; - контролирует выполнение работы; - устанавливает соответствие между поставленной целью урока и её результатом - выставляет оценки за урок с комментарием

			http://www.sportreferats.narod.ru/sport.htm	сравнивают её с образцом и выявляют возможные ошибки.	
3.4	Модуль «Гимнастика». Вольные упражнения на базе ранее изученных		https://resh.edu.ru https://uchebniksonline.ru/uchebniki/5-9klass/fizicheskaya-9klass/fizicheskaya-kultura-6-7klass-matveev https://fkl2.ru/books/fizicheskaya-kultura-6-7klass-matveev https://uchi.ru/teachers/lk/main http://www.sportreferats.narod.ru/sport.htm	Повторяют ранее разученные вольные упражнения и комбинации. Различают их специфические признаки и отличие от комплексов физических упражнений и ритмической гимнастики. Разучивают стойки на голове и руках, кувырок назад в полу шпагат. Сравнивают стилизованные общеразвивающие упражнения, выполняемые с разной амплитудой движения, ритмом и темпом (выпрыгивание из упора присев, прогнувшись; прыжки вверх с разведением рук и ног в стороны; прыжки вверх толчком двумя ногами с приземлением в упор присев, прыжки с поворотами и элементами ритмической гимнастики);	- организует работу докладчиков; - формулирует задачи урока; - организывает групповую работу учащихся; - предъявляет задание для групповой работы. - предупреждение типичных ошибок; - организывает деятельность учащихся по открытию нового знания, к побуждению к самостоятельной исследовательской деятельности; - контролирует выполнение работы; - выставляет оценки за урок с комментарием;
3.5	Модуль «Гимнастика». Комплекс упражнений степ-аэробики.	2	https://resh.edu.ru https://uchebniksonline.ru/uchebniki/5-9klass/fizicheskaya-9klass/fizicheskaya-kultura-6-7klass-matveev https://fkl2.ru/books/fizicheskaya-kultura-6-7klass-matveev https://uchi.ru/teachers/lk/main http://www.sportreferats.narod.ru/sport.htm	Повторяют ранее разученные упражнения степ-аэробики. Разучивают стилизованные ОРУ для степ-аэробики (передвижения приставным шагом с движением рук и туловища, приседы и полу приседы с отведением одной руки в сторону, круговые движения туловища, прыжковые упражнения различной конфигурации). Составляют комбинацию степ-аэробики. из хорошо разученных 8—10 упражнений, подбирают музыкальное сопровождение. Разучивают комбинацию степ-аэробики. и демонстрируют её выполнение на оценку..	-- проверяет правильность выполнения домашнего задания. - формулирует цель урока, знакомит с планом урока; - проводит подводящий диалог для формулирования учениками целей урока; - анализирует типичные ошибки и затруднения по изучаемой теме; - контролирует выполнение работы; - устанавливает соответствие между поставленной целью урока и её результатом - выставляет оценки за урок с комментарием;
3.6	Модуль «Лёгкая атлетика». Бег с преодолением препятствий способами «наступанием» и «прыжковый бег», эстафетный бег.		https://resh.edu.ru https://uchebniksonline.ru/uchebniki/5-9klass/fizicheskaya-9klass/fizicheskaya-kultura-6-7klass-matveev https://fkl2.ru/books/fizicheskaya-kultura-6-7klass-matveev https://uchi.ru/teachers/lk/main	Описывают технику выполнения беговых и специальных упражнений. Разучивают технику бега по дистанции в единстве с последующим ускорением. Контролируют технику выполнения старта другими учащимися, выявляют возможные ошибки (работа в парах). Наблюдают и анализируют образец техники спринтерского бега, уточняют её фазы и элементы, делают выводы. Описывают технику	-- проверяет правильность выполнения домашнего задания. - формулирует цель урока, знакомит с планом урока; - проводит подводящий диалог для формулирования учениками целей урока; - организует работу обучающихся по уточнению темы урока, постановке цели и задач урока и путей её достижения;

			http://www.sportrefera.ts.narod.ru/sport.htm	спринтерского бега, разучивают её по фазам и в полной координации. Наблюдают и анализируют образец техники гладкого равномерного бега, уточняют её фазы и элементы, делают выводы. Описывают технику гладкого равномерного бега, определяют его отличительные признаки от техники спринтерского бега. Рассматривают занятия лёгкой атлетикой и её положительное влияние на улучшение, и укрепление здоровья.	- анализирует типичные ошибки и затруднения по изучаемой теме; - контролирует выполнение работы; - устанавливает соответствие между поставленной целью урока и её результатом - выставляет оценки за урок с комментарием;
3.7	Модуль «Лёгкая атлетика». Метание малого (теннисного) мяча с разной скоростью мишени. Метание малого мяча на дальность		https://resh.edu.ru https://uchebniksonline.ru/uchebniki/5-9klass/fizicheskaya-9klass/fizicheskaya-kultura-6-7klass-matveev https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-6-7klass-matveev https://uchi.ru/teachers/lk/main http://www.sportrefera.ts.narod.ru/sport.htm	Повторяют ранее разученные способы метания малого (теннисного) мяча стоя на месте, и с разбега, в подвижную мишень и на дальность. Наблюдают и анализируют образец учителя, сравнивают с техникой ранее разученных способов метания, находят отличительные признаки. Разучивают технику броска малого мяча в подвижную мишень, акцентируют внимание на технике выполнения выявленных отличительных признаков. Контролируют технику метания малого мяча другими учащимися.	- организует работу докладчиков; - формулирует задачи урока; - организывает групповую работу учащихся; - организывает деятельность учащихся по открытию нового знания, к побуждению к самостоятельной исследовательской деятельности; - устанавливает соответствие между поставленной целью урока и её результатом - выставляет оценки за урок с комментарием;
3.7	Модуль «Лёгкая атлетика». Правила проведения соревнований по сдаче норм ГТО. Самостоятельная подготовка к сдаче норм ГТО.		https://resh.edu.ru https://uchebniksonline.ru/uchebniki/5-9klass/fizicheskaya-9klass/fizicheskaya-kultura-6-7klass-matveev https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-6-7klass-matveev https://uchi.ru/teachers/lk/main http://www.sportrefera.ts.narod.ru/sport.htm	Изучают правила проведения соревнований по сдаче норм ГТО. Самостоятельная подготовка к сдаче норм ГТО. Наблюдают и анализируют видео образец техники выполнения различных нормативов ГТО сравнивают с техникой ранее разученных способов тестирования школьных норм. Разучивают технику выполнения норм ГТО для самостоятельного освоения и подготовки к сдаче норм ГТО. Выполняют нормы ГТО по общепринятым правилам. Демонстрируют сдачу норм ГТО.	-- проверяет правильность выполнения домашнего задания. - формулирует задачи урока; - организывает групповую работу учащихся; - предъявляет задание для групповой работы. - предупреждает типичных ошибок; - организывает представление результатов и самооценку деятельности каждого члена группы; - устанавливает соответствие между поставленной целью урока и её результатом - выставляет оценки за урок с комментарием;
3.8	Модуль «Лёгкая атлетика». Прыжки в длину с места, с разбега способом «согнув		https://resh.edu.ru https://uchebniksonline.ru/uchebniki/5-9klass/fizicheskaya-9klass/fizicheskaya-kultura-6-7klass-matveev	Повторяют ранее разученные способы прыжковых упражнений и прыжков с места, с разбега в длину способом «согнув ноги». Прыжок к в высоту способом «перешагивание». Разучивают технику прыжка в длину, с разбега	-- проверяет правильность выполнения домашнего задания. - формулирует задачи урока; - организывает групповую работу учащихся;

	ноги»; прыжок в высоту способом «перешагивание».		https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-6-7klass-matveev https://uchi.ru/teachers/lk/main http://www.sportreferats.narod.ru/sport.htm	способом «согнув ноги», прыжок в высоту способом «перешагивание» по фазам движения и в полной координации. Наблюдают и анализируют образец учителя, сравнивают с техникой ранее разученных способов прыжков, находят отличительные признаки. Разучивают технику прыжков акцентируют внимание на технике выполнения выявленных отличительных признаков. Выполняют прыжок в высоту и в длину с места на результат.	- предъявляет задание для групповой работы. - предупреждение типичных ошибок; - организывает представление результатов и самооценку деятельности каждого члена группы; - организывает представление результатов и самооценку деятельности каждого члена группы; - устанавливает соответствие между поставленной целью урока и её результатом - выставляет оценки за урок с комментарием;
3.9	Модуль «Плавание». Старт с прыжком с тумбочки при плавании кролем на груди и спине.		https://resh.edu.ru https://uchebniksonline.ru/uchebniki/5-9klass/fizicheskaya-https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-6-7klass-matveev https://uchi.ru/teachers/lk/main http://www.sportreferats.narod.ru/sport.htm	Повторяют ранее разученные способы старта с тумбочки. Выполняют старт прыжком с тумбочки при плавании кролем на груди и спине. Разучивают технику прыжка с тумбочки» по фазам движения и в полной координации. Наблюдают и анализируют образец учителя, сравнивают с техникой ранее разученных способов прыжков с тумбочки, находят отличительные признаки. Разучивают технику прыжков с тумбочки акцентируют внимание на технике выполнения. Выполняют прыжок с тумбочки при плавании кролем на груди и спине.	-- проверяет правильность выполнения домашнего задания. - формулирует задачи урока; - организывает групповую работу учащихся; - предъявляет задание для групповой работы. - предупреждение типичных ошибок; - организывает представление результатов и самооценку деятельности каждого члена группы; - устанавливает соответствие между поставленной целью урока и её результатом - выставляет оценки за урок с комментарием
3.10	Модуль «Плавание». Повороты при плавании кролем на груди и спине. Проплывание учебных дистанций.		https://resh.edu.ru https://uchebniksonline.ru/uchebniki/5-9klass/fizicheskaya-https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-6-7klass-matveev https://uchi.ru/teachers/lk/main http://www.sportreferats.narod.ru/sport.htm	Повторяют ранее разученные способы поворотов при плавании кролем на груди и спине. Выполняют поворот при плавании кролем на груди и спине. Разучивают технику поворотов при плавании кролем на груди и спине, по фазам движения и в полной координации. Наблюдают и анализируют образец учителя, сравнивают с техникой ранее разученных способов поворотов, находят отличительные признаки. Разучивают технику поворотов при плавании кролем на груди и спине. акцентируют внимание на технике выполнения. Выполняют поворот при плавании кролем на груди и спине.	-- проверяет правильность выполнения домашнего задания. - формулирует задачи урока; - организывает групповую работу учащихся; - предъявляет задание для групповой работы. - предупреждение типичных ошибок; - организывает представление результатов и самооценку деятельности каждого члена группы; - устанавливает соответствие между поставленной целью урока и её результатом - выставляет оценки за урок с комментарием
3.11	Модуль «Зимние виды спорта».		https://resh.edu.ru	Повторяют ранее разученные способы передвижения на лыжах. Повторяют технику	-- проверяет правильность выполнения домашнего задания.

	Передвижения на лыжах. Коньковый ход		https://uchebniksonline.ru/uchebniki/5-9klass/fizicheskaya-https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-6-7klass-matveev https://uchi.ru/teachers/lk/main http://www.sportreferats.narod.ru/sport.htm	спусков, подъёмов и торможения с пологого склона. Наблюдают и анализируют образец техники одновременного одношажного хода., Изучают технику конькового хода. Сравнивают с техникой ранее разученных способов ходьбы, находят отличительные признаки и делают выводы. □Описывают технику передвижение на лыжах коньковым ходом. Выделяют фазы движения, и их технические трудности. Разучивают технику передвижения на лыжах коньковым ходом по фазам и в полной координации.. Демонстрируют технику передвижения на лыжах по учебной дистанции.	- формулирует задачи урока; - организывает групповую работу учащихся; - предъявляет задание для групповой работы. - предупреждение типичных ошибок; - организывает деятельность учащихся по открытию нового знания, к побуждению к самостоятельной исследовательской деятельности; - организывает представление результатов и самооценку деятельности каждого члена группы; - устанавливает соответствие между поставленной целью урока и её результатом - выставляет оценки за урок с комментарием;
3.12	Модуль «Зимние виды спорта». Торможение и поворот на лыжах «упором». Преодоление естественных препятствий широким шагом	8	https://resh.edu.ru https://uchebniksonline.ru/uchebniki/5-9klass/fizicheskaya-https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-6-7klass-matveev https://uchi.ru/teachers/lk/main http://www.sportreferats.narod.ru/sport.htm	Разучивают технику преодоления небольших препятствий, акцентируют внимание на выполнении технических элементов. Контролируют технику преодоления препятствий другими учащимися, выявляют возможные ошибки. Повторяют технику спусков, подъёмов и торможения с пологого склона. Наблюдают и анализируют образец техники спусков, подъёмов, поворотов, торможений. Описывают технику спусков, подъёмов, поворотов, торможений, выделяют фазы движения и их технические трудности. Контролируют технику спусков, подъёмов, поворотов, торможений. Демонстрируют технику спусков, подъёмов, поворотов, торможений на результат.	-- проверяет правильность выполнения домашнего задания; - формулирует задачи урока; - организывает групповую работу учащихся; - предъявляет задание для групповой работы. - предупреждение типичных ошибок; - организывает деятельность учащихся по открытию нового знания, к побуждению к самостоятельной исследовательской деятельности; - выявляет пробелы и намечает пути их устранения; - устанавливает соответствие между поставленной целью урока и её результатом; - выставляет оценки за урок с комментарием;
3.13	Модуль «Зимние виды спорта». Переход с одного лыжного хода на другой.		https://resh.edu.ru https://uchebniksonline.ru/uchebniki/5-9klass/fizicheskaya-https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-6-7klass-matveev	Повторяют технику лыжных ходов Совершенствуют технику перехода с одного лыжного хода на другой.. Наблюдают и анализируют образец техники перехода с одного хода лыжного хода на другой. Описывают технику переходов лыжных ходов, выделяют фазы движения и их технические трудности. Контролируют технику переходов лыжных	-- проверяет правильность выполнения домашнего задания; - формулирует задачи урока; - организывает групповую работу учащихся; - предъявляет задание для групповой работы. - предупреждение типичных ошибок; - выявляет пробелы и намечает пути их устранения;

			https://uchi.ru/teachers/lk/main http://www.sportreferats.narod.ru/sport.htm	ходов. Демонстрируют технику лыжных ходов и переходов с одного на другой.	- устанавливает соответствие между поставленной целью урока и её результатом; - выставляет оценки за урок с комментарием;
3.14	Модуль «Спортивные игры. Баскетбол». Технические действия баскетболиста с мячом	2	https://resh.edu.ru https://uchebniksonline.ru/uchebniki/5-9klass/fizicheskaya-https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-6-7klass-matveev https://uchi.ru/teachers/lk/main http://www.sportreferats.narod.ru/sport.htm	Используют игру, как средство для активного отдыха. Совершенствуют ранее разученные технические действия игры баскетбол. Знакомятся с образцами технических действий игрока с мячом. Анализируют выполнение технических действий с мячом, выделяют их трудные элементы и акцентируют внимание на их выполнении. Разучивают технические действия игрока с мячом по элементам и в полной координации. Демонстрируют технику владения мячом в полной координации.	-- проверяет правильность выполнения домашнего задания; - формулирует задачи урока; - организывает групповую работу учащихся; - предъявляет задание для групповой работы. - предупреждение типичных ошибок; - выявляет пробелы и намечает пути их устранения; - устанавливает соответствие между поставленной целью урока и её результатом - выставляет оценки за урок с комментарием;
3.15	Модуль «Спортивные игры. Баскетбол». Игровая деятельность по правилам с использованием ранее изученных технических элементов.	2	https://resh.edu.ru https://uchebniksonline.ru/uchebniki/5-9klass/fizicheskaya-https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-6-7klass-matveev https://uchi.ru/teachers/lk/main http://www.sportreferats.narod.ru/sport.htm	Совершенствуют ранее разученные технические приёмы игры баскетбол. Знакомятся с образцами технических действий игрока без мяча (передвижения в стойке баскетболиста, прыжок вверх толчком одной и приземление на другую, остановка двумя шагами, остановка прыжком, повороты на месте). Анализируют выполнение технических действий без мяча, выделяют их трудные элементы и акцентируют внимание на их выполнении. Разучивают технические действия игрока без мяча по элементам и в полной координации. Изучают правила и играют с использованием разученных технических действий.	-- проверяет правильность выполнения домашнего задания; - формулирует задачи урока; - организывает групповую работу учащихся; - предъявляет задание для групповой работы. - предупреждение типичных ошибок; - выявляет пробелы и намечает пути их устранения; - организывает представление результатов и самооценку деятельности каждого члена группы; - устанавливает соответствие между поставленной целью урока и её результатом - выставляет оценки за урок с комментарием;
3.16	Модуль «Спортивные игры. Волейбол». Технические действия волейболиста с мячом	2	https://resh.edu.ru https://uchebniksonline.ru/uchebniki/5-9klass/fizicheskaya-https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-6-7klass-matveev https://uchi.ru/teachers/lk/main	Совершенствуют технику ранее разученных технических действий игры волейбол. Разучивают и совершенствуют передачу мяча двумя руками снизу и сверху в разные зоны площадки соперника. Разучивают правила игры в волейбол и знакомятся с игровыми действиями в нападении и защите. Играют в волейбол по правилам с использованием разученных технических действий.	-- проверяет правильность выполнения домашнего задания; - организует работу докладчиков; - формулирует задачи урока; - организывает групповую работу учащихся; - предъявляет задание для групповой работы. - предупреждение типичных ошибок; - выявляет пробелы и намечает пути их устранения;

			http://www.sportreferats.narod.ru/sport.htm		- устанавливает соответствие между поставленной целью урока и её результатом - выставляет оценки за урок с комментарием;
3.17	Модуль «Спортивные игры. Волейбол». Игровая деятельность по правилам с использованием ранее изученных технических элементов	2	https://resh.edu.ru https://uchebniksonline.ru/uchebniki/5-9klass/fizicheskaya-https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-6-7klass-matveev https://uchi.ru/teachers/lk/main http://www.sportreferats.narod.ru/sport.htm	Описывают технику выполнения волейбольных элементов. Знакомятся с рекомендациями учителя по использованию подводящих и подготовительных упражнений для самостоятельного обучения техническим действиям баскетболиста без мяча. Демонстрируют технику выполнения волейбольных элементов. Используют изученные элементы в процессе игры.	-- проверяет правильность выполнения домашнего задания; - формулирует задачи урока; - организывает групповую работу учащихся; - предъявляет задание для групповой работы. - предупреждение типичных ошибок; - организывает деятельность учащихся по открытию нового знания, к побуждению к самостоятельной исследовательской деятельности; - выявляет пробелы и намечает пути их устранения; - организывает представление результатов и самооценку деятельности каждого члена группы; - выставляет оценки за урок с комментарием;
3.18	Модуль «Спортивные игры. Футбол». Технические действия футболиста с мячом	1	https://resh.edu.ru https://uchebniksonline.ru/uchebniki/5-9klass/fizicheskaya-https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-6-7klass-matveev https://uchi.ru/teachers/lk/main http://www.sportreferats.narod.ru/sport.htm	Совершенствуют технику ранее разученных технических действий игры футбол. Знакомятся с образцом удара по катящемуся мячу с разбега, демонстрируемого учителем, выделяют его фазы и технические элементы. Описывают технику удара по катящемуся мячу с разбега и сравнивают её с техникой удара по неподвижному мячу, выявляют имеющиеся различия, делают выводы по способам обучения. Играют в футбол по правилам с использованием разученных технических действий.	-- проверяет правильность выполнения домашнего задания; - формулирует задачи урока; - организывает групповую работу учащихся; - предъявляет задание для групповой работы. - предупреждение типичных ошибок; - выявляет пробелы и намечает пути их устранения; - устанавливает соответствие между поставленной целью урока и её результатом; - выставляет оценки за урок с комментарием;
3.19	Модуль «Спортивные игры. Футбол». Игровая деятельность по правилам с использованием ранее изученных		https://resh.edu.ru https://uchebniksonline.ru/uchebniki/5-9klass/fizicheskaya-https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-6-7klass-matveev	Описывают технику выполнения футбольных элементов. Знакомятся с рекомендациями учителя по использованию подводящих и подготовительных упражнений для самостоятельного обучения техническим действиям футболиста с мячом. Демонстрируют технику выполнения	- организует работу докладчиков; - формулирует задачи урока; - организывает групповую работу учащихся; - организывает деятельность учащихся по открытию нового знания, к побуждению к самостоятельной исследовательской деятельности;

Документ подписан электронной подписью.

	технических элементов		https://uchi.ru/teachers/lk/main http://www.sportreferats.narod.ru/sport.htm	футбольных упражнений. Используют изученные элементы футбола в процессе игры.	- устанавливает соответствие между поставленной целью урока и её результатом - выставляет оценки за урок с комментарием;
Раздел 4. СПОРТ (10ч.)					
4.1	Физическая подготовка. Освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО	10	https://resh.edu.ru https://uchi.ru/teachers/lk/main https://www.gto.ru	Осваивают содержания примерных модульных программ по физической культуре или рабочей программы базовой физической подготовки. Демонстрируют приросты в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО;	- формулирует задачи ГТО; - организует работу учащихся по выполнению норм ГТО; - знакомит с критериями оценивания результатов ГТО; - организывает групповую работу учащихся по сдаче норм ГТО; - организывает представление результатов по сдаче норм ГТО и самооценку деятельности каждого члена группы; - дает рекомендации по улучшению прироста результатов в выполнении норм ГТО.
Общее количество часов по программе		68			

Тематическое планирование 9 класс (68 ч)

№ п/п	Тема	Количество академических часов	ЭОР и ЦОР	Виды деятельности обучающихся	Виды деятельности учителя, с учётом рабочей программы воспитания
-------	------	--------------------------------	-----------	-------------------------------	--

		отводимых на освоение темы			
Раздел 1. ЗНАНИЯ О ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ (1 ч.)					
1.1	Здоровье и здоровый образ жизни. Вредные привычки и их пагубное влияние на здоровье человека. Профессионально-прикладная физическая культура	1	https://resh.edu.ru https://uchebniksonline.ru/uchebniki/5-9klass/fizicheskaya-9klass/fizicheskaya-kultura-6-7klass-matveev https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-6-7klass-matveev https://uchi.ru/teachers/lk/main http://www.sportreferats.narod.ru/sport.htm	Обсуждают исторические предпосылки возрождения Олимпийских игр и олимпийского движения. Знакомятся с личностью Пьера де Кубертена, характеризуют его как основателя идеи возрождения Олимпийских игр. Анализируют смысл девиза Олимпийских игр и их символику. Знакомятся с историей организации и проведения первых Олимпийских игр в Афинах.в	<ul style="list-style-type: none"> - проверяет готовность учащихся к уроку; - создаёт условия для включения учащихся в учебный процесс; - создает эмоциональный настрой на работу на уроке; - формулирует задачи урока; - организывает внимание и дает пояснение по работе с оценочным листом; - формирует интерес к работе спортивных секций и клубов; - конкретизирует требования по отдельным разделам и темам; - учит задавать вопросы по организации спортивных соревнований и делать выводы о возможном участии в них.
1.2	Восстановительный массаж, как средство работоспособности. Оказание первой медицинской помощи на самостоятельных занятиях физическими упражнениями.	В процессе урока		Узнают о положительном влиянии занятий физической культурой и спортом на воспитание положительных качеств личности современного человека. Анализируют смысл занятий физической культурой и спортом. Устанавливают причинно-следственную связь между физической подготовкой и укреплением организма посредством занятий физической культурой и спортом.	
Раздел 2. СПОСОБЫ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ (1ч.)					
2.1	Занятия физической культурой и режим питания. Оздоровительные коррекционные и профилактические мероприятия в режиме дня.	1	https://resh.edu.ru https://uchebniksonline.ru/uchebniki/5-9klass/fizicheskaya-9klass/fizicheskaya-kultura-6-7klass-matveev https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-6-7klass-matveev https://uchi.ru/teachers/lk/main	Знакомятся с правилами составления и заполнения основных разделов дневника физической культуры. Заполняют дневник физической культуры в течение учебного года. Узнают, что такое «физическая подготовка», рассматривают его содержательное наполнение (физические качества), осмысливают физическую подготовленность как результат физической подготовки. Устанавливают причинно-следственную связь между	<ul style="list-style-type: none"> - проверяет правильность выполнения домашнего задания. - формулирует задачи урока; - организует работу докладчиков; - организывает погружение в проблему развития физических качеств; - конкретизирует требования по отдельным разделам и темам; - организывает обсуждение с учащимися возникшего затруднения .

			http://www.sportrefera.ts.narod.ru/sport.htm	физической подготовкой и укреплением организм.	
Раздел 3. ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ (56ч.)					
3.1	Модуль «Гимнастика». Акробатические комбинации с включением длинного кувырка с разбега и кувырка назад в упор.	2	https://resh.edu.ru https://uchebniksonline.ru/uchebniki/5-9klass/fizicheskaya-https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-6-7klass-matveev https://uchi.ru/teachers/lk/main http://www.sportrefera.ts.narod.ru/sport.htm	Повторяют ранее разученные акробатические упражнения и комбинации. Различают их специфические признаки и отличие от комплексов физических упражнений и ритмической гимнастики. Разучивают стойки на голове и руках, кувырок назад в полу шпагат. Сравнивают стилизованные общеразвивающие упражнения, выполняемые с разной амплитудой движения, ритмом и темпом (выпрыгивание из упора присев, прогнувшись; прыжки вверх с разведением рук и ног в стороны; прыжки вверх толчком двумя ногами с приземлением в упор присев, прыжки с поворотами и элементами ритмической гимнастики);	- организует работу докладчиков; - формулирует задачи урока; - организывает групповую работу учащихся; - предъявляет задание для групповой работы. - предупреждение типичных ошибок; - организывает деятельность учащихся по открытию нового знания, к побуждению к самостоятельной исследовательской деятельности; - контролирует выполнение работы; - выставляет оценки за урок с комментарием;
3.2	Модуль «Гимнастика». Упражнения на низком гимнастическом бревне с включением полушпагата, стойке на колене с опорой на руки и отведением ноги назад.	1	https://resh.edu.ru https://uchebniksonline.ru/uchebniki/5-9klass/fizicheskaya-https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-6-7klass-matveev https://uchi.ru/teachers/lk/main http://www.sportrefera.ts.narod.ru/sport.htm	Повторяют технику ранее разученных упражнений на гимнастическом бревне и гимнастикой скамейке. Разучивают упражнения на гимнастическом бревне (передвижение ходьбой, приставными шагами, наклоны вперед, назад, вправо и в лево в основной и широкой стойке, стока на коленях с опорой на руки, полушпагат и равновесие). Составляют гимнастическую комбинацию из 5-7 хорошо освоенных упражнений и разучивают её. Контролируют технику выполнения упражнений другими учащимися, сравнивают их с образцами и выявляют возможные ошибки.	- организует работу докладчиков; - формулирует задачи урока; - организывает групповую работу учащихся; - предъявляет задание для групповой работы. - предупреждение типичных ошибок; - организывает деятельность учащихся по открытию нового знания, к побуждению к самостоятельной исследовательской деятельности; - контролирует выполнение работы; - выставляет оценки за урок с комментарием;
3.3	Модуль «Гимнастика». Упражнения на высокой гимнастической перекладине с включением элементов	1	https://resh.edu.ru https://uchebniksonline.ru/uchebniki/5-9klass/fizicheskaya-https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-6-7klass-matveev	Повторяют технику ранее разученных упражнений на гимнастической перекладине. Наблюдают и анализируют образец техники перемаха одной ногой вперед и назад, определяют технические сложности в их исполнении, делают выводы. Описывают технику выполнения упражнений на бревне и низкой перекладине. Контролируют технику	-- проверяет правильность выполнения домашнего задания. - формулирует цель урока, знакомит с планом урока; - анализирует типичные ошибки и затруднения по изучаемой теме; - контролирует выполнение работы;

	размахивания и соскоком вперёд прогнувшись.		https://uchi.ru/teachers/lk/main http://www.sportreferats.narod.ru/sport.htm	выполнения упражнения другими учащимися, сравнивают её с образцом и выявляют возможные ошибки.	- устанавливает соответствие между поставленной целью урока и её результатом - выставляет оценки за урок с комментарием
3.4	Модуль «Гимнастика». Вольные упражнения на базе ранее изученных	4	https://resh.edu.ru https://uchebniksonline.ru/uchebniki/5-9klass/fizicheskaya-https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-6-7klass-matveev https://uchi.ru/teachers/lk/main http://www.sportreferats.narod.ru/sport.htm	Повторяют ранее разученные вольные упражнения и комбинации. Различают их специфические признаки и отличие от комплексов физических упражнений и ритмической гимнастики. Разучивают стойки на голове и руках, кувырок назад в полу шпагат. Сравнивают стилизованные общеразвивающие упражнения, выполняемые с разной амплитудой движения, ритмом и темпом (выпрыгивание из упора присев, прогнувшись; прыжки вверх с разведением рук и ног в стороны; прыжки вверх толчком двумя ногами с приземлением в упор присев, прыжки с поворотами и элементами ритмической гимнастики);	- организует работу докладчиков; - формулирует задачи урока; - организывает групповую работу учащихся; - предъявляет задание для групповой работы. - предупреждение типичных ошибок; - организывает деятельность учащихся по открытию нового знания, к побуждению к самостоятельной исследовательской деятельности; - контролирует выполнение работы; - выставляет оценки за урок с комментарием;
3.5	Модуль «Гимнастика». Черлидинг: композиция упражнений с построением пирамид. Элементы степ-аэробики, акробатики и ритмической гимнастики.	2	https://resh.edu.ru https://uchebniksonline.ru/uchebniki/5-9klass/fizicheskaya-https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-6-7klass-matveev https://uchi.ru/teachers/lk/main http://www.sportreferats.narod.ru/sport.htm	Повторяют ранее разученные упражнения степ-аэробики. Разучивают стилизованные ОРУ для степ-аэробики (передвижения приставным шагом с движением рук и туловища, приседы и полу приседы с отведением одной руки в сторону, круговые движения туловища, прыжковые упражнения различной конфигурации). Составляют комбинацию степ-аэробики. из хорошо разученных 8—10 упражнений, подбирают музыкальное сопровождение. Разучивают комбинацию степ-аэробики. и демонстрируют её выполнение на оценку..	-- проверяет правильность выполнения домашнего задания. - формулирует цель урока, знакомит с планом урока; - проводит подводящий диалог для формулирования учениками целей урока; - анализирует типичные ошибки и затруднения по изучаемой теме; - контролирует выполнение работы; - устанавливает соответствие между поставленной целью урока и её результатом - выставляет оценки за урок с комментарием;
3.6	Модуль «Лёгкая атлетика». Техническая подготовка в беге на короткие и длинные дистанции	4	https://resh.edu.ru https://uchebniksonline.ru/uchebniki/5-9klass/fizicheskaya-https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-6-7klass-matveev	Описывают технику выполнения беговых и специальных упражнений. Разучивают технику бега по дистанции в единстве с последующим ускорением. Контролируют технику выполнения старта другими учащимися, выявляют возможные ошибки (работа в парах). Наблюдают и анализируют образец техники	-- проверяет правильность выполнения домашнего задания. - формулирует цель урока, знакомит с планом урока; - проводит подводящий диалог для формулирования учениками целей урока;

			https://uchi.ru/teachers/lk/main http://www.sportreferats.narod.ru/sport.htm	<p>спринтерского бега, уточняют её фазы и элементы, делают выводы. Описывают технику спринтерского бега, разучивают её по фазам и в полной координации. Наблюдают и анализируют образец техники гладкого равномерного бега, уточняют её фазы и элементы, делают выводы. Рассматривают занятия лёгкой атлетикой и её положительное влияние на улучшение, и укрепление здоровья.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - организует работу обучающихся по уточнению темы урока, постановке цели и задач урока и путей её достижения; - анализирует типичные ошибки и затруднения по изучаемой теме; - контролирует выполнение работы; - устанавливает соответствие между поставленной целью урока и её результатом - выставляет оценки за урок с комментарием;
3.7	<p>Модуль «Лёгкая атлетика». Техническая подготовка в метании спортивного снаряда на результат.</p>	2	https://resh.edu.ru https://uchebniksonline.ru/uchebniki/5-9klass/fizicheskaya-9klass/fizicheskaya-kultura-6-7klass-matveev https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-6-7klass-matveev https://uchi.ru/teachers/lk/main http://www.sportreferats.narod.ru/sport.htm	<p>Повторяют ранее разученные способы метания малого (теннисного) стоя на месте, и с разбега, в подвижную мишень и на дальность. Наблюдают и анализируют образец учителя, сравнивают с техникой ранее разученных способов метания, находят отличительные признаки. Разучивают технику броска малого мяча в подвижную мишень, акцентируют внимание на технике выполнения выявленных отличительных признаков. Контролируют технику метания малого мяча другими учащимися.</p>	<ul style="list-style-type: none"> - организует работу докладчиков; - формулирует задачи урока; - организывает групповую работу учащихся; - организывает деятельность учащихся по открытию нового знания, к побуждению к самостоятельной исследовательской деятельности; - устанавливает соответствие между поставленной целью урока и её результатом - выставляет оценки за урок с комментарием;
3.8	<p>Модуль «Лёгкая атлетика». Правила проведения соревнований по сдаче норм ГТО. Самостоятельная подготовка к сдаче норм ГТО.</p>	1	https://resh.edu.ru https://uchebniksonline.ru/uchebniki/5-9klass/fizicheskaya-9klass/fizicheskaya-kultura-6-7klass-matveev https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-6-7klass-matveev https://uchi.ru/teachers/lk/main http://www.sportreferats.narod.ru/sport.htm	<p>Изучают правила проведения соревнований по сдаче норм ГТО. Самостоятельная подготовка к сдаче норм ГТО. Наблюдают и анализируют видео образец техники выполнения различных нормативов ГТО сравнивают с техникой ранее разученных способов тестирования школьных норм. Разучивают технику выполнения норм ГТО для самостоятельного освоения и подготовки к сдаче норм ГТО. Выполняют нормы ГТО по общепринятым правилам. Демонстрируют сдачу норм ГТО.</p>	<ul style="list-style-type: none"> -- проверяет правильность выполнения домашнего задания. - формулирует задачи урока; - организывает групповую работу учащихся; - предъявляет задание для групповой работы. - предупреждает типичных ошибок; - организывает представление результатов и самооценку деятельности каждого члена группы; - устанавливает соответствие между поставленной целью урока и её результатом - выставляет оценки за урок с комментарием;
3.9	<p>Модуль «Лёгкая атлетика». Техническая подготовка прыжки в длину с места, с</p>	3	https://resh.edu.ru https://uchebniksonline.ru/uchebniki/5-9klass/fizicheskaya-9klass/fizicheskaya-kultura-6-7klass-matveev	<p>Повторяют ранее разученные способы прыжковых упражнений и прыжков с места, с разбега в длину способом «согнув ноги». Прыжок к в высоту способом «перешагивание». Разучивают технику прыжка в длину, с разбега</p>	<ul style="list-style-type: none"> -- проверяет правильность выполнения домашнего задания. - формулирует задачи урока; - организывает групповую работу учащихся;

	разбега способом «согнув ноги»; прыжок в высоту способом «перешагивание».		https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-6-7klass-matveev https://uchi.ru/teachers/lk/main http://www.sportreferats.narod.ru/sport.htm	способом «согнув ноги», прыжок в высоту способом «перешагивание» по фазам движения и в полной координации. Наблюдают и анализируют образец учителя, сравнивают с техникой ранее разученных способов прыжков, находят отличительные признаки. Разучивают технику прыжков акцентируют внимание на технике выполнения выявленных отличительных признаков. Выполняют прыжок в высоту и в длину с места на результат.	- предъявляет задание для групповой работы. - предупреждение типичных ошибок; - организывает представление результатов и самооценку деятельности каждого члена группы; - организывает представление результатов и самооценку деятельности каждого члена группы; - устанавливает соответствие между поставленной целью урока и её результатом - выставляет оценки за урок с комментарием;
3.10	Модуль «Плавание». Брасс: подводные упражнения и плавание в полной координации	1	https://resh.edu.ru https://uchebniksonline.ru/uchebniki/5-9klass/fizicheskaya-https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-6-7klass-matveev https://uchi.ru/teachers/lk/main http://www.sportreferats.narod.ru/sport.htm	Повторяют ранее разученные способы старта с тумбочки. Выполняют старт прыжком с тумбочки при плавании кролем на груди и спине. Разучивают технику прыжка с тумбочки по фазам движения и в полной координации. Наблюдают и анализируют образец учителя, сравнивают с техникой ранее разученных способов прыжков с тумбочки, находят отличительные признаки. Разучивают технику прыжков с тумбочки акцентируют внимание на технике выполнения. Выполняют прыжок с тумбочки при плавании кролем на груди и спине.	-- проверяет правильность выполнения домашнего задания. - формулирует задачи урока; - организывает групповую работу учащихся; - предъявляет задание для групповой работы. - предупреждение типичных ошибок; - организывает представление результатов и самооценку деятельности каждого члена группы; - устанавливает соответствие между поставленной целью урока и её результатом - выставляет оценки за урок с комментарием
3.11	Модуль «Плавание». Повороты при плавании брассом. Проплывание учебных дистанций.	1	https://resh.edu.ru https://uchebniksonline.ru/uchebniki/5-9klass/fizicheskaya-https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-6-7klass-matveev https://uchi.ru/teachers/lk/main http://www.sportreferats.narod.ru/sport.htm	Повторяют ранее разученные способы поворотов при плавании кролем на груди и спине. Выполняют поворот при плавании кролем на груди и спине. Разучивают технику поворотов при плавании кролем на груди и спине, по фазам движения и в полной координации. Наблюдают и анализируют образец учителя, сравнивают с техникой ранее разученных способов поворотов, находят отличительные признаки. Разучивают технику поворотов при плавании кролем на груди и спине. акцентируют внимание на технике выполнения. Выполняют поворот при плавании кролем на груди и спине.	-- проверяет правильность выполнения домашнего задания. - формулирует задачи урока; - организывает групповую работу учащихся; - предъявляет задание для групповой работы. - предупреждение типичных ошибок; - организывает представление результатов и самооценку деятельности каждого члена группы; - устанавливает соответствие между поставленной целью урока и её результатом - выставляет оценки за урок с комментарием
3.12	Модуль «Зимние виды спорта».	8	https://resh.edu.ru	Повторяют ранее разученные способы передвижения на лыжах. Повторяют технику	-- проверяет правильность выполнения домашнего задания.

	Техническая подготовка передвижения на лыжах.		https://uchebniksonline.ru/uchebniki/5-9klass/fizicheskaya-https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-6-7klass-matveev https://uchi.ru/teachers/lk/main http://www.sportreferats.narod.ru/sport.htm	спусков, подъёмов и торможения с пологого склона. Наблюдают и анализируют образец техники одновременного одношажного хода., Изучают технику конькового хода. Сравнивают с техникой ранее разученных способов ходьбы, находят отличительные признаки и делают выводы. □Описывают технику передвижение на лыжах коньковым ходом. Выделяют фазы движения, и их технические трудности. Разучивают технику передвижения на лыжах коньковым ходом по фазам и в полной координации.. Демонстрируют технику передвижения на лыжах по учебной дистанции.	<ul style="list-style-type: none"> - формулирует задачи урока; - организывает групповую работу учащихся; - предъявляет задание для групповой работы. - предупреждение типичных ошибок; - организывает деятельность учащихся по открытию нового знания, к побуждению к самостоятельной исследовательской деятельности; - организывает представление результатов и самооценку деятельности каждого члена группы; - устанавливает соответствие между поставленной целью урока и её результатом - выставляет оценки за урок с комментарием;
3.13	Модуль «Зимние виды спорта». Переход с одного лыжного хода на другой.	2	https://resh.edu.ru https://uchebniksonline.ru/uchebniki/5-9klass/fizicheskaya-https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-6-7klass-matveev https://uchi.ru/teachers/lk/main http://www.sportreferats.narod.ru/sport.htm	Повторяют технику лыжных ходов Совершенствуют технику перехода с одного лыжного хода на другой.. Наблюдают и анализируют образец техники перехода с одного хода лыжного хода на другой. Описывают технику переходов лыжных ходов, выделяют фазы движения и их технические трудности. Контролируют технику переходов лыжных ходов. Демонстрируют технику лыжных ходов и переходов с одного на другой.	<ul style="list-style-type: none"> -- проверяет правильность выполнения домашнего задания; - формулирует задачи урока; - организывает групповую работу учащихся; - предъявляет задание для групповой работы. - предупреждение типичных ошибок; - выявляет пробелы и намечает пути их устранения; - устанавливает соответствие между поставленной целью урока и её результатом; - выставляет оценки за урок с комментарием;
3.14	Модуль «Спортивные игры. Баскетбол». Техническая подготовка игровых действий в баскетболе	10	https://resh.edu.ru https://uchebniksonline.ru/uchebniki/5-9klass/fizicheskaya-https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-6-7klass-matveev https://uchi.ru/teachers/lk/main http://www.sportreferats.narod.ru/sport.htm	Используют игру, как средство для активного отдыха. Совершенствуют ранее разученные технические действия игры баскетбол. Знакомятся с образцами технических действий игрока с мячом Анализируют выполнение технических действий с мячом, выделяют их трудные элементы и акцентируют внимание на их выполнении. Разучивают технические действия игрока с мячом по элементам и в полной координации. Демонстрируют технику владения мячом в полной координации.	<ul style="list-style-type: none"> -- проверяет правильность выполнения домашнего задания; - формулирует задачи урока; - организывает групповую работу учащихся; - предъявляет задание для групповой работы. - предупреждение типичных ошибок; - выявляет пробелы и намечает пути их устранения; - устанавливает соответствие между поставленной целью урока и её результатом - выставляет оценки за урок с комментарием;

3.15	Модуль «Спортивные игры. Волейбол». Техническая подготовка игровых действий в волейболе	10	https://resh.edu.ru https://uchebniksonline.ru/uchebniki/5-9klass/fizicheskaya-https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-6-7klass-matveev https://uchi.ru/teachers/lk/main http://www.sportreferats.narod.ru/sport.htm	Совершенствуют технику ранее разученных технических действий игры волейбол. Разучивают и совершенствуют передачу мяча двумя руками снизу и сверху в разные зоны площадки соперника. Разучивают правила игры в волейбол и знакомятся с игровыми действиями в нападении и защите. Играют в волейбол по правилам с использованием разученных технических действий.	-- проверяет правильность выполнения домашнего задания; - организует работу докладчиков; - формулирует задачи урока; - организовывает групповую работу учащихся; - предъявляет задание для групповой работы. - предупреждение типичных ошибок; - выявляет пробелы и намечает пути их устранения; - устанавливает соответствие между поставленной целью урока и её результатом - выставляет оценки за урок с комментарием;
3.16	Модуль «Спортивные игры. Футбол». Техническая подготовка игровых действий в футболе	4	https://resh.edu.ru https://uchebniksonline.ru/uchebniki/5-9klass/fizicheskaya-https://fk12.ru/books/fizicheskaya-kultura-6-7klass-matveev https://uchi.ru/teachers/lk/main http://www.sportreferats.narod.ru/sport.htm	Совершенствуют технику ранее разученных технических действий игры футбол. Знакомятся с образом удара по катящемуся мячу с разбега, демонстрируемого учителем, выделяют его фазы и технические элементы. Описывают технику удара по катящемуся мячу с разбега и сравнивают её с техникой удара по неподвижному мячу, выявляют имеющиеся различия, делают выводы по способам обучения. Играют в футбол по правилам с использованием разученных технических действий.	-- проверяет правильность выполнения домашнего задания; - формулирует задачи урока; - организовывает групповую работу учащихся; - предъявляет задание для групповой работы. - предупреждение типичных ошибок; - выявляет пробелы и намечает пути их устранения; - устанавливает соответствие между поставленной целью урока и её результатом; - выставляет оценки за урок с комментарием;
Раздел 4. СПОРТ (10ч.)					
4.1	Физическая подготовка. Освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО	10	https://resh.edu.ru https://uchi.ru/teachers/lk/main https://www.gto.ru	Осваивают содержания примерных модульных программ по физической культуре или рабочей программы базовой физической подготовки. Демонстрируют приросты в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО;	- формулирует задачи ГТО; - организует работу учащихся по выполнению норм ГТО; - знакомит с критериями оценивания результатов ГТО; - организовывает групповую работу учащихся по сдаче норм ГТО; - организовывает представление результатов по сдаче норм ГТО и самооценку деятельности каждого члена группы; - дает рекомендации по улучшению прироста результатов в выполнении норм ГТО.

Документ подписан электронной подписью.

Общее количество часов по программе	68			
--	----	--	--	--

Критерии оценивания различных видов работ.

Критерии оценивания по физической культуре являются качественными и количественными.

Качественные критерии успеваемости характеризуют степень овладения программным материалом: знаниями, двигательными умениями и навыками, способами физкультурно-оздоровительной деятельности, включенными в обязательный минимум содержания образования и в школьный образовательный стандарт.

Количественные критерии успеваемости определяют сдвиги в физической подготовленности, складывающиеся из показателей развития основных физических способностей: силовых, скоростных, координационных, выносливости, гибкости и их сочетаний, что отражает направленность и уровни реализуемых образовательных программ.

Осуществляя оценивание подготовленности по физической культуре, учителя реализуют не только собственно оценочную, но и стимулирующую и воспитывающую функции, учитывая темп (динамику изменения развития физических качеств за определенный период времени, а не в данный момент) и индивидуальные особенности учащихся (типы телосложения, психические и физиологические особенности). При этом учителю необходимо быть максимально тактичным, внимательным, не унижать человеческое достоинство обучающегося, заботясь о повышении и дальнейшем развитии интереса к физической культуре.

Критерии и оценивания успеваемости по базовым составляющим физической подготовки учащихся:

Знания. При оценивании знаний по предмету «Физическая культура» учитываются такие показатели: глубина знаний, полнота раскрытия вопроса, аргументированность вопроса, умение использовать знания применительно к конкретным случаям в жизни и занятиям физическими упражнениями в спортивном зале и самостоятельно. С целью проверки знаний используются следующие методы: опрос, проверочные беседы (без вызова из строя), тестирование.

Знания.

<i>Оценка «5»</i>	<i>Оценка «4»</i>	<i>Оценка «3»</i>	<i>Оценка «2»</i>
--------------------------	--------------------------	--------------------------	--------------------------

Документ подписан электронной подписью.

За ответ, в котором учащийся демонстрирует глубокое понимание сущности материала; логично его излагает, используя в деятельности урока.	За тот же ответ, если в нем содержатся небольшие неточности и незначительные ошибки.	За ответ, в котором отсутствует логическая последовательность, имеются пробелы в знании материала, нет должной аргументации и умения использовать знания на практике	За незнание материала программы
---	--	--	---------------------------------

Техника владения двигательными умениями и навыками

Оценка «5»	Оценка «4»	Оценка «3»	Оценка «2»
Движение или отдельные его элементы выполнены правильно, с соблюдением всех требований, без ошибок, легко, свободно, четко, уверенно, слитно, с отличной осанкой, в надлежащем ритме. Ученик понимает сущность движения, его назначение, может разобраться в движении, объяснить, как оно выполняется, и продемонстрировать в нестандартных условиях. Может определить и исправить ошибки, допущенные другим учеником. Уверенно и четко выполняет учебный норматив.	При выполнении ученик действует так же, как и в предыдущем случае, но допустил не более двух незначительных ошибок	Двигательное действие в основном выполнено правильно, но допущена одна грубая или несколько мелких ошибок, приведших к скованности движений, неуверенности. Учащийся не может выполнить движение в нестандартных и сложных в сравнении с уроком условиях	Движение или отдельные его элементы выполнены неправильно, допущено более двух значительных или одна грубая ошибка

Владение способами и умение осуществлять физкультурно-оздоровительную деятельность

Оценка «5»	Оценка «4»	Оценка «3»	Оценка «2»
Учащийся умеет: – самостоятельно организовать место занятий;	Учащийся умеет:	Более половины видов самостоятельной деятельности выполнены с	Учащийся не может выполнить

Документ подписан электронной подписью.

<p>– подбирать средства и инвентарь и применять их в конкретных условиях; – контролировать ход выполнения деятельности и оценивать итоги</p>	<p>– организовать место для занятий в основном самостоятельно, лишь с незначительной помощью учителя; – допускает незначительные ошибки в подборе средств; – контролирует ход выполнения деятельности и оценивает итоги</p>	<p>помощью учителя или не выполняется один из пунктов</p>	<p>самостоятельно ни один из пунктов</p>
--	---	---	--

Уровень физической подготовленности учащихся

Оценка «5»	Оценка «4»	Оценка «3»	Оценка «2»
<p>Исходный показатель соответствует высокому уровню подготовленности, предусмотренному обязательным минимумом подготовки и программой физического воспитания, которая отвечает требованиям государственного стандарта и обязательного минимума содержания обучения, по физической культуре, а также высокому приросту ученика в показателях физической подготовленности за определенный период времени с учётом мониторинга. Сдача нормативов ГТО на золотой значок</p>	<p>Исходный показатель соответствует среднему уровню подготовленности и достаточному темпу прироста. Сдача нормативов ГТО на серебряный и бронзовый значок.</p>	<p>Исходный показатель соответствует низкому уровню подготовленности и незначительному приросту.</p>	<p>Учащийся не выполняет государственный стандарт, нет темпа роста показателей физической подготовленности.</p>

Примечание: При оценке физической подготовленности приоритетным показателем является темп прироста результатов. Задание учителя по улучшению показателей физической подготовленности (темп прироста) должны представлять определенную трудность для каждого учащегося, но быть реально выполнимыми. Достижение этих сдвигов при условии систематических занятий дает основание учителю для выставления высокой оценки.

Документ подписан электронной подписью.

Общая оценка успеваемости складывается по видам программы: по гимнастике, баскетболу, волейболу, легкой атлетике – путем сложения конечных оценок, полученных учеником по всем видам движений, и оценок за выполнение контрольных упражнений.

Оценка успеваемости за учебный год производится на основании оценок за учебные четверти с учетом общих оценок по отдельным разделам программы. При этом преимущественное значение имеют оценки за умения и навыки осуществлять собственно двигательную, физкультурно-оздоровительную деятельность.

Итоговые оценки

Оценка за четверть и полугодие выводится на основании текущих оценок в четверти и сдачи зачёта по разделам.

Годовая оценка выставляется на основании четвертных оценок.

Итоговая оценка за год выставляется на основании четвертных оценок и зачета (экзамена) по физической культуре (для выпускных классов) и за счет прироста в тестировании, а также учитываются сдача норм комплекса ГТО.

Описание учебно-методического и материально-техническое обеспечение образовательного процесса

№ п/п	Технические средства обучения	
	<i>Библиотечный фонд (книгопечатная продукция)</i>	
	Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования по физической культуре	Д
	Примерные программы по учебным предметам. Физическая культура 5-9 класс	Д
	Рабочие программы по физической культуре	Д
	Учебники по физической культуре рекомендованные Министерством образования. <i>А.П. Матвеев</i> Физическая культура. 5класс, 6-7 класс, 8-9 классы. Учебник для общеобразовательных организаций линии УМК. ФГОС.	Г

Документ подписан электронной подписью.

	Учебная, научная, научно-популярная литература по физической культуре, спорту, олимпийскому движению.	Д
	Методические издания по физической культуре для учителей	Д
	Методическая литература по внедрению всероссийского комплекса ГТО	Д
	Нормативно - правовые документы по внедрению всероссийского комплекса ГТО в Кузбассе.	Д
	<i>Технические средства и экранно-звуковые пособия</i>	
	Аудиоцентр с системой озвучивания в спортивном зале	Д
	Аудиозаписи	Д
	Мегафон	Д
	Компьютер и принтер	Д
	<i>Учебно-практическое и учебно-лабораторное оборудование</i>	
	Стенка гимнастическая	Г
	Бревно гимнастическое напольное	Г
	Козёл гимнастический	Г
	Конь гимнастический	Г
	Мини-турники навесные	Г
	Канат для лазания с механизмом крепления	Г
	Мост гимнастический подкидной	Г
	Скамейка гимнастическая жёсткая	Г
	Комплект навесного оборудование(мишени для метания, перекладины, баскетбольные щиты)	Г

Документ подписан электронной подписью.

	Коврик гимнастический	Ф
	Маты гимнастические	Г
	Мяч набивной (1 кг, 2 кг, 3кг)	Ф
	Мяч малый (теннисный)	Ф
	Скакалка гимнастическая	К
	Палка гимнастическая	К
	Обруч гимнастический	К
	Коврики массажные	Д
	Сетка для переноса малых мячей	Д
<i>Легкая атлетика</i>		
	Планка для прыжков в высоту	Д
	Стойка для прыжков в высоту	Д
	Дорожка разметочная для прыжков в длину с места	Г
	Рулетка измерительная (10 м, 5 м)	Д
	Номера нагрудные	Г
<i>Подвижные и спортивные игры</i>		
	Комплект щитов баскетбольных с кольцами и сеткой	Д
	Щиты баскетбольные навесные с кольцами и сеткой	Г
	Мячи баскетбольные для мини-игры	Г
	Сетка для переноса и хранения мячей	Д

Документ подписан электронной подписью.

	Жилетки игровые с номерами	Г
	Стойки волейбольные универсальные	Д
	Сетка волейбольная	Д
	Мячи баскетбольные	К
	Мячи волейбольные	Г
	Табло перекидное	Д
	Мячи футбольные	Г
	Насос для накачивания мячей	Д
	Жилетки игровые	Ф
	Мячи малые мягкие	Г
	Стойки волейбольные	Д
	Ворота для мини-футбола	Д
<i>Средства первой помощи</i>		
	Аптечка медицинская	Д
<i>Спортивные залы (кабинеты)</i>		
	Спортивный зал игровой	
	Зоны рекреации	
	Кабинет учителя	
	Подсобное помещение для хранения инвентаря и оборудования	
<i>Демонстрационные печатные материалы</i>		

Документ подписан электронной подписью.

	Таблицы стандартов физического развития и физической подготовленности, нормативы комплекса ГТО.	Д
	Плакаты методические, фотографии великих спортсменов и деятелей физической культуры.	Д
	Теоретико - методический комплекс. <i>(Тестовые задания 5-9кл.)</i>	Ф

Д-демонстрационный экземпляр

Ф - комплект для фронтальной работы (не менее одного экземпляра на двух учеников)

Г-комплект для групповых занятий (не менее 5-6 человек в группе)

К – комплект на каждого учащегося.

Документ подписан электронной подписью.

Список литературы:

1. Физическая культура. Тестовый контроль 5-9 В.И. Лях, М.: Просвещение, 2014.
2. Зимние подвижные игры.. А.Ю.Патрикеев — М.: ВАКО, 2009.
3. Программа физического воспитания 1-11 классы», А.П. Матвеев ФГОС Примерные программы основного общего образования. Физическая культура. (Стандарты нового поколения): методическое пособие Просвещение, 2011г.
4. Программа дополнительного образования. Гармоничное развитие детей средствами гимнастики. Под редакцией И.А.Винер — М. - Просвещение,2011.
5. Уроки физической культуры 5-9 классы. Методические рекомендации. А.П. Матвеев / Москва, Просвещение 2014г.
6. Учебники «Физическая культура». 5, 6-7, 8-9 класс. А.П. Матвеев: Просвещение, 2014г.
7. Настольная книга учителя физической культуры. Под редакцией Л.Б. Кофмана «Физкультура и спорт» 2008г.
8. Программа физического воспитания учащихся 1-11 классов, основанной на одном из видов спорта (волейбол) И.В. Стенькин, Новокузнецк изд. Куз ГПА 2004г.
9. Физическое воспитание в школе. Пособие. Е.Л. Гордияш и др. Волгоград 2008г.
10. Методика обучения учащихся технике передвижения на лыжах 1-11 класс. В.А. Лепёшкин. Москва. Дрофа 2006г.
11. Нормативно-правовые документы по сдаче нормативов всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО.
12. Сборник нормативно-правовых актов, регулирующих вопросы внедрения всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «ГОТОВ К ТРУДУ И ОБОРОНЕ» (ГТО).

Документ подписан электронной подписью.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ



**ПОДЛИННОСТЬ ДОКУМЕНТА ПОДТВЕРЖДЕНА.
ПРОВЕРЕНО В ПРОГРАММЕ КРИПТОАРМ.**

ПОДПИСЬ

Общий статус подписи:	Подпись верна
Сертификат:	65E65D7BE282D7A124605A5EFC520A42
Владелец:	RU, Кемеровская область, Новокузнецк, ДИРЕКТОР, МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ "СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 18", 06039392154, 421800956577, sh18nvkz@yandex.ru, Татьяна Александровна, Улитушкина, Улитушкина Татьяна Александровна
Издатель:	Казначейство России, Казначейство России, RU, г. Москва, Большой Златоустинский переулок, д. 6, строение 1, 1047797019830, 7710568760, 77 Москва, uc_fk@roskazna.ru
Срок действия:	Действителен с: 18.10.2022 10:23:00 UTC+07 Действителен до: 11.01.2024 10:18:00 UTC+07
Дата и время создания ЭП:	17.10.2023 16:11:08 UTC+07