

Авторы: Сергиеня Ю.М.
Савин А.В.

МАОУ школа-интернат №9

РАССМОТРЕНО
на заседании ШМО
протокол № 1 от 28.08. 2019 г.
руководитель ШМО
Жигалова М.А.



СОГЛАСОВАНО

Зам. директора по УВР
Валеева Н. М.



Утверждено на заседании
педагогического совета
протокол № 1 от 30.08.2019 г.
введено в действие
приказ № 73-1п.8 от 02.09.2019 г.
Директор школы
 Пенских О. В.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по физической культуре
Ступень обучения: 5-9 классы
Количество часов: 350 часов.
Срок реализации 5 лет

Составитель: Сергиеня Юрий Михайлович,
учитель физической культуры
Савин Алексей Викторович

1КК

г. Богданович 2019 г.

**Авторы: Сергиеня Ю.М.
Савин А.В.**

МАОУ школа-интернат №9

**РАССМОТРЕНО
на заседании ШМО
протокол № 1 от 28.08. 2019 г.
руководитель ШМО
Жигалова М.А.**

СОГЛАСОВАНО

**Зам. директора по УВР
Валеева Н. М.**

**Утверждено на заседании
педагогического совета
протокол № 1 от 30.08.2019 г.
введено в действие
приказ №73-1п.8 от 02.09.2019 г.
Директор школы
_____ Пенских О. В.**

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по физической культуре
Ступень обучения: 5-9 классы
Количество часов: 350 часов.
Срок реализации 5 лет

**Составитель: Сергиеня Юрий Михайлович,
учитель физической культуры
Савин Алексей Викторович
1КК**

г. Богданович 2019 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

- Федеральный закон от 29.12.2012 года № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями на 26 июля 2019 года).
- Закон Свердловской области от 15.07.2013 г. № 78-ОЗ «Об образовании в Свердловской области» (с изменениями на 26 марта 2019 года).
- Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования (утвержден приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от «17» декабря 2010 года № 1897 с изменениями от 31 декабря 2015 года N 1577);
- Примерная основная образовательная программа основного общего образования от 08.04.2015 г. №1/15.
- Примерная программа основного общего образования. Физическая культура. - М.: Просвещение, 2010 год;
- Лях В. И. Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников М. Я. Виленского, В. И. Ляха. 5-9 классы. Пособие для учителей общеобразоват. организаций/ В.И.Лях.- 5-е изд.- М.: Просвещение, 2015 г.
- Приказ Минпросвещения России от 28 декабря 2018 г. № 345 «О федеральном перечне учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования» (с изменениями на 8 мая 2019 г. № 233).
- Основная образовательная программа основного общего образования МАОУ школы-интерната № 9 (ред. 2018 г.)
Учебный план МАОУ школы-интерната № 9 на 2019-20 уч.г.

Целью школьного физического воспитания является формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации трудовой деятельности.

В основной школе данная цель конкретизируется: учебный процесс направлен на формирование устойчивых мотивов и потребностей обучающихся в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни.

В рамках реализации этой цели образовательный процесс по физической культуре в основной школе ориентируется на решение *следующих задач*:

- укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма;
- формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими действиями и приёмами базовых видов спорта;
- 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 обучающихся, материально-технической оснащённостью учебного процесса (спортивный зал, спортивные пришкольные площадки, стадион, бассейн), региональными климатическими условиями и видом учебного учреждения (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 обучающихся;
- 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 обучающихся в области физической культуры, всестороннее раскрытие взаимосвязи и взаимообусловленности изучаемых явлений и процессов;
- усиление оздоровительного эффекта, достигаемого в ходе активного использования школьниками освоенных знаний, способов и физических упражнений в физкультурно-оздоровительных мероприятиях, режиме дня, самостоятельных занятиях физическими упражнениями.

В соответствии со структурой двигательной (физкультурной) деятельности программа включает в себя три основных учебных раздела:

- «Физическая культура как область знаний» (информационный компонент деятельности),
- «Способы двигательной (физкультурной) деятельности» (операциональный компонент деятельности),
- «Физическое совершенствование» (процессуально-мотивационный компонент деятельности).

Раздел «Физическая культура как область знаний» соответствует основным представлениям о развитии познавательной активности человека и включает в себя такие учебные темы, как «История и современное развитие физической культуры», « Современное представление о физической культуре (основные понятия)» и «Физическая культура человека». Эти темы включают сведения об истории древних и современных Олимпийских игр, основных направлениях развития физической культуры в современном обществе, о формах организации активного отдыха и укрепления здоровья средствами физической культуры. Кроме этого, здесь раскрываются основные понятия физической и спортивной подготовки, особенности организации и проведения самостоятельных занятий физическими упражнениями, даются правила контроля и требования техники безопасности.

Раздел «Способы двигательной (физкультурной) деятельности» содержит задания, которые ориентированы на активное включение обучающихся в самостоятельные формы занятий физической культурой. Этот раздел соотносится с разделом «Знания о физической культуре» и включает в себя темы «Организация и проведение самостоятельных занятий физической культурой» и «Оценка эффективности занятий физической

культурой». Основным содержанием этих тем является перечень необходимых и достаточных для самостоятельной деятельности практических навыков и умений.

Раздел «Физическое совершенствование», наиболее значительный по объему учебного материала, ориентирован на гармоничное физическое развитие, всестороннюю физическую подготовку и укрепление здоровья школьников. Этот раздел включает в себя несколько тем: «Физкультурно-оздоровительная деятельность», «Спортивно-оздоровительная деятельность с общеразвивающей направленностью», «Прикладно-ориентированные упражнения» и «Упражнения общеразвивающей направленности».

Тема «Физкультурно-оздоровительная деятельность» ориентирована на решение задач по укреплению здоровья обучающихся. Здесь даются комплексы упражнений из современных оздоровительных систем физического воспитания, помогающие коррекции осанки и телосложения, оптимальному развитию систем дыхания и кровообращения, а также упражнения адаптивной физической культуры, которые адресуются в первую очередь школьникам, имеющим отклонения в физическом развитии и в состоянии здоровья.

Тема «Спортивно-оздоровительная деятельность с общеразвивающей направленностью» ориентирована на физическое совершенствование обучающихся и включает в себя средства общей физической и технической подготовки. В качестве таких средств в программе предлагаются физические упражнения и двигательные действия из базовых видов спорта (гимнастики с основами акробатики, легкой атлетики, лыжных гонок, спортивных игр). Овладение упражнениями и действиями базовых видов спорта раскрывается в программе с учетом их использования в организации активного отдыха, массовых спортивных соревнований.

Тема «Прикладно-ориентированные упражнения» поможет подготовить школьников к предстоящей жизни, качественному освоению различных профессий. Решение этой задачи предлагается осуществить посредством обучения детей жизненно важным навыкам и умениям различными способами, в вариативно изменяющихся внешних условиях. Данная тема представляется весьма важной для школьников, которые готовятся продолжать свое образование в системе средних профессиональных учебных заведений.

Тема «Упражнения общеразвивающей направленности» предназначена для организации целенаправленной физической подготовки обучающихся и включает в себя физические упражнения на развитие основных физических качеств. Эта тема, в отличие от других учебных тем, носит лишь относительно самостоятельный характер, поскольку ее содержание должно входить в содержание других тем раздела «Физическое совершенствование».

В связи с этим предлагаемые упражнения распределены по разделам базовых видов спорта и сгруппированы по признаку направленности на развитие соответствующего физического качества (силы, быстроты, выносливости и т. д.). Такое изложение материала позволяет учителю отбирать физические упражнения и объединять их в различные комплексы, планировать динамику нагрузок и обеспечивать преобладание в развитии физических качеств, исходя из половозрастных особенностей обучающихся, степени освоенности ими упражнений, условий проведения уроков, наличия спортивного инвентаря и оборудования.

Формы организации и планирование образовательного процесса.

Основные формы организации образовательного процесса в основной школе — уроки физической культуры, физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня, спортивные соревнования и праздники, занятия в спортивных секциях и кружках, самостоятельные занятия физическими упражнениями (домашние занятия).

Уроки физической культуры — это основная форма организации учебной деятельности обучающихся в процессе освоения ими содержания предмета. В основной школе уроки физической культуры подразделяются на три типа: уроки с образовательно-познавательной направленностью, уроки с образовательно-обучающей направленностью и уроки с образовательно-тренировочной направленностью. При этом уроки по своим задачам и направленности учебного материала могут планироваться как комплексные (с решением нескольких педагогических задач) и как целевые (с преимущественным решением одной педагогической задачи).

Уроки с образовательно-познавательной направленностью дают обучающимся необходимые знания, знакомят со способами и правилами организации самостоятельных занятий, обучают навыкам и умениям по их планированию, проведению и контролю. Важной особенностью этих уроков является то, что обучающиеся активно используют учебники по физической культуре, различные дидактические материалы.

Уроки с образовательно-познавательной направленностью имеют и другие особенности.

Во-первых, продолжительность подготовительной части уроков небольшая (до 5—6 мин), в нее включаются как ранее разученные тематические комплексы упражнений (например, для развития гибкости, координации движений, формирования правильной осанки), так и упражнения общеразвивающего характера, содействующие повышению работоспособности, активности процессов внимания, памяти и мышления. Учебная деятельность в этой части урока может быть организована фронтально, по учебным группам, а также индивидуально (или с небольшой группой школьников).

Во-вторых, в основной части урока выделяют соответственно образовательный и двигательный компоненты. Образовательный компонент включает в себя постижение детьми учебных знаний и знакомство со способами физкультурной деятельности. В зависимости от объема учебного материала продолжительность этой части урока может быть от 3 до 15 мин. Двигательный компонент включает в себя обучение двигательным действиям и развитие физических качеств обучающихся. Продолжительность этой части урока будет зависеть от времени, требующегося на решение задач, запланированных в образовательном компоненте. Между образовательным и двигательным компонентами основной части урока необходимо включать обязательную разминку (до 5—7 мин), которая по своему характеру должна соотноситься с задачами двигательного компонента. Вместе с тем если урок проводится по типу целевого урока, то все учебное время основной части отводится на решение соответствующей педагогической задачи.

В-третьих, продолжительность заключительной части урока зависит от продолжительности основной части, но не превышает 5—7 мин.

Уроки с образовательно-обучающей направленностью используются по преимуществу для обучения практическому материалу, который содержится в разделе «Физическое совершенствование» (гимнастика с основами акробатики, легкая атлетика и др.). На этих же уроках обучающиеся осваивают и учебные знания, но только те, которые касаются предмета обучения (например, названия упражнений, описание техники их выполнения и т. п.).

Данный вид уроков проводится по типу комплексных уроков с решением нескольких педагогических задач.

Отличительные особенности планирования этих уроков:

- планирование задач обучения осуществляется в логике поэтапного формирования двигательного навыка: начальное обучение, углубленное разучивание и закрепление, совершенствование;
- планирование освоения физических упражнений согласовывается с задачами обучения, а динамика нагрузки — с закономерностями постепенного нарастания утомления, возникающего в процессе их выполнения;
- планирование развития физических качеств осуществляется после решения задач обучения в определенной последовательности: 1) гибкость, координация движений, быстрота; 2) сила (скоростно-силовые и собственно силовые способности); 3) выносливость (общая и специальная).

МЕСТО УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

Согласно ПОО ООО от 08.04.2015 г. учебный предмет «Физическая культура» изучается в 5-9 классах. Всего на изучение физической культуры в 5-9 классах выделяется 350 ч., из них в 5 классе – 70 ч, в 6 классе – 70 ч., в 7 классе – 70 ч., в 8 классе – 70 ч., в 9 классе – 70 ч. (по 2 часа в неделю). В соответствии с ПОО ООО от 08.04.2015 г. при 5-дневной учебной неделе количество часов на физическую культуру составляет 2 ч., третий час может быть реализован образовательной организацией за счет часов из части, формируемой участниками образовательных отношений и/или за счет посещения учащимися спортивных секций.

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» (ПОО ООО от 08.04.2015 г.)

Физическое воспитание в основной школе должно обеспечить физическое, эмоциональное, интеллектуальное и социальное развитие личности обучающихся, формирование и развитие установок активного, здорового образа жизни.

Освоение учебного предмета «Физическая культура» направлено на развитие двигательной активности обучающихся, достижение положительной динамики в развитии основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма, формирование потребности в систематических занятиях физической культурой и спортом.

В процессе освоения предмета «Физическая культура» на уровне основного общего образования формируется система знаний о физическом совершенствовании человека, приобретается опыт организации самостоятельных занятий физической культурой с учетом индивидуальных особенностей и способностей, формируются умения применять средства физической культуры для организации учебной и досуговой деятельности.

С целью формирования у обучающихся ключевых компетенций, в процессе освоения предмета «Физическая культура» используются знания из других учебных предметов: «Биология», «Математика», «Физика», «География», «Основы безопасности жизнедеятельности», Иностранный язык», «Музыка» и др.

Физическая культура как область знаний

История и современное развитие физической культуры

Олимпийские игры древности. Возрождение Олимпийских игр и олимпийского движения. Олимпийское движение в России. Современные Олимпийские игры. Физическая культура в современном обществе. Организация и проведение пеших туристических походов. Требования техники безопасности и бережного отношения к природе.

Современное представление о физической культуре (основные понятия)

Физическое развитие человека. *Физическая подготовка, ее связь с укреплением здоровья, развитием физических качеств.* Организация и планирование самостоятельных занятий по развитию физических качеств. Техника движений и ее основные показатели. *Спорт и спортивная подготовка. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне».*

Физическая культура человека

Здоровье и здоровый образ жизни. Коррекция осанки и телосложения. Контроль и наблюдение за состоянием здоровья, физическим развитием и физической подготовленностью. Требования безопасности и первая помощь при травмах во время занятий физической культурой и спортом.

Способы двигательной (физкультурной) деятельности

Организация и проведение самостоятельных занятий физической культурой

- Подготовка к занятиям физической культурой (выбор мест занятий, инвентаря и одежды, планирование занятий с разной функциональной направленностью). Подбор упражнений и составление индивидуальных комплексов для утренней зарядки, физкультминуток, физкультпауз, коррекции осанки и телосложения. *Составление планов и самостоятельное проведение занятий спортивной подготовкой, прикладной физической подготовкой с учетом индивидуальных показаний здоровья и физического развития.* Организация досуга средствами физической культуры.

Оценка эффективности занятий физической культурой

Самонаблюдение и самоконтроль. Оценка эффективности занятий. Оценка техники осваиваемых упражнений, способы выявления и устранения технических ошибок. Измерение резервов организма (с помощью простейших функциональных проб).

Физическое совершенствование

Физкультурно-оздоровительная деятельность

Комплексы упражнений для оздоровительных форм занятий физической культурой. Комплексы упражнений современных оздоровительных систем физического воспитания, ориентированных на повышение функциональных возможностей организма, развитие основных физических качеств. *Индивидуальные комплексы адаптивной физической культуры (при нарушении опорно-двигательного аппарата, центральной нервной системы, дыхания и кровообращения, при близорукости).*

Спортивно-оздоровительная деятельность¹

Гимнастика с основами акробатики: организующие команды и приемы. Акробатические упражнения и комбинации. Гимнастические упражнения и комбинации на спортивных снарядах (опорные прыжки, упражнения на гимнастическом бревне (девочки), упражнения на перекладине (мальчики), упражнения и комбинации на гимнастических брусьях, упражнения на параллельных брусьях (мальчики), упражнения на разновысоких брусьях (девочки). Ритмическая гимнастика с элементами хореографии (девочки). Легкая атлетика: беговые упражнения. Прыжковые упражнения. Упражнения в метании малого мяча. Спортивные игры: технико-тактические действия и приемы игры в футбол, *мини-футбол*, волейбол, баскетбол. Правила спортивных игр. Игры по правилам. *Национальные виды спорта: технико-тактические действия и правила. Плавание. Вхождение в воду и передвижения по дну бассейна. Подводящие упражнения в лежании на воде, всплывании и скольжении. Плавание на груди и спине вольным стилем. Лыжные гонки:² передвижение на лыжах разными способами. Подъемы, спуски, повороты, торможения.*

Прикладно-ориентированная физкультурная деятельность

Прикладная физическая подготовка: ходьба, бег и прыжки, выполняемые разными способами в разных условиях; лазание, перелезание, ползание; метание малого мяча по движущейся мишени; преодоление препятствий разной сложности; передвижение в висах и упорах. Полосы препятствий, включающие разнообразные прикладные упражнения. Общефизическая подготовка. Упражнения, ориентированные на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости, ловкости). Специальная физическая подготовка. Упражнения, ориентированные на развитие специальных физических качеств, определяемых базовым видом спорта (гимнастика с основами акробатики, легкая атлетика, лыжные гонки, плавание, спортивные игры).

¹ Элементы видов спорта могут быть заменены на другие с учетом наличия материально-технической базы в общеобразовательной организации, а так же климато-географических и региональных особенностей.

² Для бесснежных районов Российской Федерации или в отсутствие условий для занятий лыжной подготовкой разрешается заменять модуль «Лыжные гонки» на двигательную активность на свежем воздухе.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА (ОО ООО от 08.04.2015 г.)

(личностные и метапредметные (общие для всех предметов ООП ООО), предметные результаты).

Личностные результаты:

1. Российская гражданская идентичность (патриотизм, уважение к Отечеству, к прошлому и настоящему многонационального народа России, чувство ответственности и долга перед Родиной, идентификация себя в качестве гражданина России, субъективная значимость использования русского языка и языков народов России, осознание и ощущение личностной сопричастности судьбе российского народа). Осознанное, уважительное и доброжелательное отношение к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира.

2. Готовность и способность обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию; готовность и способность осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учетом устойчивых познавательных интересов.

3. Развитое моральное сознание и компетентность в решении моральных проблем на основе личностного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам (способность к нравственному самосовершенствованию; веротерпимость, уважительное отношение к религиозным чувствам, взглядам людей или их отсутствию; знание основных норм морали, нравственных, духовных идеалов, хранимых в культурных традициях народов России, готовность на их основе к сознательному самоограничению в поступках, поведении, расточительном потребительстве; сформированность представлений об основах светской этики, культуры традиционных религий, их роли в развитии культуры и истории России и человечества, в становлении гражданского общества и российской государственности; понимание значения нравственности, веры и религии в жизни человека, семьи и общества). Сформированность ответственного отношения к учению; уважительного отношения к труду, наличие опыта участия в социально значимом труде. Осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи.

4. Сформированность целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира.

5. Осознанное, уважительное и доброжелательное отношение к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции. Готовность и способность вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания (идентификация себя как полноправного субъекта общения, готовность к конструированию образа партнера по диалогу, готовность к конструированию образа допустимых способов диалога, готовность к конструированию процесса диалога как конвенционирования интересов, процедур, готовность и способность к ведению переговоров).

6. Освоенность социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах. Участие в школьном самоуправлении и общественной жизни в пределах возрастных компетенций с учетом региональных, этнокультурных, социальных и экономических особенностей (формирование готовности к участию в процессе упорядочения социальных связей и отношений, в которые включены и которые формируют сами обучающиеся; включенность в непосредственное гражданское участие, готовность участвовать в жизнедеятельности подросткового общественного объединения, продуктивно взаимодействующего с социальной средой и социальными институтами; идентификация себя в качестве субъекта социальных преобразований, освоение компетентностей в сфере организаторской деятельности; интериоризация ценностей созидательного отношения к окружающей действительности, ценностей социального творчества, ценности продуктивной организации совместной деятельности, самореализации в группе и организации, ценности «другого» как равноправного партнера, формирование компетенций анализа, проектирования,

организации деятельности, рефлексии изменений, способов взаимовыгодного сотрудничества, способов реализации собственного лидерского потенциала).

7. Сформированность ценности здорового и безопасного образа жизни; интериоризация правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах.

Метапредметные результаты

Метапредметные результаты включают освоенные обучающимися межпредметные понятия и универсальные учебные действия (регулятивные, познавательные, коммуникативные).

В соответствии ФГОС ООО выделяются три группы универсальных учебных действий: регулятивные, познавательные, коммуникативные.

Регулятивные УУД

1. Умение самостоятельно определять цели обучения, ставить и формулировать новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности. Обучающийся сможет:

- анализировать существующие и планировать будущие образовательные результаты;
- идентифицировать собственные проблемы и определять главную проблему;
- выдвигать версии решения проблемы, формулировать гипотезы, предвосхищать конечный результат;
- ставить цель деятельности на основе определенной проблемы и существующих возможностей;
- формулировать учебные задачи как шаги достижения поставленной цели деятельности;
- обосновывать целевые ориентиры и приоритеты ссылками на ценности, указывая и обосновывая логическую последовательность шагов.

2. Умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач. Обучающийся сможет:

- определять необходимые действие(я) в соответствии с учебной и познавательной задачей и составлять алгоритм их выполнения;
- обосновывать и осуществлять выбор наиболее эффективных способов решения учебных и познавательных задач;
- определять/находить, в том числе из предложенных вариантов, условия для выполнения учебной и познавательной задачи;
- выстраивать жизненные планы на краткосрочное будущее (заявлять целевые ориентиры, ставить адекватные им задачи и предлагать действия, указывая и обосновывая логическую последовательность шагов);
- выбирать из предложенных вариантов и самостоятельно искать средства/ресурсы для решения задачи/достижения цели;
- составлять план решения проблемы (выполнения проекта, проведения исследования);
- определять потенциальные затруднения при решении учебной и познавательной задачи и находить средства для их устранения;
- описывать свой опыт, оформляя его для передачи другим людям в виде технологии решения практических задач определенного класса;
- планировать и корректировать свою индивидуальную образовательную траекторию.

3. Умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией. Обучающийся сможет:

- определять совместно с педагогом и сверстниками критерии планируемых результатов и критерии оценки своей учебной деятельности;
 - систематизировать (в том числе выбирать приоритетные) критерии планируемых результатов и оценки своей деятельности;
 - отбирать инструменты для оценивания своей деятельности, осуществлять самоконтроль своей деятельности в рамках предложенных условий и требований;
 - оценивать свою деятельность, аргументируя причины достижения или отсутствия планируемого результата;
 - находить достаточные средства для выполнения учебных действий в изменяющейся ситуации и/или при отсутствии планируемого результата;
 - работая по своему плану, вносить коррективы в текущую деятельность на основе анализа изменений ситуации для получения запланированных характеристик продукта/результата;
 - устанавливать связь между полученными характеристиками продукта и характеристиками процесса деятельности и по завершении деятельности предлагать изменение характеристик процесса для получения улучшенных характеристик продукта;
 - сверять свои действия с целью и, при необходимости, исправлять ошибки самостоятельно.
4. Умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения. Обучающийся сможет:
- определять критерии правильности (корректности) выполнения учебной задачи;
 - анализировать и обосновывать применение соответствующего инструментария для выполнения учебной задачи;
 - свободно пользоваться выработанными критериями оценки и самооценки, исходя из цели и имеющихся средств, различая результат и способы действий;
 - оценивать продукт своей деятельности по заданным и/или самостоятельно определенным критериям в соответствии с целью деятельности;
 - обосновывать достижимость цели выбранным способом на основе оценки своих внутренних ресурсов и доступных внешних ресурсов;
 - фиксировать и анализировать динамику собственных образовательных результатов.

5. Владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной.

Обучающийся сможет:

- наблюдать и анализировать собственную учебную и познавательную деятельность и деятельность других обучающихся в процессе взаимопроверки;
- соотносить реальные и планируемые результаты индивидуальной образовательной деятельности и делать выводы;
- принимать решение в учебной ситуации и нести за него ответственность;
- самостоятельно определять причины своего успеха или неуспеха и находить способы выхода из ситуации неуспеха;
- ретроспективно определять, какие действия по решению учебной задачи или параметры этих действий привели к получению имеющегося продукта учебной деятельности;
- демонстрировать приемы регуляции психофизиологических/ эмоциональных состояний для достижения эффекта успокоения (устранения эмоциональной напряженности), эффекта восстановления (ослабления проявлений утомления), эффекта активизации (повышения психофизиологической реактивности).

Познавательные УУД

6. Умение определять понятия, создавать обобщения, устанавливать аналогии, классифицировать, самостоятельно выбирать основания и критерии для классификации, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение, умозаключение (индуктивное, дедуктивное, по аналогии) и делать выводы. Обучающийся сможет:

- объединять предметы и явления в группы по определенным признакам, сравнивать, классифицировать и обобщать факты и явления;
- выделять явление из общего ряда других явлений;
- определять обстоятельства, которые предшествовали возникновению связи между явлениями, из этих обстоятельств выделять определяющие, способные быть причиной данного явления, выявлять причины и следствия явлений;
- строить рассуждение на основе сравнения предметов и явлений, выделяя при этом общие признаки;
- излагать полученную информацию, интерпретируя ее в контексте решаемой задачи;
- самостоятельно указывать на информацию, нуждающуюся в проверке, предлагать и применять способ проверки достоверности информации;
- вербализовать эмоциональное впечатление, оказанное на него источником;
- объяснять явления, процессы, связи и отношения, выявляемые в ходе познавательной и исследовательской деятельности (приводить объяснение с изменением формы представления; объяснять, детализируя или обобщая; объяснять с заданной точки зрения);
- выявлять и называть причины события, явления, в том числе возможные / наиболее вероятные причины, возможные последствия заданной причины, самостоятельно осуществляя причинно-следственный анализ;
- делать вывод на основе критического анализа разных точек зрения, подтверждать вывод собственной аргументацией или самостоятельно полученными данными.

7. Умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач. Обучающийся сможет:

- обозначать символом и знаком предмет и/или явление;
- определять логические связи между предметами и/или явлениями, обозначать данные логические связи с помощью знаков в схеме;
- создавать абстрактный или реальный образ предмета и/или явления;
- строить модель/схему на основе условий задачи и/или способа ее решения;
- создавать вербальные, вещественные и информационные модели с выделением существенных характеристик объекта для определения способа решения задачи в соответствии с ситуацией;
- преобразовывать модели с целью выявления общих законов, определяющих данную предметную область;
- переводить сложную по составу (многоаспектную) информацию из графического или формализованного (символьного) представления в текстовое, и наоборот;

8. Смысловое чтение. Обучающийся сможет:

- находить в тексте требуемую информацию (в соответствии с целями своей деятельности);
- ориентироваться в содержании текста, понимать целостный смысл текста, структурировать текст;
- устанавливать взаимосвязь описанных в тексте событий, явлений, процессов;

- преобразовывать текст, «переводя» его в другую модальность, интерпретировать текст (художественный и нехудожественный – учебный, научно-популярный, информационный, текст non-fiction);

- критически оценивать содержание и форму текста.

9. Формирование и развитие экологического мышления, умение применять его в познавательной, коммуникативной, социальной практике и профессиональной ориентации. Обучающийся сможет:

- определять свое отношение к природной среде;
- анализировать влияние экологических факторов на среду обитания живых организмов;
- проводить причинный и вероятностный анализ экологических ситуаций;
- прогнозировать изменения ситуации при смене действия одного фактора на действие другого фактора;
- распространять экологические знания и участвовать в практических делах по защите окружающей среды;
- выражать свое отношение к природе через рисунки, сочинения, модели, проектные работы.

10. Развитие мотивации к овладению культурой активного использования словарей и других поисковых систем. Обучающийся сможет:

- определять необходимые ключевые поисковые слова и запросы;
- осуществлять взаимодействие с электронными поисковыми системами, словарями;
- формировать множественную выборку из поисковых источников для объективизации результатов поиска;
- соотносить полученные результаты поиска со своей деятельностью.

Коммуникативные УУД

11. Умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками; работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учета интересов; формулировать, аргументировать и отстаивать свое мнение. Обучающийся сможет:

- определять возможные роли в совместной деятельности;
- играть определенную роль в совместной деятельности;
- принимать позицию собеседника, понимая позицию другого, различать в его речи: мнение (точку зрения), доказательство (аргументы), факты; гипотезы, аксиомы, теории;
- определять свои действия и действия партнера, которые способствовали или препятствовали продуктивной коммуникации;
- строить позитивные отношения в процессе учебной и познавательной деятельности;
- корректно и аргументированно отстаивать свою точку зрения, в дискуссии уметь выдвигать контраргументы, перефразировать свою мысль (владение механизмом эквивалентных замен);
- критически относиться к собственному мнению, с достоинством признавать ошибочность своего мнения (если оно таково) и корректировать его;
- предлагать альтернативное решение в конфликтной ситуации;
- выделять общую точку зрения в дискуссии;
- договариваться о правилах и вопросах для обсуждения в соответствии с поставленной перед группой задачей;

- организовывать учебное взаимодействие в группе (определять общие цели, распределять роли, договариваться друг с другом и т. д.);
- устранять в рамках диалога разрывы в коммуникации, обусловленные непониманием/неприятием со стороны собеседника задачи, формы или содержания диалога.

12. Умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей для планирования и регуляции своей деятельности; владение устной и письменной речью, монологической контекстной речью. Обучающийся сможет:

- определять задачу коммуникации и в соответствии с ней отбирать речевые средства;
- отбирать и использовать речевые средства в процессе коммуникации с другими людьми (диалог в паре, в малой группе и т. д.);
- представлять в устной или письменной форме развернутый план собственной деятельности;
- соблюдать нормы публичной речи, регламент в монологе и дискуссии в соответствии с коммуникативной задачей;
- высказывать и обосновывать мнение (суждение) и запрашивать мнение партнера в рамках диалога;
- принимать решение в ходе диалога и согласовывать его с собеседником;
- создавать письменные «клишированные» и оригинальные тексты с использованием необходимых речевых средств;
- использовать вербальные средства (средства логической связи) для выделения смысловых блоков своего выступления;
- использовать невербальные средства или наглядные материалы, подготовленные/отобранные под руководством учителя;
- делать оценочный вывод о достижении цели коммуникации непосредственно после завершения коммуникативного контакта и обосновывать его.

13. Формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий (далее – ИКТ). Обучающийся сможет:

- целенаправленно искать и использовать информационные ресурсы, необходимые для решения учебных и практических задач с помощью средств ИКТ;
- выбирать, строить и использовать адекватную информационную модель для передачи своих мыслей средствами естественных и формальных языков в соответствии с условиями коммуникации;
- использовать компьютерные технологии (включая выбор адекватных задаче инструментальных программно-аппаратных средств и сервисов) для решения информационных и коммуникационных учебных задач, в том числе: вычисление, написание писем, сочинений, докладов, рефератов, создание презентаций и др.;
- использовать информацию с учетом этических и правовых норм;

Предметные результаты.

Выпускник научится:

- рассматривать физическую культуру как явление культуры, выделять исторические этапы ее развития, характеризовать основные направления и формы ее организации в современном обществе;

- характеризовать содержательные основы здорового образа жизни, раскрывать его взаимосвязь со здоровьем, гармоничным физическим развитием и физической подготовленностью, формированием качеств личности и профилактикой вредных привычек;
- раскрывать базовые понятия и термины физической культуры, применять их в процессе совместных занятий физическими упражнениями со своими сверстниками, излагать с их помощью особенности техники двигательных действий и физических упражнений, развития физических качеств;
- разрабатывать содержание самостоятельных занятий с физическими упражнениями, определять их направленность и формулировать задачи, рационально планировать режим дня и учебной недели;
- руководствоваться правилами профилактики травматизма и подготовки мест занятий, правильного выбора обуви и формы одежды в зависимости от времени года и погодных условий;
- руководствоваться правилами оказания первой помощи при травмах и ушибах во время самостоятельных занятий физическими упражнениями; использовать занятия физической культурой, спортивные игры и спортивные соревнования для организации индивидуального отдыха и досуга, укрепления собственного здоровья, повышения уровня физических кондиций;
- составлять комплексы физических упражнений оздоровительной, тренирующей и корригирующей направленности, подбирать индивидуальную нагрузку с учетом функциональных особенностей и возможностей собственного организма;
- классифицировать физические упражнения по их функциональной направленности, планировать их последовательность и дозировку в процессе самостоятельных занятий по укреплению здоровья и развитию физических качеств;
- самостоятельно проводить занятия по обучению двигательным действиям, анализировать особенности их выполнения, выявлять ошибки и своевременно устранять их;
- тестировать показатели физического развития и основных физических качеств, сравнивать их с возрастными стандартами, контролировать особенности их динамики в процессе самостоятельных занятий физической подготовкой;
- выполнять комплексы упражнений по профилактике утомления и перенапряжения организма, повышению его работоспособности в процессе трудовой и учебной деятельности;
- выполнять общеразвивающие упражнения, целенаправленно воздействующие на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и координации движений);
- выполнять акробатические комбинации из числа хорошо освоенных упражнений;
- выполнять гимнастические комбинации на спортивных снарядах из числа хорошо освоенных упражнений;
- выполнять легкоатлетические упражнения в беге и в прыжках (в длину и высоту);
- выполнять спуски и торможения на лыжах с пологого склона;
- выполнять основные технические действия и приемы игры в футбол, волейбол, баскетбол в условиях учебной и игровой деятельности;
- выполнять передвижения на лыжах различными способами, демонстрировать технику последовательного чередования их в процессе прохождения тренировочных дистанций;

- выполнять тестовые упражнения для оценки уровня индивидуального развития основных физических качеств.

Выпускник получит возможность научиться:

- *характеризовать цель возрождения Олимпийских игр и роль Пьера де Кубертена в становлении современного олимпийского движения, объяснять смысл символики и ритуалов Олимпийских игр;*
- *характеризовать исторические вехи развития отечественного спортивного движения, великих спортсменов, принесших славу российскому спорту;*
- *определять признаки положительного влияния занятий физической подготовкой на укрепление здоровья, устанавливать связь между развитием физических качеств и основных систем организма;*
- *вести дневник по физкультурной деятельности, включать в него оформление планов проведения самостоятельных занятий с физическими упражнениями разной функциональной направленности, данные контроля динамики индивидуального физического развития и физической подготовленности;*
- *проводить занятия физической культурой с использованием оздоровительной ходьбы и бега, лыжных прогулок и туристических походов, обеспечивать их оздоровительную направленность;*
- *проводить восстановительные мероприятия с использованием банных процедур и сеансов оздоровительного массажа;*
- *выполнять комплексы упражнений лечебной физической культуры с учетом имеющихся индивидуальных отклонений в показателях здоровья;*
- *преодолевать естественные и искусственные препятствия с помощью разнообразных способов лазания, прыжков и бега;*
- *осуществлять судейство по одному из осваиваемых видов спорта;*
- *выполнять тестовые нормативы Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»;*
- *выполнять технико-тактические действия национальных видов спорта;*
- *проплывать учебную дистанцию вольным стилем.*

Тематическое планирование

	Разделы / Темы	Кол-во часов				
		5 класс	6 класс	7 класс	8 класс	9 класс
1	Основы знаний о физической культуре*	5	5	5	7	5
2	Способы двигательной (физкультурной) деятельности**	3	3	3	9	3
3	<i>Физическое совершенствование</i>					
3.1.	Легкая атлетика	24	24	24	24	24
3.2.	Гимнастика с элементами акробатики	12	12	12	12	12
3.3.	Спортивные игры	18	18	18	18	18
3.4.	Лыжная подготовка	16	16	16	16	16
	ИТОГО	70	70	70	70	70
	Часть формируемая ОО					
	Спортивные игры ***	35	35	35	35	35

*, ** - темы 1 и 2 раздела включены в темы «Легкая атлетика», «Гимнастика с элементами акробатики», «Спортивные игры», «Лыжная подготовка».

***- занятия проводятся после основных уроков по программе «Школа мяча (баскетбол)».

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

5 КЛАСС

	Темы уроков	Дата проведения	УУД
	Легкая атлетика (12)		
1	<i>Подготовка к занятиям физической культурой*</i> . Вводный инструктаж. <i>Спринтерский бег.</i>	03.09.2019	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели, контролируют процесс и результат действия используют общие приемы решения поставленных задач; Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации, вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе оценки учителя и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; используют речь для регуляции своего действия, договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: проявляют учебно-познавательный интерес к учебному материалу; понимают значение физического развития человека и принимают его.
2	Правила ТБ. Высокий старт. <i>Челночный бег.</i>	05.09.2019	
3	Специальные беговые упражнения. Упражнения на скорость. <i>Комплексы упражнений для оздоровительных форм занятий физической культурой.</i>	10.09.2019	
4	<i>Составление комплексов для утренней зарядки.</i> Бег 60 м (на результат). Г.Т.О.(быстрота)	12.09.2019	
5	Оценка уровня физической подготовленности. Разновидности бега. <i>Беговые упражнения</i>	17.09.2019	
6	Подтягивание (мальчики). Поднимание туловища (девочки). ГТО	19.09.2019	
7	<i>Физическое развитие человека**.</i> Бег с преодолением препятствий. Эстафетный бег.	24.09.2019	
8	Бег 1000м (на результат). Подвижные игры. Игра футбол.	26.09.2019	
9	<i>Прыжок в длину с места.</i> Встречная эстафета. <i>Прыжковые упражнения.</i>	01.10.2019	
10	Прыжок в длину с места (на результат). Прыжок на скакалке. ГТО	03.10.2019	
11	Бег 1500м на выносливость. Г.Т.О.	08.10.2019	
12	Бег 2000м на развитие выносливости.	10.10.2019	
	Спортивные игры (5).		
13	<i>Олимпийские игры древности.</i> Техника передвижений и остановок с мячом. <i>Правила спортивных игр.</i>	15.10.2019	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели, контролируют процесс и результат действия, используют общие приемы решения поставленных задач; Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе оценки учителя и учета характера сделанных ошибок, адекватно воспринимают оценку учителя Коммуникативные: формулируют собственное мнение и
14	Обучение ловли и передачи мяча. <i>Технико-тактические действия и приемы игры в баскетбол.</i>	17.10.2019	
15	Ведение мяча. Ловля и передача. (ловкость)	22.10.2019	
16	Броски двумя руками с места и в движении.	24.10.2019	
17	Бросок мяча в кольцо после ведения. Игра баскетбол.	07.11.2019	

			позицию; используют речь для регуляции своего действия, договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.
	Гимнастика (12).		
18	Инструктаж по Т.Б. Строевые упражнения. <i>Организирующие команды и приемы.</i>	12.11.2019	Познавательные: самостоятельно ставят, выделяют и формулируют и решают учебную задачу, контролируют процесс и результат действия, используют общие приемы решения поставленных задач Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия, договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: ориентируются на активное и доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.
19	Подтягивание. Техника выполнения висов. <i>Гимнастические упражнения и комбинации на спортивных снарядах. Передвижение в висах и упорах.</i>	14.11.2019	
20	Подтягивание на результат. Стойка на лопатках. Перекаты. <i>Лазание, перелезание, ползание.(сила)</i>	19.11.2019	
21	Акробатика. Кувырок в перед, стойка на лопатках.	21.11.2019	
22	Акробатика. Кувырок вперед-назад. <i>Акробатические упражнения и комбинации.</i>	26.11.2019	
23	Кувырок вперед-назад. Стойка на лопатках.(координация)	28.11.2019	
24	«Мост» с помощью и самостоятельно. Перекаты.	03.12.2019	
25	Кувырок назад в полушпагат. «Мост» самостоятельно.	05.12.2019	
26	Два кувырка слитно. Выполнение комбинаций упражнений.	10.12.2019	
27	Кувырок вперед-назад. Стойка на голове и руках	12.12.2019	
28	Стойка на голове и руках. «Мост».	17.12.2019	
29	Техника выполнения акробатических упражнений. Тест на гибкость.	19.12.2019	
	Лыжная подготовка (16).		
30	<i>Техника движений и ее основные показатели.</i> Инструктаж по Т.Б. на лыжах. <i>Первая помощь при обморожении.</i>	24.12.2019	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели, контролируют процесс и результат действия, используют общие приемы решения поставленных задач; Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе оценки учителя и учета характера сделанных ошибок, адекватно
31	Подбор лыж, ботинок, палок. Скользящий шаг.	26.12.2019	
32	Совершенствовать технику лыжных ходов. <i>Передвижение на лыжах разными способами.</i>	09.01.2020	
32.	Попеременный 2-х-шажный ход. Игры на лыжах.	14.01.2020	
33	Одновременный бесшажный ход. <i>Подъем «ёлочкой».</i>	16.01.2020	

34	Одновременный одношажный ход. <i>Торможение упором.</i>	21.01.2020	воспринимают оценку учителя
35	<i>Повороты</i> на лыжах переступанием. Торможение.	23.01.2020	Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; используют речь для регуляции своего действия, договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.
36	Прохождение дистанции 1-2 км. Эстафеты на лыжах.	28.01.2020	
37	Попеременный 2-х-шажный, одновременный бесшажный ход.	30.01.2020	
38	Торможение и повороты на лыжах. Подъем «полуёлочкой», «ёлочкой».	04.02.2020	
39	Одновременный одношажный и 2-х-шажный ход. <i>Спуск с горы.</i>	06.02.2020	
40	Прохождение дистанции 1 км. на время. Спуск и подъем с горы.	11.02.2020	
41	Контроль техники спусков со склонов. Подвижные игры, эстафеты на лыжах.	13.02.2020	
42	Совершенствование подъемов, торможений, поворотов.	18.02.2020	
43	Прохождение дистанции 2 км. на время Г.Т.О	20.02.2020	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели, контролируют процесс и результат действия, используют общие приемы решения поставленных задач; Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе оценки учителя и учета характера сделанных ошибок, адекватно воспринимают оценку учителя Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; используют речь для регуляции своего действия, договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.
44	Прохождение дистанции 3 км без учета времени	25.02.2020	
	Спортивные игры (13).		
45	Техника безопасности при игре волейбол. Стойки игрока. <i>Самонаблюдение и самоконтроль.</i>	27.02.2020	
46	Перемещение игрока. Правила игры в волейбол.	03.03.2020	
47	Верхняя передача, нижний прием мяча.	05.03.2020	
48	Верхняя передача мяча над собой. Нижний прием.	10.03.2020	
49	Нижний прием мяча. Нижняя прямая подача.	12.03.2020	
50	Игра по упрощенным правилам мини-волейбол	17.03.2020	
51	Верхняя передача и нижний прием мяча в парах.	19.03.2020	
52	Подача мяча. Игра «Пионербол»	31.03.2020	
53	Передача мяча через сетку. Игра «Пионербол»	02.04.2020	
54	Прямой нападающий удар. Верхняя передача и нижний прием мяча.	07.04.2020	
55	Игра «Пионербол » с элементами волейбола.	09.04.2020	
56	<i>Технико-тактические действия и приемы игры в волейбол.</i> Игра волейбол по упрощенным правилам.	14.04.2020	
57	<i>Национальные виды спорта: технико-тактические действия и правила.</i>	16.04.2020	
	Легкая атлетика (12).		
58	<i>Требования безопасности и первая помощь при травмах.</i> Высокий	21.04.2020	Познавательные: самостоятельно выделяют и

	старт. Бег 30 м. Инструктаж по ТБ.		формулируют познавательные цели, контролируют процесс и результат действия используют общие приемы решения поставленных задач; Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации, вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе оценки учителя и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; используют речь для регуляции своего действия, договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: проявляют учебно-познавательный интерес к учебному материалу; понимают значение физического развития человека и принимают его.
59	Специальные беговые упражнения. Эстафеты	23.04.2020	
60	Прыжок в длину с места. Челночный бег.	28.04.2020	
61	Прыжок в длину с места. Бег 60 м.	30.04.2020	
62	Подтягивание. Поднимание туловища. Г.Т.О	05.05.2020	
63	Бег 300 м. Эстафетный бег.	07.05.2020	
64	Обучение прыжка в высоту (перешагиванием).	12.05.2020	
65	Совершенствование прыжка в высоту (перешагиванием). <i>Преодоление препятствий разной сложности.</i>	14.05.2020	
66	Прыжок в высоту способом «перешагиванием» - контроль	19.05.2020	
67	<i>Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне».</i> Метание мяча в цель. <i>Метание малого мяча по движущейся мишени.</i>	21.05.2020	
68	Метание мяча на дальность. <i>Упражнения в метании малого мяча.</i> Игра футбол.	26.05.2020	
69	Бег 1000м. на время. Г.Т.О. Игра футбол. <i>Технико-тактические действия и приемы игры в футбол, мини-футбол.</i>	28.05.2020	
70	Резервный урок		
	Итого – 70 ч.		

**Подготовка к занятиям физической культурой.- темы из раздела «Способы двигательной (физкультурной) деятельности»*

***Техника движений и ее основные показатели. – темы из раздела «Основы знаний о физической культуре»*

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

6 КЛАСС

	Темы уроков	Дата проведения	УУД
	Легкая атлетика (12)		
1	<i>Возрождение Олимпийских игр и олимпийского движения*</i> . Вводный инструктаж. Спринтерский бег.	02.09.2019	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели, контролируют процесс и результат действия используют общие приемы решения поставленных задач; Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации, вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе оценки учителя и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; используют речь для регуляции своего действия, договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: проявляют учебно-познавательный интерес к учебному материалу; понимают значение физического развития человека и принимают его.
2	Правила ТБ. Высокий старт. Разновидности бега. (быстрота)	04.09.2019	
3	Специальные беговые упражнения. Эстафетный бег. <i>Комплексы упражнений для оздоровительных форм занятий физической культурой.</i>	09.09.2019	
4	Комплекс утренней гимнастики. Бег 60 м (на результат).Г.Т.О <i>Комплекс «Готов к труду и обороне».Комплексы упражнений для оздоровительных форм занятий физической культурой.</i>	11.09.2019	
5	Подтягивание (мальчики). Поднимание туловища (девочки).ГТО (сила)	16.09.2019	
6	Бег 1000м (на результат). Подвижные игры.	18.09.2019	
7	<i>Прыжок в длину с места.</i> Встречная эстафета. <i>Прыжковые упражнения.</i>	23.09.2019	
8	Прыжок в длину с места (на результат). Прыжок на скакалке.ГТО	25.09.2019	
9	Специальные беговые упражнения. Метание малого мяча в цель.	30.09.2019	
10	Метание малого мяча в цель. Игра футбол.	02.10.2019	
11	Бег 1500м на выносливость. Г.Т.О.	07.10.2019	
12	Бег 2000м на развитие выносливости.	09.10.2019	
	Подвижные игры с элементами баскетбола(5).		
13	Техника передвижений и остановок с мячом. Ловля и передачи мяча. <i>Правила спортивных игр.</i>	14.10.2019	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели, контролируют процесс и результат действия, используют общие приемы решения поставленных задач; Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе оценки учителя и учета характера сделанных ошибок, адекватно воспринимают оценку учителя Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; используют речь для регуляции своего действия,
14	Ведение мяча. Ловля и передача. <i>Технико-тактические действия и приемы игры в баскетбол.</i>	16.10.2019	
15	Броски двумя руками с места и в движении. Игра стритбол.	21.10.2019	
16	Бросок мяча в кольцо после ведения. Игра баскетбол.	23.10.2019	
17	Ловля и передача мяча в движении.. Игра баскетбол по упрощенным правилам. (ловкость)	06.11.2019	

			договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.
	Гимнастика (12).		
18	<i>Коррекция осанки и телосложения.</i> Инструктаж по Т.Б. Строевые упражнения. <i>Организуящие команды и приемы.</i>	11.11.2019	Познавательные: самостоятельно ставят, выделяют и формулируют и решают учебную задачу, контролируют процесс и результат действия, используют общие приемы решения поставленных задач Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия, договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: ориентируются на активное и доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.
19	<i>Составление комплексов для коррекции осанки и телосложения**.</i> Подтягивание. Техника выполнения висов.	13.11.2019	
20	Подтягивание на результат. Стойка на лопатках. Перекаты. <i>Гимнастические упражнения и комбинации на спортивных снарядах. Передвижение в висах и упорах.</i>	18.11.2019	
21	Акробатика. Кувырок в перед, стойка на лопатках.	20.11.2019	
22	Акробатика. Кувырок вперед-назад. <i>Лазание, перелезание, ползание.</i>	25.11.2019	
23	Кувырок вперед-назад. Стойка на лопатках.	27.11.2019	
24	«Мост» с помощью и самостоятельно. Перекаты.	02.12.2019	
25	Кувырок назад. Стойка на лопатках. (координация)	04.12.2019	
26	Кувырок назад в полушпагат. «Мост» самостоятельно. <i>Акробатические упражнения и комбинации.</i>	09.12.2019	
27	Два кувырка слитно. Выполнение комбинаций упражнений.	11.12.2019	
28	Кувырок вперед-назад. Стойка на голове и руках	16.12.2019	
29	Стойка на голове и руках. «Мост». Техника выполнения акробатических упражнений. <i>Оценка эффективности занятий.</i>	18.12.2019	
	Лыжная подготовка (16).		
30	<i>Физическая подготовка, ее связь с укреплением здоровья, развитием физических качеств.</i> Подбор лыж, ботинок, палок.	23.12.2019	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели, контролируют процесс и результат действия, используют общие приемы решения поставленных задач; Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе оценки учителя и учета характера сделанных ошибок, адекватно
31	Совершенствовать технику лыжных ходов. Скользящий шаг. Инструктаж по Т.Б. на лыжах. <i>Передвижение на лыжах разными способами.</i>	25.12.2019	
32	Попеременный 2-х-шажный ход. Игры на лыжах.	13.01.2020	
32	Одновременный бесшажный ход. <i>Подъем «ёлочкой».</i>	15.01.2020	

33	Одновременный одношажный ход. <i>Торможение упором.</i>	20.01.2020	воспринимают оценку учителя
34	<i>Повороты</i> на лыжах переступанием. Торможение.	22.01.2020	Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; используют речь для регуляции своего действия, договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.
35	<i>Контроль и наблюдение за состоянием здоровья.</i> Прохождение дистанции 1-2 км.	27.01.2020	
36	Попеременный 2-х-шажный, одновременный бесшажный ход. Эстафеты на лыжах.	29.01.2020	
37	Подъем «полуёлочкой», «ёлочкой». Подвижные игры на лыжах.	03.02.2020	
38	Торможение и повороты на лыжах. Эстафеты.	05.02.2020	
39	Одновременный одношажный и 2-х-шажный ход. <i>Спуск с горы.</i>	10.02.2020	
40	Прохождение дистанции 1 км. на время. Спуск и подъем с горы.	12.02.2020	
41	Контроль техники спусков со склонов.	17.02.2020	
42	Совершенствование подъемов, торможений, поворотов.	19.02.2020	
43	Прохождение дистанции 2 км. на время Г.Т.О.	24.02.2020	
44	Прохождение дистанции 3 км без учета времени	26.02.2020	
	Спортивные игры (13).		
45	Техника безопасности при игре волейбол. Стойки игрока.	02.03.2020	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели, контролируют процесс и результат действия, используют общие приемы решения поставленных задач; Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе оценки учителя и учета характера сделанных ошибок, адекватно воспринимают оценку учителя Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; используют речь для регуляции своего действия, договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.
46	Правила игры в волейбол. Перемещения игрока.	04.03.2020	
47	Верхняя передача мяча над собой. Нижний прием.	09.03.2020	
48	Верхняя передача, нижний прием мяча.	11.03.2020	
49	Подача мяча – нижняя, боковая. Игра пионербол.	16.03.2020	
50	Подача мяча. Игра «Пионербол» с элементами волейбола.	18.03.2020	
51	<i>Способы выявления и устранения технических ошибок.</i> Нижний прием мяча. Нижняя прямая подача.	30.03.2020	
52	Верхняя передача и нижний прием мяча в парах. Игра в волейбол.	01.04.2020	
53	Совершенствование техники передачи мяча.	06.04.2020	
54	Прямой нападающий удар. подача мяча.	08.04.2020	
55	Верхняя передача и нижний прием мяча.	13.04.2020	
56	<i>Технико-тактические действия и приемы игры в волейбол.</i> Игра волейбол по упрощенным правилам.	15.04.2020	
57	<i>Национальные виды спорта: технико-тактические действия и правила.</i>	20.04.2020	
	Легкая атлетика (12).		
58	Инструктаж по ТБ. Высокий старт. Бег 30 м.	22.04.2020	Познавательные: самостоятельно выделяют и

59	Прыжок в длину с места. Челночный бег.	27.04.2020	формулируют познавательные цели, контролируют процесс и результат действия используют общие приемы решения поставленных задач; Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации, вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе оценки учителя и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; используют речь для регуляции своего действия, договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: проявляют учебно-познавательный интерес к учебному материалу; понимают значение физического развития человека и принимают его.
60	Подтягивание. Прыжок в длину с места.	29.04.2020	
61	Бег 60 м. Поднимание туловища. Эстафетный бег. Г.Т.О.	04.05.2020	
62	Эстафетный бег. Финиширование. Основы знаний по туризму. <i>Организация и проведение пеших туристических походов. Требования техники безопасности и бережного отношения к природе.</i>	06.05.2020	
63	Обучение прыжка в высоту (перешагиванием).	11.05.2020	
64	Прыжок в высоту способом «перешагиванием» - контроль Совершенствование прыжка в высоту (перешагиванием). <i>Преодоление препятствий разной сложности.</i>	13.05.2020	
65	<i>Упражнения в метании малого мяча.</i> Метание мяча в цель. <i>Метание малого мяча по движущейся мишени.</i> Метание мяча на дальность.	18.05.2020	
66	Бег 1500м. на время. Г.Т.О. Подтягивание.	20.05.2020	
67	Игра футбол. <i>Технико-тактические действия и приемы игры в футбол, мини-футбол.</i>	25.05.2020	
68-70	Резервный урок	27.05.2020	
Итого – 70 ч.			

**Техника движений и ее основные показатели. – темы из раздела «Основы знаний о физической культуре»*

***Подготовка к занятиям физической культурой.- темы из раздела «Способы двигательной (физкультурной) деятельности»*

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

7 КЛАСС

	Темы уроков	Дата проведения	УУД
	Легкая атлетика (12)		
1	<i>Олимпийское движение в России*</i> . Вводный инструктаж. Высокий старт.	02.09.2019	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели, контролируют процесс и результат действия используют общие приемы решения поставленных задач; Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации, вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе оценки учителя и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; используют речь для регуляции своего действия, договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: проявляют учебно-познавательный интерес к учебному материалу; понимают значение физического развития человека и принимают его.
2	<i>Спринтерский бег</i> . Правила ТБ.	03.09.2019	
3	Подтягивание (мальчики). Поднимание туловища (девочки).ГТО (сила)	09.09.2019	
4	Комплекс утренней гимнастики. Бег 60 м (на результат).Г.Т.О. <i>Комплексы упражнений для оздоровительных форм занятий физической культурой.</i>	10.09.2019	
5	Специальные беговые упражнения. Эстафетный бег. (быстрота)	16.09.2019	
6	<i>Прыжок в длину с места</i> . Встречная эстафета. <i>Прыжковые упражнения.</i>	17.09.2019	
7	Прыжок в длину с места (на результат). Прыжок на скакалке.ГТО	23.09.2019	
8	Специальные беговые упражнения. Метание малого мяча в цель.	24.09.2019	
9	Метание малого мяча в цель. Игра футбол.	30.09.2019	
10	Челночный бег. Игра футбол.	01.10.2019	
11	Разновидности бега и ходьбы. Низкий старт.	07.10.2019	
12	Бег 1500м на выносливость. Г.Т.О.	08.10.2019	
	Подвижные игры с элементами баскетбола(5).		
13	Техника передвижений и остановок с мячом. <i>Правила спортивных игр.</i>	14.10.2019	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели, контролируют процесс и результат действия, используют общие приемы решения поставленных задач; Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе оценки учителя и учета характера сделанных ошибок, адекватно воспринимают оценку учителя Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; используют речь для регуляции своего действия, договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.
14	<i>Оценка техники осваиваемых упражнений**</i> . Ведение мяча. Ловля и передача. (ловкость)	15.10.2019	
15	Броски двумя руками с места и в движении. Игра стритбол. <i>Технико-тактические действия и приемы игры в стритбол (баскетбол).</i>	21.10.2019	
16	Бросок мяча в кольцо после ведения. Игра в баскетбол.	22.10.2019	
17	Ловля и передача мяча в движении. Игра в баскетбол.	11.11.2019	

			Личностные: ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.
	Гимнастика (12).		
18	Инструктаж по Т.Б. Строевые упражнения. <i>Организирующие команды и приемы.</i>	12.11.2019	Познавательные: самостоятельно ставят, выделяют и формулируют и решают учебную задачу, контролируют процесс и результат действия, используют общие приемы решения поставленных задач Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия, договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: ориентируются на активное и доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.
19	<i>Составление планов и самостоятельное проведение занятий спортивной подготовкой.</i> Подтягивание. Техника выполнения висов.	18.11.2019	
20	Подтягивание на результат. Стойка на лопатках. Перекаты. <i>Гимнастические упражнения и комбинации на спортивных снарядах. Передвижение в висах и упорах.</i>	19.11.2019	
21	Акробатика. Кувырок в перед, стойка на лопатках.	25.11.2019	
22	Акробатика. Кувырок вперед-назад.	26.11.2019	
23	«Мост» с помощью и самостоятельно. Перекаты.	02.12.2019	
24	<i>Физическая подготовка, ее связь с укреплением здоровья, развитием физических качеств.</i> Кувырок назад. Стойка на лопатках.	03.12.2019	
25	Кувырок назад в полушпагат. «Мост» самостоятельно.	09.12.2019	
26	Два кувырка слитно. Выполнение комбинаций упражнений. <i>Лазание, перелезание, ползание.</i>	10.12.2019	
27	Кувырок вперед-назад. Стойка на голове и руках	16.12.2019	
28	Стойка на голове и руках. «Мост».	17.12.2019	
29	Связка упражнений. Упражнения на гибкость.	23.12.2019	
	Лыжная подготовка (16).		
30	<i>Спорт и спортивная подготовка.</i> Инструктаж по Т.Б. на лыжах. Подбор лыж, ботинок, палок.	24.12.2019	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели, контролируют процесс и результат действия, используют общие приемы решения поставленных задач; Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе оценки учителя и учета характера сделанных ошибок, адекватно воспринимают оценку учителя
31	Совершенствовать технику лыжных ходов. Скользящий шаг. <i>Передвижение на лыжах разными способами.</i>	13.01.2020	
32.	Попеременный 2-х-шажный ход. Игры на лыжах.	14.01.2020	
32	Одновременный бесшажный ход. Подъем «ёлочкой».	20.01.2020	
33	Одновременный одношажный ход. <i>Торможение упором.</i>	21.01.2020	
34	<i>Повороты</i> на лыжах переступанием. Торможение.	27.01.2020	

35	Прохождение дистанции 1-2 км. . Эстафеты на лыжах.	28.01.2020	Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; используют речь для регуляции своего действия, договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.
36	Попеременный 2-х-шажный, одновременный бесшажный ход	03.02.2020	
37	<i>Подъем «полуёлочкой», «ёлочкой».</i> Подвижные игры на лыжах.	04.02.2020	
38	Торможение и повороты на лыжах.Эстафеты.	10.02.2020	
39	Одновременный одношажный и 2-х-шажный ход. <i>Спуск с горы.</i>	11.02.2020	
40	Прохождение дистанции 1 км. на время. Спуск и подъем с горы.	17.02.2020	
41	Контроль техники спусков со склонов.	18.02.2020	
42	Совершенствование подъемов, торможений, поворотов.	24.02.2020	
43	Прохождение дистанции 2 км. на время Г.Т.О.	25.02.2020	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели, контролируют процесс и результат действия, используют общие приемы решения поставленных задач; Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе оценки учителя и учета характера сделанных ошибок, адекватно воспринимают оценку учителя Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; используют речь для регуляции своего действия, договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.
44	Прохождение дистанции 3 км без учета времени	13.01.2020	
	Спортивные игры (13).		
45	Техника безопасности при игре волейбол. Стойки игрока. <i>Организация досуга средствами физической культуры.</i>	02.03.2020	
46	Правила игры в волейбол. Перемещения игрока.	03.03.2020	
47	Верхняя передача мяча над собой. Нижний прием.	09.03.2020	
48	Верхняя передача, нижний прием мяча.	10.03.2020	
49	Подача мяча – нижняя, боковая. Игра пионербол.	16.03.2020	
50	Подача мяча. Игра «Пионербол » с элементами волейбола.	17.03.2020	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели, контролируют процесс и результат действия используют общие приемы решения поставленных задач; Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и
51	Нижний прием мяча. Нижняя прямая подача.	30.03.2020	
52	Верхняя передача и нижний прием мяча в парах. Игра в волейбол.	31.03.2020	
53	Совершенствование техники передачи мяча.	06.04.2020	
54	Прямой нападающий удар. подача мяча.	07.04.2020	
55	Верхняя передача и нижний прием мяча.	13.04.2020	
56	<i>Технико-тактические действия и приемы игры в волейбол.</i> Игра волейбол по основным правилам.	14.04.2020	
57	<i>Национальные виды спорта: технико-тактические действия и правила.</i>	20.04.2020	
	Легкая атлетика (12).		Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели, контролируют процесс и результат действия используют общие приемы решения поставленных задач; Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и
58	Инструктаж по ТБ. Высокий старт. Бег 30 м.	21.04.2020	
59	Прыжок в длину с места. Челночный бег.	27.04.2020	
60	Подтягивание. Прыжок в длину с места.	28.04.2020	
61	Бег 60 м. Поднимание туловища. Эстафетный бег. Г.Т.О.	04.05.2020	
62	Эстафетный бег. Финиширование. Основы знаний по туризму.	05.05.2020	

	<i>Организация и проведение пеших туристических походов. Требования техники безопасности и бережного отношения к природе.</i>		условиями её реализации, вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе оценки учителя и учета характера сделанных ошибок.
63	Обучение прыжка в высоту (перешагиванием). Совершенствование прыжка в высоту (перешагиванием).	11.05.2020	Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; используют речь для регуляции своего действия, договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: проявляют учебно-познавательный интерес к учебному материалу; понимают значение физического развития человека и принимают его.
64	Прыжок в высоту способом «перешагиванием» - контроль <i>Преодоление препятствий разной сложности.</i>	12.05.2020	
65	<i>Упражнения в метании малого мяча. Метание малого мяча по движущейся мишени.</i> Метание мяча в цель. Метание мяча на дальность.	18.05.2020	
66	Игра футбол. <i>Технико-тактические действия и приемы игры в футбол, мини-футбол.</i>	19.05.2020	
67	Бег 1500м. на время. Г.Т.О.	25.05.2020	
68 -70	<i>Резервный урок</i>	26.05.2020	
	Итого – 70 ч.		

**Техника движений и ее основные показатели. – темы из раздела «Основы знаний о физической культуре»*

***Подготовка к занятиям физической культурой.- темы из раздела «Способы двигательной (физкультурной) деятельности»*

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

8 КЛАСС

	Темы уроков	Дата проведения	УУД
	Легкая атлетика (12)		
1	<i>Требования безопасности и первая помощь при травмах во время занятий физической культурой и спортом.</i> Вводный инструктаж.	02.09.2019	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели, контролируют процесс и результат действия используют общие приемы решения поставленных задач; Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации, вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе оценки учителя и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; используют речь для регуляции своего действия, договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: проявляют учебно-познавательный интерес к учебному материалу; понимают значение физического развития человека и принимают его.
2	<i>Физическая культура в современном обществе..</i> Высокий старт. <i>Спринтерский бег.</i> Правила ТБ.	03.09.2019	
3	<i>Организация и планирование самостоятельных занятий по развитию физических качеств.</i> Подтягивание (мальчики). Поднимание туловища (девочки).ГТО (сила)	09.09.2019	
4	<i>Здоровье и здоровый образ жизни.</i> Комплекс утренней гимнастики. Бег 60 м (на результат).Г.Т.О. <i>Комплексы упражнений для оздоровительных форм занятий физической культурой.</i>	10.09.2019	
5	<i>Самонаблюдение и самоконтроль.</i> Специальные беговые упражнения. Эстафетный бег. (быстрота)	16.09.2019	
6	<i>Прыжок в длину с места.</i> Встречная эстафета. <i>Прыжковые упражнения.</i>	17.09.2019	
7	Прыжок в длину с места (на результат). Прыжок на скакалке.ГТО	23.09.2019	
8	<i>Оценка эффективности занятий.</i> Специальные беговые упражнения. Метание малого мяча в цель.	24.09.2019	
9	Метание малого мяча в цель. Игра футбол.	30.09.2019	
10	<i>Организация и проведение самостоятельных занятий физической культурой (выбор мест занятий, инвентаря и одежды, планирование занятий с разной функциональной направленностью).</i> Челночный бег. Игра футбол.	01.10.2019	
11	Разновидности бега и ходьбы. Низкий старт.	07.10.2019	
12	<i>Измерение резервов организма (с помощью простейших функциональных проб).</i> Бег 1500м на выносливость. Г.Т.О.	08.10.2019	
	Подвижные игры с элементами баскетбола(5).		
13	Техника передвижений и остановок с мячом. <i>Правила спортивных игр.</i>	14.10.2019	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели, контролируют процесс

14	<i>Оценка техники осваиваемых упражнений, способы выявления и устранения технических ошибок.</i> Ведение мяча. Ловля и передача. (ловкость)	15.10.2019	и результат действия, используют общие приемы решения поставленных задач; Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе оценки учителя и учета характера сделанных ошибок, адекватно воспринимают оценку учителя Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; используют речь для регуляции своего действия, договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.
15	Броски двумя руками с места и в движении. Игра стритбол. <i>Технико-тактические действия и приемы игры в стритбол (баскетбол).</i>	21.10.2019	
16	Бросок мяча в кольцо после ведения. Игра в баскетбол.	22.10.2019	
17	Ловля и передача мяча в движении. Игра в баскетбол.	11.09.2019	
	Гимнастика (12).		
18	<i>Коррекция осанки и телосложения.</i> Инструктаж по Т.Б. Строевые упражнения. <i>Организующие команды и приемы.</i>	12.11.2019	Познавательные: самостоятельно ставят, выделяют и формулируют и решают учебную задачу, контролируют процесс и результат действия, используют общие приемы решения поставленных задач Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия, договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: ориентируются на активное и доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.
19	<i>Подбор упражнений и составление индивидуальных комплексов для утренней зарядки, физкультминуток, физкультпауз, коррекции осанки и телосложения.</i> Подтягивание. Техника выполнения висов.	18.11.2019	
20	<i>Контроль и наблюдение за состоянием здоровья, физическим развитием и физической подготовленностью.</i> Подтягивание на результат. Стойка на лопатках. Перекаты. <i>Гимнастические упражнения и комбинации на спортивных снарядах. Передвижение в висах и упорах.</i>	19.11.2019	
21	Акробатика. Кувырок в перед, стойка на лопатках.	25.11.2019	
22	Акробатика. Кувырок вперед-назад.	26.11.2019	
23	«Мост» с помощью и самостоятельно. Перекаты.	02.12.2019	
24	Кувырок назад. Стойка на лопатках.	03.12.2019	
25	Кувырок назад в полушпагат. «Мост» самостоятельно.	09.12.2019	
26	Два кувырка слитно. Выполнение комбинаций упражнений. <i>Лазание, перелезание, ползание.</i>	10.12.2019	
27	Кувырок вперед-назад. Стойка на голове и руках	16.12.2019	
28	Стойка на голове и руках. «Мост».	17.12.2019	
29	Связка упражнений. Упражнения на гибкость.	23.12.2019	

	Лыжная подготовка (16).		
30	Инструктаж по Т.Б. на лыжах. Подбор лыж, ботинок, палок.	24.12.2019	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели, контролируют процесс и результат действия, используют общие приемы решения поставленных задач; Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе оценки учителя и учета характера сделанных ошибок, адекватно воспринимают оценку учителя Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; используют речь для регуляции своего действия, договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.
31	Совершенствовать технику лыжных ходов. Скользящий шаг. <i>Передвижение на лыжах разными способами.</i>	13.01.2020	
32.	Попеременный 2-х-шажный ход. Игры на лыжах.	14.01.2020	
32	Одновременный бесшажный ход. Подъем «ёлочкой».	20.01.2020	
33	Одновременный одношажный ход. <i>Торможение упором.</i>	21.01.2020	
34	<i>Повороты</i> на лыжах переступанием. Торможение.	27.01.2020	
35	Прохождение дистанции 1-2 км. . Эстафеты на лыжах.	28.01.2020	
36	Попеременный 2-х-шажный, одновременный бесшажный ход	03.02.2020	
37	<i>Подъем</i> «полуёлочкой», «ёлочкой». Подвижные игры на лыжах.	04.02.2020	
38	Торможение и повороты на лыжах.Эстафеты.	10.02.2020	
39	Одновременный одношажный и 2-х-шажный ход. <i>Спуск</i> с горы.	11.02.2020	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели, контролируют процесс и результат действия, используют общие приемы решения поставленных задач; Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе оценки учителя и учета характера сделанных ошибок, адекватно воспринимают оценку учителя Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; используют речь для регуляции своего действия, договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.
40	Прохождение дистанции 1 км. на время. Спуск и подъем с горы.	17.02.2020	
41	Контроль техники спусков со склонов.	18.02.2020	
42	Совершенствование подъемов, торможений, поворотов.	24.02.2020	
43	Прохождение дистанции 2 км. на время Г.Т.О.	25.02.2020	
44	Прохождение дистанции 3 км без учета времени	02.03.2020	
	Спортивные игры (13).		
45	Техника безопасности при игре волейбол. Стойки игрока.	03.03.2020	
46	Правила игры в волейбол. Перемещения игрока.	09.03.2020	
47	Верхняя передача мяча над собой. Нижний прием.	10.03.2020	
48	Верхняя передача, нижний прием мяча.	16.03.2020	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели, контролируют процесс и результат действия, используют общие приемы решения поставленных задач; Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе оценки учителя и учета характера сделанных ошибок, адекватно воспринимают оценку учителя Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; используют речь для регуляции своего действия, договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.
49	Подача мяча – нижняя, боковая. Игра пионербол.	17.03.2020	
50	Подача мяча. Игра «Пионербол» с элементами волейбола.	30.03.2020	
51	Нижний прием мяча. Нижняя прямая подача.	31.03.2020	
52	Верхняя передача и нижний прием мяча в парах. Игра в волейбол.	06.04.2020	
53	Совершенствование техники передачи мяча.	07.04.2020	
54	Прямой нападающий удар. подача мяча.	13.04.2020	
55	Верхняя передача и нижний прием мяча.	14.04.2020	
56	<i>Технико-тактические действия и приемы игры в волейбол.</i> Игра волейбол по основным правилам.	20.04.2020	
57	<i>Национальные виды спорта: технико-тактические действия и</i>	21.04.2020	

	<i>правила.</i>		
	Легкая атлетика (12).		
58	<i>Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне».</i> Инструктаж по ТБ. Высокий старт. Бег 30 м.	27.04.2020	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели, контролируют процесс и результат действия используют общие приемы решения поставленных задач; Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации, вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе оценки учителя и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; используют речь для регуляции своего действия, договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: проявляют учебно-познавательный интерес к учебному материалу; понимают значение физического развития человека и принимают его.
59	<i>Составление планов и самостоятельное проведение занятий спортивной подготовкой, прикладной физической подготовкой с учетом индивидуальных показаний здоровья и физического развития.</i> Прыжок в длину с места. Челночный бег.	28.04.2020	
60	Подтягивание. Прыжок в длину с места.	04.05.2020	
61	Бег 60 м. Поднимание туловища. Эстафетный бег. Г.Т.О.	05.05.2020	
62	Эстафетный бег. Финиширование .Основы знаний по туризму. <i>Организация и проведение пеших туристических походов.</i> <i>Требования техники безопасности и бережного отношения к природе.</i>	11.05.2020	
63	Обучение прыжка в высоту (перешагиванием).	08.05.2019	
64	Совершенствование прыжка в высоту (перешагиванием). <i>Преодоление препятствий разной сложности.</i>	12.05.2020	
65	Прыжок в высоту способом «перешагиванием» - контроль	18.05.2020	
66	<i>Упражнения в метании малого мяча. Метание малого мяча по движущейся мишени.</i> Метание мяча в цель. Метание мяча на дальность.	19.05.2020	
67	Игра футбол. <i>Технико-тактические действия и приемы игры в футбол, мини-футбол.</i>	25.05.2020	
68	Бег 1500м. на время. Г.Т.О.	26.05.2020	
69-70	<i>Резервный урок</i>		
	Итого – 70 ч.		

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

9 КЛАСС

	Темы уроков	Дата проведения	УУД
	Легкая атлетика (12)		
1	Вводный инструктаж. Правила Т.Б. <i>Здоровье и здоровый образ жизни. Требования безопасности и первая помощь при травмах во время занятий физической культурой и спортом.</i>	03.09.2019	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели, контролируют процесс и результат действия используют общие приемы решения поставленных задач; Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации, вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе оценки учителя и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; используют речь для регуляции своего действия, договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: проявляют учебно-познавательный интерес к учебному материалу; понимают значение физического развития человека и принимают его.
2	Спринтерский бег. Равномерный бег на выносливость. <i>Современные Олимпийские игры.</i>	04.09.2019	
3	Низкий старт. Специальные беговые упражнения. <i>Организация и планирование самостоятельных занятий по развитию физических качеств. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне».</i>	10.09.2019	
4	Бег 60 м (на результат). Финиширование. Г.Т.О.	11.09.2019	
5	Подтягивание, поднимание туловища. <i>Комплексы упражнений для оздоровительных форм занятий физической культурой.</i>	17.09.2019	
6	Специальные беговые упражнения. Бег 1000м. <i>Контроль и наблюдение за состоянием здоровья, физическим развитием и физической подготовленностью.</i>	18.09.2019	
7	Бег в равномерном темпе (10').	24.09.2019	
8	Прыжок в длину с места. Специальные беговые упражнения.	25.09.2019	
9	Кроссовый бег. Игра футбол.	01.10.2019	
10	Метание малого мяча на дальность. Г.Т.О.	02.10.2019	
11	Равномерный бег 2000м (на выносливость)	08.10.2019	
12	Бег 2000м (на результат). Г.Т.О. <i>Измерение резервов организма (с помощью простейших функциональных проб).</i>	09.10.2019	
	Подвижные игры с элементами баскетбола(5).		
13	Т.Б. при игре в баскетбол. <i>Технико-тактические действия и приемы игры баскетбол.</i>	15.10.2019	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели, контролируют процесс и результат действия, используют общие приемы решения поставленных задач; Регулятивные: вносят
14	Передвижение и остановка игрока. Ведение мяча. <i>Правила спортивных игр. Игры по правилам.</i>	16.10.2019	
15	Ведение мяча. Ловля и передача в парах. Игра - мини-баскетбол.	22.10.2019	

16	Ловля и передача мяча в движении. Броски мяча по кольцу. Бросок мяча после ведения. Игра - баскетбол. Учебная игра баскетбол.	23.10.2019	необходимые коррективы в действие после его завершения на основе оценки учителя и учета характера сделанных ошибок, адекватно воспринимают оценку учителя Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; используют речь для регуляции своего действия, договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.
17	Сочетание приемов передвижения и остановки игрока. Бросок мяча одной рукой. Броски мяча в кольцо с точек. Учебная игра – баскетбол. Стритбол	06.11.2019	Личностные: ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.
	Гимнастика (12).		
18	Инструктаж по ТБ . Строевые упражнения. Оказание первой помощи. <i>Составление планов и самостоятельное проведение занятий спортивной подготовкой, прикладной физической подготовкой с учетом индивидуальных показаний здоровья и физического развития.</i>	12.11.2019	Познавательные: самостоятельно ставят, выделяют и формулируют и решают учебную задачу, контролируют процесс и результат действия, используют общие приемы решения поставленных задач Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации. Коммуникативные: используют речь для регуляции своего действия, договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.
19	Подтягивание. Поднимание туловища. Упражнения на гимнастической стенке. Висы (развитие силы). <i>Коррекция осанки и телосложения.</i>	13.11.2019	Личностные: ориентируются на активное и доброжелательное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.
20	Подтягивание на результат. Висы (развитие силы). Акробатика. <i>Гимнастика с основами акробатики: организующие команды и приемы.</i>	19.11.2019	
21	Кувырок вперед-назад, длинный кувырок(стойка ноги врозь). Прыжковые упражнения <i>Индивидуальные комплексы адаптивной физической культуры (при нарушении опорно-двигательного аппарата, центральной нервной системы, дыхания и кровообращения, при близорукости).</i>	20.11.2019	
22	Равновесие. Длинный кувырок. Стойка на голове, «мост» с поворотом.	26.11.2019	
23	Кувырок назад в полушпагат. Стойка на руках. Равновесие.	27.11.2019	

	<i>Самонаблюдение и самоконтроль. Оценка эффективности занятий.</i>		
24	Стойка на голове и руках, кувырок назад. Обучение переворот боком (колесо).).	03.12.2019	
25	Два кувырка слитно. Переворот боком (колесо). Выполнение комбинаций упражнений. <i>Подбор упражнений и составление индивидуальных комплексов для утренней зарядки, физкультминуток, физкультпауз, коррекции осанки и телосложения</i>	04.12.2019	
26	Длинный кувырок, мост из положения стоя. Стойка на руках	10.12.2019	
27	Техника выполнения акробатических упражнений. <i>Акробатические упражнения и комбинации.</i>	11.12.2019	
28	Тест на гибкость. Контроль комбинаций из изученных элементов.	17.12.2019	
29	Вольные упражнения с использованием танцевальных элементов. <i>Ритмическая гимнастика с элементами хореографии (девочки).</i>	18.12.2019	
	Лыжная подготовка (16).		
30	Инструктаж по Т.Б. на лыжах. Первая помощь при травмах и обморожениях (<i>выбор мест занятий, инвентаря и одежды, планирование занятий с разной функциональной направленностью</i>)	24.12.2019	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели, контролируют процесс и результат действия, используют общие приемы решения поставленных задач; Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе оценки учителя и учета характера сделанных ошибок, адекватно воспринимают оценку учителя Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; используют речь для регуляции своего действия, договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.
31	Подбор лыж, ботинок, палок. <i>Лыжные гонки: передвижение на лыжах разными способами.</i> Попеременный 2-х-шажный ход.	25.12.2019	
32.	Одновременный одношажный ход. Игры на лыжах.	14.01.2020	
32	Подъем в гору скользящим шагом. Одновременный одношажный ход (стартовый разгон).	15.01.2020	
33	Одновременный 2-х-шажный ход. <i>Подъем и спуск с горы.</i>	21.01.2020	
34	Переход с попеременных ходов на одновременный. Обучение конькового хода. Совершенствование спуска и подъема.	22.01.2020	

35	Контроль техники лыжных ходов.	28.01.2020	
36	<i>Поворот</i> на месте и в движении «плугом». Эстафеты на лыжах	29.01.2020	
37	Совершенствование техники лыжных ходов. <i>Оценка техники осваиваемых упражнений, способы выявления и устранения технических ошибок.</i>	04.02.2020	
38	Поворот «плугом». Совершенствование техники спусков и подъемов. <i>Подъемы, спуски, повороты, торможения.</i>	05.02.2020	
39	Прохождение на лыжах дистанции 2 км. на время.	11.02.2020	
40	Прохождение на лыжах дистанции 3 км. на время. Г.Т.О.	12.02.2020	
41	Подъем «елочкой». Коньковый ход.	18.02.2020	
42	Основные способы передвижения на лыжах . Способы закаливания организма.	19.02.2020	
43	Прохождение на лыжах дистанции 5 км без учета времени.	25.02.2020	
44	Совершенствование техники передвижения на лыжах. Эстафеты.	26.02.2020	
	Спортивные игры (13).		
45	Правила ТБ. Ловля и передача мяча.	03.03.2020	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели, контролируют процесс и результат действия, используют общие приемы решения поставленных задач; Регулятивные: вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе оценки учителя и учета характера сделанных ошибок, адекватно воспринимают оценку учителя Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; используют речь для регуляции своего действия, договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности.
46	Ведения мяча. Бросок мяча после ведения	04.03.2020	
47	Штрафной бросок. Сочетание приемов ведения и передачи мяча.	10.03.2020	
48	Бросок мяча после ведения. Штрафной бросок.	11.03.2020	
49	Учебная игра – баскетбол. Стритбол	17.03.2020	
50	Броски мяча в кольцо в движении. Учебная игра – баскетбол.	18.03.2020	
51	Правила игры волейбол. <i>Технико-тактические действия и приемы игры в волейбол.</i> Перемещение игрока. Верхняя передача мяча	31.03.2020	

52	Нижний прием мяча. Передача мяча через сетку, нижняя прямая подача. <i>Правила спортивных игр. Игры по правилам.</i>	01.04.2020	Личностные: ориентируются на активное общение и взаимодействие со сверстниками; проявляют дисциплинированность, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей.
53	Нападающий удар. Учебная игра.	07.04.2020	
54	Прием мяча после подачи и передача мяча.	08.04.2020	
55	Верхняя подача мяча. Игра волейбол.	14.04.2020	
56	Совершенствование приемов и передачи мяча. Игра в волейбол.	15.04.2020	
57	Игра волейбол по основным правилам. <i>Национальные виды спорта: технико-тактические действия и правила.</i>	21.04.2020	Познавательные: самостоятельно выделяют и формулируют познавательные цели, контролируют процесс и результат действия используют общие приемы решения поставленных задач; Регулятивные: планируют свои действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации, вносят необходимые коррективы в действие после его завершения на основе оценки учителя и учета характера сделанных ошибок. Коммуникативные: формулируют собственное мнение и позицию; используют речь для регуляции своего действия, договариваются и приходят к общему решению в совместной деятельности. Личностные: проявляют учебно-познавательный интерес к учебному материалу; понимают значение физического развития человека и принимают его.
	Легкая атлетика (12).		
58	Инструктаж по ТБ. Подготовка к выполнению видов испытаний (тестов)ГТО. <i>Полосы препятствий, включающие разнообразные прикладные упражнения.</i>	22.04.2020	
59	Низкий старт 60 м. Специальные беговые упражнения. <i>Легкая атлетика: беговые упражнения.</i>	28.04.2020	
60	Прыжок в длину с места. Подтягивание. Эстафетный бег. <i>Гимнастические упражнения и комбинации на спортивных снарядах (опорные прыжки, упражнения на гимнастическом бревне (девочки), упражнения на перекладине (мальчики), упражнения и комбинации на гимнастических брусьях, упражнения на параллельных брусьях (мальчики), упражнения на разновысоких брусьях (девочки).</i>	29.04.2020	
61	Бег 60м. Эстафетный бег. Г.Т.О. <i>Специальная физическая подготовка.</i>	05.05.2020	
62	Эстафетный бег. Бег 300 м. Финиширование. <i>Основы туристской подготовки. Организация и проведение пеших туристических походов. Требования техники безопасности и бережного отношения к природе.</i>	06.05.2020	
63	Поднимание туловища. Подтягивание. Г.Т.О. Прыжки на скакалке.	12.05.2020	
64	Равномерный бег на выносливость Прыжок в высоту с разбега	13.05.2020	

	(«перешагивание»). <i>Прыжковые упражнения.</i> .		
65	Прыжок в высоту способом «перешагивание» - контроль. Игра футбол	19.05.2020	
66	Бег 1000 м. Метание мяча. <i>Упражнения в метании малого мяча.</i> <i>Метание малого мяча по движущейся мишени.</i>	20.05.2020	
67	Метание мяча на дальность. Челночный бег. Г.Т.О.	26.05.2020	
68	Бег 2000 м. Г.Т.О. Игра футбол. <i>Технико-тактические действия и приемы игры в футбол, мини-футбол</i>	27.05.2020	
69-70	<i>Резервный урок</i>		
	Итого – 70 ч.		

**Техника движений и ее основные показатели. – темы из раздела «Основы знаний о физической культуре»*

***Подготовка к занятиям физической культурой.- темы из раздела «Способы двигательной (физкультурной) деятельности»*

****Упражнения в метании малого мяча. Метание малого мяча по движущейся мишени - темы из раздела «Физическое совершенствование»*

ЛИТЕРАТУРА

- Примерные программы основного общего образования. Физическая культура. – М.: Просвещение, 2010.
- Лях В.И. Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников М.Я.Виленского, В.И.Ляха. 5-9 классы: учеб. пособие для общеобразоват. организаций/В.И.Лях. - 5-е изд.- М.: Просвещение, 2016.
- Рабочая программа по физической культуре. 5 класс. Методическое пособие/А.Н.Каинов, Г.И.Курьерова.- М.: Планета, 2015.

УМК

Физическая культура. 5-7 классы: учеб. для общеобразоват. Организаций/М.Я.Виленский, И.М.Туревский, Т.Ю.Торчкова и др.; под ред. М.Я.Виленского- 3-е изд.- М.: Просвещение, 2014.