

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Тульской области

Комитет по образованию АМО г. Донской

МБОУ "Гимназия №20"

РАССМОТРЕНО:

Научно-методическим советом
МБОУ "Гимназия №20"

УТВЕРЖДАЮ:

Директор МБОУ "Гимназия
№20"

_____ Родионова Н.Е.

_____ Родионов В.И.

Протокол №1

Приказ №273

от 29 августа 2022 г.

от 01 сентября 2022 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

(ID 2023671)

учебного предмета

«Физическая культура»

для 8 класса основного общего образования

на 2022 – 2023 учебный год

Составитель: Садков Николай Юрьевич
преподаватель-организатор ОБЖ

Донской 2022

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

При создании рабочей программы 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 рабочей программе нашли свои отражения объективно сложившиеся реалии современного социокультурного развития российского общества, условия деятельности образовательных организаций, возросшие требования родителей, учителей и методистов к совершенствованию содержания школьного образования, внедрению новых методик и технологий в учебно-воспитательный процесс.

В своей социально-ценностной ориентации рабочая программа сохраняет исторически сложившееся предназначение дисциплины «Физическая культура» в качестве средства подготовки учащихся к предстоящей жизнедеятельности, укрепления их здоровья, повышения функциональных и адаптивных возможностей систем организма, развития жизненно важных физических качеств.

Программа обеспечивает преемственность с Примерной рабочей программой начального среднего общего образования, предусматривает возможность активной подготовки учащихся к выполнению нормативов «Президентских состязаний» и «Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО».

ЦЕЛИ ИЗУЧЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

Общей целью школьного образования 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 рабочей программе для 8 класса данная цель конкретизируется и связывается с формированием устойчивых мотивов и потребностей школьников 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 рабочей программы определяется вектором развития физических качеств и функциональных возможностей организма занимающихся, являющихся основой укрепления их здоровья, повышения надёжности и активности адаптивных процессов. Существенным достижением данной ориентации является приобретение школьниками знаний и умений в организации самостоятельных форм занятий оздоровительной, спортивной и прикладно-ориентированной физической культурой, возможностью познания своих физических способностей и их целенаправленного развития.

Воспитывающее значение рабочей программы заключается в содействии активной социализации школьников на основе осмысления и понимания роли и значения мирового и российского олимпийского движения, приобщения к их культурным ценностям, 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 в основной школе является воспитание целостной личности учащихся, обеспечение единства в развитии их физической, психической и социальной природы. Реализация этой идеи становится возможной на основе содержания учебной дисциплины «Физическая культура», 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, придания ей личностно значимого смысла, содержание рабочей программы 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[1]), спортивные игры, плавание. Данные модули в своём предметном содержании ориентируются на всестороннюю физическую подготовленность учащихся, освоение ими технических действий и физических упражнений, содействующих обогащению двигательного опыта.

Вариативные модули объединены в рабочей программе модулем «Спорт», содержание которого разрабатывается образовательной организацией на основе Примерных модульных программ по физической культуре для общеобразовательных организаций, рекомендуемых Министерством просвещения Российской Федерации. Основной содержательной направленностью вариативных модулей является подготовка учащихся к выполнению нормативных требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО, активное вовлечение их в соревновательную деятельность.

Исходя из интересов учащихся, традиций конкретного региона или образовательной организации, модуль «Спорт» может разрабатываться учителями физической культуры на основе содержания базовой физической подготовки, национальных видов спорта, современных оздоровительных систем. В настоящей рабочей программе в помощь учителям физической культуры в рамках данного модуля, представлено примерное содержание «Базовой физической подготовки».

В программе предусмотрен раздел «Универсальные учебные действия», в котором раскрывается вклад предмета в формирование познавательных, коммуникативных и регулятивных действий, соответствующих возможностям и особенностям школьников данного возраста. Личностные достижения непосредственно связаны с конкретным содержанием учебного предмета и представлены по мере его раскрытия.

Содержание рабочей программы, раскрытие личностных и метапредметных результатов обеспечивает преемственность и перспективность в освоении областей знаний, которые отражают ведущие идеи учебных предметов основной школы и подчёркивают её значение для формирования готовности учащихся к дальнейшему образованию в системе среднего полного или среднего профессионального образования.

МЕСТО УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

В 8 классе на изучение предмета отводится 3 часа в неделю, суммарно 102 часа. Вариативные модули (не менее 1 часа в неделю) могут быть реализованы во внеурочной деятельности, в том числе в форме сетевого взаимодействия с организациями системы дополнительного образования детей.

При подготовке рабочей программы учитывались личностные и метапредметные результаты, зафиксированные в Федеральном государственном образовательном стандарте основного общего образования и в «Универсальном кодификаторе элементов содержания и требований к результатам освоения основной образовательной программы основного общего образования».

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Раздел «Знания о физической культуре»

Туристские походы как форма активного отдыха

Адаптивная и лечебная физическая культура

Восстановительный массаж.

Коррекция осанки и телосложения.

Правила проведения банных процедур.

Доврачебная помощь во время занятий физической культурой и спортом, характеристика типовых травм, причины их возникновения.

Организация и проведение самостоятельных занятий спортивной подготовкой.

Самонаблюдение при занятиях физическими упражнениями.

Учет индивидуальных особенностей при составлении планов тренировочных занятий.

Здоровье и здоровый образ жизни.

Организация и проведение занятий профессионально-прикладной подготовкой.

Личная гигиена в процессе занятий физическими упражнениями.

История возникновения и развития физической культуры.

Всестороннее и гармоничное физическое развитие.

Спортивная подготовка.

Физическая культура в современном обществе.

Измерение функциональных резервов организма.

Влияние возрастных особенностей на физическое развитие и физическую подготовленность.

Роль опорно-двигательного аппарата в выполнении физических упражнений.

Значение нервной системы в управлении движениями и регуляции систем дыхания, кровообращения, энергообеспечения.

Психические процессы в обучении двигательным действиям.

Раздел «Способы двигательной (физкультурной) деятельности»

Организация и проведение самостоятельных занятий физической культурой. Подготовка к занятиям физической культурой.

Выбор упражнений и составление индивидуальных комплексов для утренней зарядки, физкультурминуток, физкультпауз (подвижных перемен).

Планирование занятий физической культурой. Проведение самостоятельных занятий прикладной физической подготовкой.

Организация досуга средствами физической культуры.

Оценка эффективности занятий физической культурой. Самонаблюдение и самоконтроль.

Оценка эффективности занятий Физкультурно-оздоровительной деятельностью. Оценка техники движений, способы выявления и устранения ошибок в технике выполнения (технических ошибок).

Измерение резервов организма и состояния здоровья с помощью функциональных проб.

Раздел «Физическое совершенствование»

Физкультурно-оздоровительная деятельность. Комплексы упражнений для развития гибкости и координации движений, формирования правильной осанки, регулирование массы тела с учетом индивидуальных особенностей физического развития и полового созревания. Комплексы упражнений для формирования стройной фигуры. Комплексы упражнений утренней зарядки, физкультурминуток и физкультпауз. Комплексы дыхательной гимнастики и гимнастики для глаз.

Спортивно-оздоровительная деятельность.

Гимнастика с основами акробатики.

- *Организующие команды и приемы:* построения и перестроения на месте и в движении; передвижение строевым шагом одной, двумя и тремя колоннами; передвижение в колонне с изменением длины шага.

- акробатические упражнения и комбинации на гимнастическом бревне (девочки), брусьях, гимнастической перекладине.
- стойка на голове и руках.
- подъем в упор переворотом махом на перекладине (юноши).
- подъем силой на перекладине (юноши).
- подъем махом вперед в сед ноги врозь на брусьях (юноши).
- длинный кувырок с разбега (юноши).
- опорные прыжки – опорный прыжок согнув ноги и боком (юноши) и прыжок боком с поворотом на 90° (девочки).
- висы и упоры.
- развитие гибкости, координация движений, силы, выносливости.
- лазание по канату и гимнастической стенке.
- длинный кувырок с разбега. (юноши)
- кувырок назад в упор, стоя ноги врозь.
- «Мост» и поворот в упор, стоя на одном колене (девочки).

Легкая атлетика

- беговые упражнения: бег на длинные и короткие дистанции; эстафетный бег; высокий старт; низкий старт; ускорение с высокого старта; спринтерский бег; гладкий равномерный бег на учебные дистанции (протяженность дистанции регулируется учителем или учеником); бег с преодолением препятствий; кроссовый бег.
- Прыжковые упражнения: прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги»; прыжок в высоту с разбега способом «перешагивание»; прыжок в длину с разбега способом «прогнувшись».
- Упражнение в метании малого мяча: метание малого мяча с места в вертикальную и горизонтальную неподвижную мишень; метание малого мяча на дальность с разбега(3 шагов).
- развитие выносливости, силы, быстроты, координации движений.

Спортивные игры.

Баскетбол. Основные приемы, ведение мяча шагом, бегом, змейкой, с обеганием стоек; ловля и передача мяча двумя руками от груди; передача мяча одной рукой от плеча; передача мяча при встречном движении; передача мяча одной рукой снизу, сбоку; передача мяча двумя руками с отскока от пола; бросок мяча двумя руками от груди с места; бросок мяча одной рукой от головы в прыжке, в движении; штрафной бросок; вырывание и выбивание мяча; перехват мяча во время передачи, ведения; накрывание мяча; повороты с мячом на месте; тактические действия; подстраховка; личная опека. Игра по правилам. Развитие быстроты, силы, выносливости, координация движений.

Волейбол. Прямая нижняя подача; верхняя прямая подача; приёмы передачи мяча двумя руками снизу; приемы передачи мяча сверху двумя руками; передача мяча сверху двумя руками назад; передача мяча в прыжке; прием мяча после подачи; вторая передача после приема мяча; прием мяча сверху двумя руками с перекатом на спине; прием мяча одной рукой с последующим перекатом в сторону; техника прямого нападающего удара; Нападающий удар из зон 3, 4, 2; прямой нападающий удар из-за трехметровой линии; индивидуальное блокирование в прыжке с места; тактические действия: передача мяча из зоны защиты в зону нападения; тактика игры в нападении; тактика игры в защите. Игра по правилам.

Футбол. Ведение мяча; удар по неподвижному и катящемуся мячу внутренней стороной стопы; удар по неподвижному и катящемуся мячу внешней стороной стопы; удар по мячу серединой подъема стопы; удар по мячу серединой лба; остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы; остановка мяча подошвой стопы; остановка опускающегося мяча внутренней стороной стопы; остановка мяча грудью; отбор мяча подкатом. Игра по правилам.

ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

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.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Универсальные познавательные 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.

Универсальные коммуникативные 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 учащимися, 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.

Универсальные учебные регулятивные 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 относиться 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

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 учащимися 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 учащимися, 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;

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);

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);

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

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Дата изучения	Виды деятельности	Виды, формы контроля	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		всего	контрольные работы	практические работы				
Раздел 1. Легкая атлетика (20 ч)								
1.1.	Организационно- методические требования на уроках физической культуры. Бег на короткие дистанции	2	0	2		Формирование у учащихся умений построения и реализации новых знаний (понятий, способов действий и т. д.): первичный инструктаж по технике безопасности на уроках физкультуры, инструктаж по технике безопасности на занятиях легкой атлетикой; разучивание специальных беговых упражнений; развитие скоростных качеств; проектирование способов выполнения домашнего задания	Практическая работа;	http://metodsovet.su/forum/15-117-1 http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura http://www.uroki.net/ http://www.trainer.h1.ru/
1.2.	Тестирование бега на 100 м	2	0	2		Формирование у учащихся умений к осуществлению контрольных функций: разучивание беговой разминки; проверка выполнения домашнего задания; проведение тестирования бега на 100 м; разучивание подводящих упражнений для бега на короткие дистанции; оценка уровня развития скоростных способностей и скоростной выносливости; проектирование способов выполнения домашнего задания	Практическая работа;	http://metodsovet.su/forum/15-117-1 http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura http://www.uroki.net/ http://www.trainer.h1.ru/
1.3.	Техника метания мяча на дальность с разбега	2	0	2		Формирование у учащихся умений построения и реализации новых знаний (понятий, способов действий и т. д.): повторение разминки в движении; проверка выполнения домашнего задания; разучивание техники броска мяча на дальность с разбега, техники бега на средние дистанции; выполнение игрового упражнения с метанием мяча; проектирование способов выполнения домашнего задания	Практическая работа;	http://metodsovet.su/forum/15-117-1 http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura http://www.uroki.net/ http://www.trainer.h1.ru/
1.4.	Тестирование метания мяча на дальность с разбега	2	0	2		Формирование у учащихся умений к осуществлению контрольных функций: повторение разминки в движении; проверка выполнения домашнего задания; проведение тестирования метания мяча на дальность с разбега; оценка уровня развития скоростно-силовых способностей; совершенствование техники бега на средние дистанции; проектирование способов выполнения домашнего задания	Практическая работа;	http://metodsovet.su/forum/15-117-1 http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura http://www.uroki.net/ http://www.trainer.h1.ru/

1.5.	Тестирование бега на 2000 и 3000 м	2	0	2	Формирование у учащихся умений к осуществлению контрольных функций: разучивание разминки на гибкость; проверка выполнения домашнего задания; проведение тестирования бега на 2000 и 3000 м; оценка уровня развития выносливости; разучивание техники равномерного бега; проведение футбольных подвижных игр; проектирование способов выполнения домашнего задания.	Практическая работа;	http://metodsovet.su/forum/15-117-1 http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura http://www.uroki.net/ http://www.trainer.h1.ru/
1.6.	Техника прыжка в длину с разбега способом «прогнувшись». Тестирование прыжка в длину с разбега	2	0	2	Формирование у учащихся способностей к рефлексии коррекционно-контрольного типа и реализации коррекционной нормы (фиксирования собственных затруднений в деятельности): разучивание беговой разминки; проверка выполнения домашнего задания; повторение техники прыжка в длину с разбега «согнув ноги» и «прогнувшись»; проведение футбольных подвижных игр; проектирование способов выполнения домашнего задания.	Практическая работа;	http://metodsovet.su/forum/15-117-1 http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura http://www.uroki.net/ http://www.trainer.h1.ru/
1.7.	Броски малого мяча на точность	2	0	2	Формирование у учащихся умения построения и реализации новых знаний (понятий, способов действий и т. д.): разучивание разминки с малыми мячами; проверка выполнения домашнего задания; повторение техники бросков мяча в цель; проведение тренировочных бросков в горизонтальные и вертикальные цели выполнение игрового упражнения с метанием малого мяча; проектирование способов выполнения домашнего задания	Практическая работа;	http://metodsovet.su/forum/15-117-1 http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura http://www.uroki.net/ http://www.trainer.h1.ru/
1.8.	Техника прыжка в высоту способом «перешагивание». Тестирование прыжка в высоту способом «перешагивание»	2	0	2	Формирование у учащихся способностей к рефлексии коррекционно-контрольного типа и реализации коррекционной нормы (фиксирование собственных затруднений в деятельности): повторение разминки на месте; проверка выполнения домашнего задания; проведение тестирования прыжка в высоту способом «перешагивание»; проведение подвижной игры «Салки и мяч»; проектировании способов выполнения домашнего задания	Практическая работа;	http://metodsovet.su/forum/15-117-1 http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura http://www.uroki.net/ http://www.trainer.h1.ru/

1.9.	Преодоление легкоатлетической полосы препятствий	2	0	2	Формирование у учащихся деятельностных способностей и способностей к структурированию и систематизации изучаемого предметного содержания: разучивание разминки с набивными мячами; проверка выполнения домашнего задания; преодоление легкоатлетической полосы препятствий; повторение техники преодоления препятствия наступанием и прыжковым бегом; проектирование способов выполнения домашнего задания	Практическая работа;	http://metodsovet.su/forum/15-117-1 http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura http://www.uroki.net/ http://www.trainer.h1.ru/
1.10.	Преодоление легкоатлетической полосы препятствий	2	0	2	Формирование у учащихся способностей к рефлексии коррекционно-контрольного типа и реализации , коррекционной нормы (фиксирования собственных затруднений в деятельности): повторение разминки с набивными мячами; проверка выполнения домашнего задания; преодоление легкоатлетической полосы препятствий; совершенствование техники преодоления препятствия; наступанием и прыжковым бегом; проектирование способов выполнения домашнего задания	Практическая работа;	http://metodsovet.su/forum/15-117-1 http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura http://www.uroki.net/ http://www.trainer.h1.ru/
Итого по разделу		20					
Раздел 2. Спортивные игры. Футбол. (6 ч)							
2.1.	Техника удара по мячу внутренней стороной стопы	1	0	1	Формирование у учащихся деятельностных способностей и способностей к структурированию и систематизации изучаемого предметного содержания: разучивание разминки с футбольным мячом; проверка выполнения домашнего задания; проведение инструктажа по технике безопасности при проведении подвижных и спортивных игр; разучивание техники удара по мячу внутренней стороной стопы, ведение мяча ногами; выполнение игровых упражнений с ведением мяча; проектирование способов выполнения домашнего задания	Практическая работа;	http://metodsovet.su/forum/15-117-1 http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura http://www.uroki.net/ http://www.trainer.h1.ru/

2.2.	Удары по мячу подъемом ноги	1	0	1		Формирование у учащихся деятельностных способностей и способностей к структурированию и систематизации изучаемого предметного содержания: повторение разминки с футбольным мячом; проверка выполнения домашнего задания; разучивание техники удара по мячу подъемом ноги; совершенствование техники удара по мячу внутренней стороной стопы, техники ведения мяча; проведение спортивной игры «Мини-футбол»; проектирование способов выполнения домашнего задания	Практическая работа;	http://metodsovet.su/forum/15-117-1 http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura http://www.uroki.net/ http://www.trainer.h1.ru/
2.3.	Удар по мячу серединой лба	1	0	1		Формирование у учащихся деятельностных способностей и способностей к структурированию и систематизации изучаемого предметного содержания: повторение разминки с футбольным мячом; проверка выполнения домашнего задания; разучивание техники удара по мячу подъемом ноги; совершенствование техники удара по мячу внутренней стороной стопы, техники ведения мяча; проведение спортивной игры «Мини-футбол»; проектирование способов выполнения домашнего задания	Практическая работа;	http://metodsovet.su/forum/15-117-1 http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura http://www.uroki.net/ http://www.trainer.h1.ru/
2.4.	Вбрасывание мяча и удары головой по летящему мячу	1	0	1		Формирование у учащихся деятельностных способностей и способностей к структурированию и систематизации изучаемого предметного содержания: повторение разминки с футбольным мячом; проверка выполнения домашнего задания; разучивание техники удара по мячу подъемом ноги; совершенствование техники удара по мячу внутренней стороной стопы, техники ведения мяча; проведение спортивной игры «Футбол»; проектирование способов выполнения домашнего задания	Практическая работа;	http://metodsovet.su/forum/15-117-1 http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura http://www.uroki.net/ http://www.trainer.h1.ru/

2.5	Контрольный урок по теме «Футбол»	2	0	2		Формирование у учащихся деятельностных способностей и способностей к структурированию и систематизации изучаемого предметного содержания: повторение разминки с футбольным мячом; проверка выполнения домашнего задания; разучивание техники удара по мячу подъемом ноги; совершенствование техники удара по мячу внутренней стороной стопы, техники ведения мяча; проведение спортивной игры «Мини-футбол»; проектирование способов выполнения домашнего задания	Практическая работа;	http://metodsovet.su/forum/15-117-1 http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura http://www.uroki.net/ http://www.trainer.h1.ru/
Итого по разделу		6						
Раздел 3. Гимнастика с элементами акробатики (10 ч)								
3.1.	Длинный кувырок с разбега	1	0	1		Формирование у учащихся деятельностных способностей и способностей к структурированию и систематизации изучаемого предметного содержания: проведение разминки на гимнастических матах; проверка выполнения домашнего задания; разучивание кувырка назад в упор, стоя ноги врозь; повторение техники выполнения длинного кувырка вперед с разбега; совершенствование техники выполнения акробатических элементов; повторение техники вращений обруча; проектирование способов выполнения домашнего задания	Практическая работа;	http://metodsovet.su/forum/15-117-1 http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura http://www.uroki.net/ http://www.trainer.h1.ru/
3.2.	Кувырок назад в упор, стоя ноги врозь	1	0	1		Формирование у учащихся деятельностных способностей и способностей к структурированию и систематизации изучаемого предметного содержания: проведение разминки на гимнастических матах; проверка выполнения домашнего задания; разучивание кувырка назад в упор, стоя ноги врозь; повторение техники выполнения длинного кувырка вперед с разбега; совершенствование техники выполнения акробатических элементов; повторение техники вращений обруча; проектирование способов выполнения домашнего задания	Практическая работа;	http://metodsovet.su/forum/15-117-1 http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura http://www.uroki.net/ http://www.trainer.h1.ru/

3.3.	Акробатические комбинации	1	0	1		Формирование у учащихся деятельностных способностей и способностей к структурированию и систематизации изучаемого предметного содержания: разучивание разминки с гимнастической палкой, проверка выполнения домашнего задания; разучивание упражнения на гимнастическом бревне и перекладине; повторение техники выполнения стойки 1 на голове и руках; проектирование способов выполнения домашнего задания	Практическая работа;	http://metodsovet.su/forum/15-117-1 http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura http://www.uroki.net/ http://www.trainer.h1.ru/
3.4.	Упражнения на гимнастическом бревне и перекладине. Подъем переворотом на не высокой перекладине. Комбинации на гимнастическом бревне и перекладине	1	0	1		Формирование у учащихся деятельностных способностей и способностей к структурированию и систематизации изучаемого предметного содержания: разучивание разминки с набивными мячами; проверка выполнения домашнего задания; повторение техники выполнения упражнений на брусьях; совершенствование техники	Практическая работа;	http://metodsovet.su/forum/15-117-1 http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura http://www.uroki.net/ http://www.trainer.h1.ru/
3.5.	Упражнения на брусьях. Комбинации на брусьях	3	0	3		Формирование у учащихся умений к осуществлению контрольных функций: проведение разминки с гимнастическими палками; проверка выполнения домашнего задания; выполнение контрольных комбинаций на брусьях; осуществление контроля и самоконтроля во время выполнения контрольных упражнений и комбинаций на брусьях; проведение гимнастической эстафеты; проектирование способов выполнения домашнего задания	Практическая работа;	http://metodsovet.su/forum/15-117-1 http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura http://www.uroki.net/ http://www.trainer.h1.ru/
3.6.	Техника выполнения опорного прыжка.	3	0	3		Формирование у учащихся умений к осуществлению контрольных функций: проведение разминки с гимнастическими скакалками; проверка выполнения домашнего задания; выполнение контрольных опорных прыжков; подведение итогов; выполнение усложненных вариантов опорных прыжков; проектирование способов выполнения домашнего задания	Практическая работа;	http://metodsovet.su/forum/15-117-1 http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura http://www.uroki.net/ http://www.trainer.h1.ru/
Итого по разделу		10						
Раздел 4. Спортивные игры (34ч)								

4.1.	Настольный теннис	4 + 4 внеурочной деятельности	0	8		Формирование у учащихся умений построения и реализации новых знаний (понятий, способов действий и т. д.): выполнение разминки с теннисным мячом в парах; проверка выполнения домашнего задания; выполнение ударов в индивидуальном и парном режимах, с наброса учителя; подбивания мяча вверх, вниз, вверх-вниз; проведение спортивной игры «Настольный теннис»; проектирование способов выполнения домашнего задания	Практическая работа;	http://metodsovet.su/forum/15-117-1 http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura http://www.uroki.net/ http://www.trainer.h1.ru/
	Русская лапта	6 + 6 внеурочной деятельности	0	12		Формирование у учащихся деятельностных способностей и способностей к структурированию и систематизации изучаемого предметного содержания: повторение техники владения мячом; проверка выполнения домашнего задания; проектирование способов выполнения домашнего задания.	Практическая работа;	http://metodsovet.su/forum/15-117-1 http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura http://www.uroki.net/ http://www.trainer.h1.ru/
	Волейбол. Баскетбол	24 + 20 внеурочной деятельности	0	48		Формирование у учащихся деятельностных способностей и способностей к структурированию и систематизации изучаемого предметного содержания: разучивание разминки с волейбольным мячом; повторение техники приема и передачи мяча в парах сверху двумя руками; повторение правил спортивной игры «Волейбол», «Баскетбол»	Практическая работа;	http://metodsovet.su/forum/15-117-1 http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura http://www.uroki.net/ http://www.trainer.h1.ru/
	Резерв	2						
Итого по разделу		66						
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		102	0	102				

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Виды, формы контроля
		всего	контрольные работы	практические работы		
1.	Организационно-методические требования на уроках физической культуры. Бег на короткие дистанции.	1	0	1		Практическая работа;
2.	Организационно-методические требования на уроках физической культуры. Бег на короткие дистанции.	1	0	1		Практическая работа;
3.	Тестирование бега на 100 м	1	0	1		Практическая работа;
4.	Тестирование бега на 100 м	1	0	1		Практическая работа;
5.	Техника метания мяча на дальность с разбега	1	0	1		Практическая работа;
6.	Техника метания мяча на дальность с разбега	1	0	1		Практическая работа;
7.	Тестирование метания мяча на дальность с разбега	1	0	1		Практическая работа;
8.	Тестирование метания мяча на дальность с разбега	1	0	1		Практическая работа;
9.	Тестирование бега на 2000 и 3000 м	1	0	1		Практическая работа;
10.	Тестирование бега на 2000 и 3000 м	1	0	1		Практическая работа;
11.	Техника прыжка в длину с разбега способом «прогнувшись». Тестирование прыжка в длину с разбега	1	0	1		Практическая работа;
12.	Техника прыжка в длину с разбега способом «прогнувшись». Тестирование прыжка в длину с разбега	1	0	1		Практическая работа;
13.	Броски малого мяча на точность	1	0	1		Практическая работа;
14.	Броски малого мяча на точность	1	0	1		Практическая работа;

15.	Техника прыжка в высоту способом «перешагивание». Тестирование прыжка в высоту способом «перешагивание»	1	0	1		Практическая работа;
16.	Техника прыжка в высоту способом «перешагивание». Тестирование прыжка в высоту способом «перешагивание»	1	0	1		Практическая работа;
17.	Преодоление легкоатлетической полосы препятствий	1	0	1		Практическая работа;
18.	Преодоление легкоатлетической полосы препятствий	1	0	1		Практическая работа;
19.	Преодоление легкоатлетической полосы препятствий	1	0	1		Практическая работа;
20.	Преодоление легкоатлетической полосы препятствий	1	0	1		Практическая работа;
21.	Техника удара по мячу внутренней стороной стопы	1	0	1		Практическая работа;
22.	Удары по мячу подъемом ноги	1	0	1		Практическая работа;
23.	Удар по мячу серединой лба	1	0	1		Практическая работа;
24.	Вбрасывание мяча и удары головой по летящему мячу	1	0	1		Практическая работа;
25.	Контрольный урок по теме «Футбол»	1	0	1		Практическая работа;
26.	Контрольный урок по теме «Футбол»	1	0	1		Практическая работа;
27.	Инструкция по технике безопасности на занятиях гимнастикой. Длинный кувырок с разбега	1	0	1		Практическая работа;
28.	Кувырок назад в упор, стоя ноги врозь	1	0	1		Практическая работа;
29.	Акробатические комбинации	1	0	1		Практическая работа;

30.	Упражнения на гимнастическом бревне и перекладине. Подъем переворотом на невысокой перекладине. Комбинации на гимнастическом бревне и перекладине	1	0	1		Практическая работа;
31.	Упражнения на брусьях. Комбинации на брусьях	1	0	1		Практическая работа;
32.	Комбинации на брусьях	1	0	1		Практическая работа;
33.	Контрольный урок по теме «Брусья»	1	0	1		Практическая работа;
34.	Техника выполнения опорного прыжки ноги врозь и согнув ноги	1	0	1		Практическая работа;
35.	Опорный прыжок боком с поворотом	1	0	1		Практическая работа;
36.	Контрольный урок по теме «Опорные прыжки»	1	0	1		Практическая работа;
37.	Настольный теннис. Организационно-методические требования на уроках физической культуры. Выбор ракетки и способы держания. Жесткий хват, мягкий хват, хват «пером». Разновидности хватки «пером», «малые клещи», «большие клещи». Толчок. Удары с отскока. Атакующие удары. Удар толчок слева с отскока на месте. Упражнения «школы мяча».	1	0	1		Практическая работа;

38.	Настольный теннис. Организационно-методические требования на уроках физической культуры. Выбор ракетки и способы держания. Жесткий хват, мягкий хват, хват «пером». Разновидности хватки «пером», «малые клещи», «большие клещи». Толчок. Удары с отскока. Атакующие удары. Удар толчок слева с отскока на месте. Реализован в рамках внеурочной деятельности	1	0	1		Практическая работа;
39.	Удары с отскока. Срезка справа с отскока. Срезка слева с отскока на месте. Сочетаниям ударов справа и слева срезкой с отскока от стены.	1	0	1		Практическая работа;
40.	Удары с отскока. Срезка справа с отскока. Срезка слева с отскока на месте. Сочетаниям ударов справа и слева срезкой с отскока от стены. Реализован в рамках внеурочной деятельности	1	0	1		Практическая работа;
41.	Удары с отскока. Срезка справа с отскока. Срезка слева с отскока на месте. Сочетаниям ударов справа и слева срезкой с отскока от стены. Реализован в рамках внеурочной деятельности	1	0	1		Практическая работа;

42.	<p>Подача (четыре группы подач: верхняя, боковая, нижняя и со смешанным вращением). Подачи: короткие и длинные.</p> <p>Подача накатом, удары слева, справа, контрнакат (с поступательным вращением). Накаты. Открытые накаты, короткие и длинные накаты, накаты закрытой ракеткой, накаты справа и слева; крученая «свеча» в броске. Подрезки. Виды подрезок: открытой и закрытой ракеткой. Накаты и подрезки. Передвижения у стола (скрестные и приставные шаги, выпады вперед, назад и в стороны).</p>	1	0	1		Практическая работа;
43.	<p>Подача (четыре группы подач: верхняя, боковая, нижняя и со смешанным вращением). Подачи: короткие и длинные.</p> <p>Подача накатом, удары слева, справа, контрнакат (с поступательным вращением). Накаты. Открытые накаты, короткие и длинные накаты, накаты закрытой ракеткой, накаты справа и слева; крученая «свеча» в броске. Подрезки. Виды подрезок: открытой и закрытой ракеткой. Накаты и подрезки. Передвижения у стола (скрестные и приставные шаги, выпады вперед, назад и в стороны). Реализован в рамках внеурочной деятельности</p>	1	0	1		Практическая работа;
44.	Игра у стола. Игровые комбинации. Контрольный урок по теме «Настольный теннис»	1	0	1		Практическая работа;
45.	Игра у стола. Игровые комбинации. Контрольный урок по теме «Настольный теннис» Реализован в рамках внеурочной деятельности	1	0	1		Практическая работа;

46.	История игры «Русская лапта», правила игры, техника ударов, подач и ловли мяча. Подачи мяча, учебная игра. Техника владения мячом. Подача мяча. Ловля мяча двумя руками на месте: летящего мяча на уровне груди, выше головы, на расстоянии вытянутых рук. Ловля мяча, сидя на площадке.	1	0	1		Практическая работа;
47.	История игры «Русская лапта», правила игры, техника ударов, подач и ловли мяча. Подачи мяча, учебная игра. Техника владения мячом. Подача мяча. Ловля мяча двумя руками на месте: летящего мяча на уровне груди, выше головы, на расстоянии вытянутых рук. Ловля мяча, сидя на площадке. Реализован в рамках внеурочной деятельности	1	0	1		Практическая работа;
48.	Броски с разных дистанций. Осаливание в движении после передачи партнера с разных дистанций. Соревнования по русской лапте. Ловля мяча двумя и одной рукой с лета, после отскока, катящегося и прыгающего по площадке. Ловля мяча, летящего «свечой». Ловля мяча в падении, в прыжке. Бросок мяча с места на точность, с разворотом.	1	0	1		Практическая работа;

49.	Броски с разных дистанций. Осаливание в движении после передачи партнера с разных дистанций. Соревнования по русской лапте. Ловля мяча двумя и одной рукой с лета, после отскока, катящегося и прыгающего по площадке. Ловля мяча, летящего «свечой». Ловля мяча в падении, в прыжке. Бросок мяча с места на точность, с разворотом. Реализован в рамках внеурочной деятельности	1	0	1		Практическая работа;
50.	«Вынос» мяча (бросок на дальность за линию «дома»). Бег равномерный. Неполная перебежка 10-20 м в нападении.	1	0	1		Практическая работа;
51.	«Вынос» мяча (бросок на дальность за линию «дома»). Бег равномерный. Неполная перебежка 10-20 м в нападении. Реализован в рамках внеурочной деятельности	1	0	1		Практическая работа;
52.	Бег переменный, с изменением направления и скорости, рывками, по дугам. Неполная перебежка 30-45 м в нападении. Бег в защите для осаливания, бег в защите после осаливания.	1	0	1		Практическая работа;
53.	Бег переменный, с изменением направления и скорости, рывками, по дугам. Неполная перебежка 30-45 м в нападении. Бег в защите для осаливания, бег в защите после осаливания. Реализован в рамках внеурочной деятельности	1	0	1		Практическая работа;
54.	Контрольный урок по теме «Русская лапта»	1	0	1		Практическая работа;
55.	Волейбол. Передача мяча сверху двумя руками	1	0	1		Практическая работа;

56.	Волейбол. Передача мяча сверху двумя руками Реализован в рамках внеурочной деятельности	1	0	1		Практическая работа;
57.	Волейбол. Передача мяча сверху двумя руками в прыжке и назад	1	0	1		Практическая работа;
58.	Волейбол. Передача мяча сверху двумя руками в прыжке и назад Реализован в рамках внеурочной деятельности	1	0	1		Практическая работа;
59.	Волейбол. Передача мяча сверху за голову, прием мяча снизу, нижняя прямая и боковая подачи	1	0	1		Практическая работа;
60.	Волейбол. Передача мяча сверху за голову, прием мяча снизу, нижняя прямая и боковая подачи Реализован в рамках внеурочной деятельности	1	0	1		Практическая работа;
61.	Волейбол. Прием мяча снизу. Нижняя прямая и боковая подачи	1	0	1		Практическая работа;
62.	Волейбол. Прием мяча снизу. Нижняя прямая и боковая подачи Реализован в рамках внеурочной деятельности	1	0	1		Практическая работа;
63.	Волейбол. Прямой нападающий удар	1	0	1		Практическая работа;
64.	Волейбол. Прямой нападающий удар	1	0	1		Практическая работа;
65.	Волейбол. Прямой нападающий удар. Реализован в рамках внеурочной деятельности	1	0	1		Практическая работа;
66.	Волейбол. Прямой нападающий удар. Реализован в рамках внеурочной деятельности	1	0	1		Практическая работа;
67.	Отбивание мяча кулаком через сетку	1	0	1		Практическая работа;
68.	Отбивание мяча кулаком через сетку	1	0	1		Практическая работа;
69.	Отбивание мяча кулаком через сетку Реализован в рамках внеурочной деятельности	1	0	1		Практическая работа;

70.	Отбивание мяча кулаком через сетку Реализован в рамках внеурочной деятельности	1	0	1		Практическая работа;
71.	Волейбол. Тактические действия	1	0	1		Практическая работа;
72.	Волейбол. Тактические действия. Реализован в рамках внеурочной деятельности	1	0	1		Практическая работа;
73.	Волейбол. Игра по правилам	1	0	1		Практическая работа;
74.	Волейбол. Игра по правилам	1	0	1		Практическая работа;
75.	Волейбол. Игра по правилам Реализован в рамках внеурочной деятельности	1	0	1		Практическая работа;
76.	Волейбол. Игра по правилам Реализован в рамках внеурочной деятельности	1	0	1		Практическая работа;
77.	Контрольный урок по теме «Волейбол»	1	0	1		Практическая работа;
78.	Контрольный урок по теме «Волейбол»	1	0	1		Практическая работа;
79.	Баскетбол. Передвижение, повороты, броски мяча в баскетбольную корзину	1	0	1		Практическая работа;
80.	Баскетбол. Передвижение, повороты, броски мяча в баскетбольную корзину Реализован в рамках внеурочной деятельности	1	0	1		Практическая работа;
81.	Баскетбол. Передачи и броски мяча в баскетбольную корзину	1	0	1		Практическая работа;
82.	Баскетбол. Передачи и броски мяча в баскетбольную корзину	1	0	1		Практическая работа;
83.	Баскетбол. Передачи и броски мяча в баскетбольную корзину Реализован в рамках внеурочной деятельности	1	0	1		Практическая работа;

84.	Баскетбол. Передачи и броски мяча в баскетбольную корзину Реализован в рамках внеурочной деятельности	1	0	1		Практическая работа;
85.	Баскетбол. Штрафные броски	1	0	1		Практическая работа;
86.	Баскетбол. Штрафные броски	1	0	1		Практическая работа;
87.	Баскетбол. Штрафные броски Реализован в рамках внеурочной деятельности	1	0	1		Практическая работа;
88.	Баскетбол. Штрафные броски Реализован в рамках внеурочной деятельности	1	0	1		Практическая работа;
89.	Баскетбол. Вырывание и выбивание мяча	1	0	1		Практическая работа;
90.	Баскетбол. Вырывание и выбивание мяча. Реализован в рамках внеурочной деятельности	1	0	1		Практическая работа;
91.	Баскетбол. Перехват мяча	1	0	1		Практическая работа;
92.	Баскетбол. Перехват мяча. Реализован в рамках внеурочной деятельности	1	0	1		Практическая работа;
93.	Баскетбол. Нападение и защита	1	0	1		Практическая работа;
94.	Баскетбол. Нападение и защита. Реализован в рамках внеурочной деятельности	1	0	1		Практическая работа;
95.	Баскетбол. Игра по правилам	1	0	1		Практическая работа;
96.	Баскетбол. Игра по правилам	1	0	1		Практическая работа;
97.	Баскетбол. Игра по правилам. Реализован в рамках внеурочной деятельности	1	0	1		Практическая работа;
98.	Баскетбол. Игра по правилам. Реализован в рамках внеурочной деятельности	1	0	1		Практическая работа;

99.	Контрольный урок по теме «Баскетбол»	1	0	1		Практическая работа;
100.	Контрольный урок по теме «Баскетбол»	1	0	1		Практическая работа;
101.	Резерв	1	0	1		Практическая работа;
102.	Резерв	1	0	1		Практическая работа;
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		102	0	102		

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

Физическая культура, 7-9 класс/Погадаев Г.И., ООО «ДРОФА»; АО «Издательство Просвещение»;
Введите свой вариант:

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

1. Асмолов А.Г. Системно-деятельностный подход к разработке стандартов нового поколения. М.: Педагогика, 2019.
2. Внеурочная деятельность учащихся. Волейбол: пособие для учителей и методистов / Г.А. Колодницкий, В.С. Кузнецов, М.В. Маслов. М.: Просвещение, 2014.
3. Внеурочная деятельность учащихся. Легкая атлетика: пособие для учителей и методистов / Г.А. Колодницкий, В.С. Кузнецов, М.В. Маслов. М.: Просвещение, 2014.
4. Ковалько В. И. Поурочные разработки по физкультуре: 5-9 классы. М.: ВАКО, 2013.
5. Матвеев А.П. Физическая культура. 5 класс: учеб, для общеобразоват. организаций /А.П. Матвеев; Рос. акад. наук, Рос. акад. образования, изд-во «Просвещение». М.: Просвещение, 2019.
6. Матвеев А.П. Физическая культура. 6-7 классы: учеб, для общеобразоват. организаций /А.П. Матвеев; Рос. акад. наук, Рос. акад. образования, изд-во «Просвещение». М.: Просвещение, 2019.
7. Матвеев А.П. Физическая культура. 8-9 классы: учеб, для общеобразоват. организаций /А.П. Матвеев; Рос. акад. наук, Рос. акад. образования, изд-во «Просвещение». М.: Просвещение, 2019.
8. Матвеев А.П. Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников А. П. Матвеева. 5-9 классы: пособие для учителей общеобразоват. организаций / А. П. Матвеев. М.: Просвещение, 2018.
9. Национальная образовательная инициатива «Наша новая школа»: [Электронный документ]. Режим доступа: <http://mon.gov.ru/dok/akt/6591>
10. Патрикеев А.Ю. Поурочные разработки по физической культуре. 5 класс. М.: ВАКО, 2017.
11. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 29.12.2010 №189 «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и организации обучения в общеобразовательных учреждениях» (СанПиН 2.4.2.2621-10).
12. Приказ Министерства образования и науки РФ от 24.11.2011 № МД 1552/03 «Рекомендации по оснащению общеобразовательных учреждений учебным и учебно-лабораторным оборудованием, необходимым для реализации ФГОС основного общего образования, организации проектной деятельности, моделирования и технического творчества обучающихся».
13. Примерные программы по учебным предметам. Физическая культура. 5—9 классы. М.: Просвещение, 2018. (Стандарты второго поколения).
14. Приоритетный национальный проект «Образование»: [Электронный документ]. Режим доступа: <http://mon.gov.ru/pro/pnpro>
15. Система гигиенических требований к условиям реализации основной образовательной программы основного общего образования: [Электронный документ]. Режим доступа: <http://standart.edu.ru>
16. Федеральная целевая программа развития образования на 2011—2015 гг.: [Электронный документ]. Режим доступа: <http://mon.gov.ru/press/news/8286>
17. Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования. М.: Просвещение, 2010.
18. Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».
19. Физическая культура. 5—7 классы: учеб, для общеобразоват. организаций/ [М.Я. Виленский,

И.М. Туревский, Т.Ю. Торочкова и др.]; под ред. М.Я. Виленского. М.: Просвещение, 2014. 20.
Формирование универсальных учебных действий в основной школе: от действия к мысли.
Система заданий. Пособие для учителя / Под ред. А.Г. Асмолова. М.: Просвещение, 2010. 21.
Фундаментальное ядро содержания общего образования / Под ред. В.В. Козлова, А.М.
Кондакова. М.: Просвещение, 2018.

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

7. Сайт «Единое окно доступа к образовательным ресурсам»: [Электронный документ]. Режим доступа: <http://window.edu.ru>
8. Сайт «Каталог единой коллекции цифровых образовательных ресурсов»: [Электронный документ].
Режим доступа: <http://school-collection.edu.ru>
9. Сайт «Сеть творческих учителей»: [Электронный документ]. Режим доступа: <http://www.it-n.ru> 10.
Сайт «Федеральный государственный образовательный стандарт»: [Электронный документ].
Режим доступа: <http://standart.edu.ru>
11. Сайт «Сеть творческих учителей»: [Электронный документ]. Режим доступа: <http://www.it-n.ru> 12.
Сайт «Федеральный государственный образовательный стандарт»: [Электронный документ].
Режим доступа: <http://standart.edu.ru>

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

УЧЕБНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ

1. Стенка гимнастическая – Г
2. Бревно (скамейка) гимнастическая – Г
3. Козел гимнастический – Д
4. Конь гимнастический – Д
5. Перекладина (нестандартная) – Г
6. Скамейка гимнастическая – Г
7. Мост гимнастический подкидной – Г
8. Коврик гимнастический – Г
9. Гимнастические маты – Г
10. Мяч малый (теннисный) – К
11. Скакалка гимнастическая – К
12. Палка гимнастическая – Г
13. Сетка для переноса мячей – Д
14. Комплект щитов баскетбольных с кольцами и сеткой – Д 15. Мячи баскетбольные – Г
16. Мячи волейбольные – Г
17. Сетка волейбольная – Д
18. Стойки волейбольные – Д
19. Мячи футбольные – Г
20. Ворота малые - Д
21. Мяч малый 150гр. – Г
22. Граната 500, 700 гр. – Г
23. Обручи - Г
24. Аптечка медицинская – Д
25. Спортивный зал – игровой
26. Секундомер – Д
27. Турник - Г
28. Измерительная лента – Г
29. Рулетка - Д
30. Бруски - Г
31. Стойки для прыжков – Д
32. Планка для прыжков – Д

ОБОРУДОВАНИЕ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРАКТИЧЕСКИХ РАБОТ

1. Стенка гимнастическая – Г
2. Бревно (скамейка) гимнастическая – Г
3. Козел гимнастический – Д
4. Конь гимнастический – Д
5. Перекладина (нестандартная) – Г
6. Скамейка гимнастическая – Г
7. Мост гимнастический подкидной – Г
8. Коврик гимнастический – Г
9. Гимнастические маты – Г

10. Мяч малый (теннисный) – К
11. Скакалка гимнастическая – К
12. Палка гимнастическая – Г
13. Сетка для переноса мячей – Д
14. Комплект щитов баскетбольных с кольцами и сеткой – Д 15. Мячи баскетбольные – Г
16. Мячи волейбольные – Г
17. Сетка волейбольная – Д
18. Стойки волейбольные – Д
19. Мячи футбольные – Г
20. Ворота малые - Д
21. Мяч малый 150гр. – Г
22. Граната 500, 700 гр. – Г
23. Обручи - Г
24. Аптечка медицинская – Д
25. Спортивный зал – игровой
26. Секундомер – Д
27. Турник - Г
28. Измерительная лента – Г
29. Рулетка - Д
30. Бруски - Г
31. Стойки для прыжков – Д
32. Планка для прыжков – Д

