

Документ подписан электронной подписью.

РАССМОТРЕНО и

МБОУ «Волошинская СОШ»

педагогическим советом

МБОУ «Волошинская СОШ»

Протокол № ___ от ___ . ___ . 2021

УТВЕРЖДЕНО
Орекомендовано
к применению

_____ Е. А. Данильченко
Приказ № ___ от ___ . ___ . 2021

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Волошинская средняя общеобразовательная школа»
Родионово – Несветайского района

Рабочая программа

по **Физической культуре**

Уровень общего образования (класс) **основное общее образование, (базовый уровень), 5-9 классы**

Количество часов - **5- класс 69 часов; 6 - класс 69 часов; 7 – класс 68 часов; 8 класс – 68 часов; 9 класс - 66 часов**

Учитель **Горашко Евгения Викторовна**

2021– 2022 учебный год

Документ подписан электронной подписью.

Пояснительная записка

Рабочая программа учебного предмета «Физическая культура» разработана для обучающихся 5-9 класса основного общего образования (Далее – Рабочая программа) на основе нормативно-правовых документов:

– Приказ Минобрнауки России от 17.12.2010 № 1897 «Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования» (в ред. приказа Минобрнауки России от 29.12.2014 № 1644, от 31.12.2015 № 1577).

– Приказ Минпросвещения России от 20.05.2020 № 254 «Об утверждении федерального перечня учебников, допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования организациями, осуществляющими образовательную деятельность».

– Приказ Минпросвещения России от 23.12.2020 № 766 «О внесении изменений в федеральный перечень учебников, допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования организациями, осуществляющими образовательную деятельность, утверждённый приказом Минпросвещения России от 20.05.2020 № 254».

– Письмо Минобрнауки России от 30.05.2012 № МД-583/19 «О методических рекомендациях «Медико-педагогический контроль за организацией занятий физической культурой обучающихся с отклонениями в состоянии здоровья».

– Письмо Минобрнауки России от 15.07.2014 № 08-888 «Об аттестации учащихся общеобразовательных организаций по учебному предмету «Физическая культура».

– Физическая культура. Примерные рабочие программы. Предметная линия учебников М. Я. Виленского, В. И. Ляха. 5-9 классы: учеб. пособие для общеобразоват. организаций/В. И. Лях. - 9-е изд.- М.: «Просвещение», 2021.

– Основная образовательная программа основного общего образования МБОУ «Волошинская СОШ» (приказ ОО от 04.08.2021 № 126).

– Положение о рабочей программе учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей) МБОУ «Волошинская СОШ» (приказ ОО от 14.07.2021 № 120).

Цели и задачи изучения учебного предмета

Цель:

формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организация активного отдыха.

Документ подписан электронной подписью.

Задачи:

- формировать адекватную оценку собственных физических возможностей;
- углубить изучение основ базовых видов двигательных действий;
- развивать творческий подход к дальнейшему развитию координационных и кондиционных способностей;
- создать основу знаний о личной гигиене, о влиянии занятий физическими упражнениями на основные системы организма, развитие волевых и нравственных качеств;
- формирование понимание представлений о физической культуре личности и приемах самоконтроля; углубление представлений об основных видах спорта соревнований, оказания первой помощи при травмах;
- формировать привычку к самостоятельным занятиям физическими упражнениями и избранными видами спорта в свободное время;
- совершенствовать коммуникативные умения: воспитание взаимопомощи, дисциплинированности чувства ответственности.
- формировать устойчивости организма к неблагоприятным условиям внешней среды, воспитание ценностных ориентаций на здоровый образ жизни; закрепление навыков правильной осанки

Основные задачи программы заключаются в следующем:

- продолжить знакомство со знаниями о физкультурной деятельности, отражающей её культурно-исторические, психолого-педагогические и медико-биологические основы;
- обобщить знания о терминологии, средствах и методах физической культуры;
- формировать жизненно важные двигательные навыки и умения, их вариативное использование в учебной деятельности и в процессе самостоятельных занятий;
- расширить двигательный опыт посредством усложнения ранее освоенных двигательных действий и овладения новыми двигательными действиями с повышенной координационной сложностью;
- формировать навыки и умения, необходимые для выполнения физических упражнений, связанных с укреплением здоровья, коррекцией телосложения, правильной осанкой и культурой движения;
- формировать умения выбирать средства физической культуры в соответствии с различными целями, задачами и условиями, пользоваться этими умениями и навыками для составления комплексов физических упражнений, для организации и проведения самостоятельных занятий физическими упражнениями в оздоровительных целях, при планировании и контроле физических нагрузок, для профилактики травматизма и оказания доврачебной помощи;
- отрабатывать проектные умения обучающихся средствами физической культуры.
- формировать позитивное отношение к занятиям физической культурой и спортом, достижение осознания красоты и эстетической ценности физической культуры обучающихся.

Документ подписан электронной подписью.

Ведущей идеей курса является формирование устойчивых интересов и положительного эмоционально-ценностного отношения к физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности личности через развитие основных физических качеств и способностей.

Воспитывающий и развивающий потенциал.

Установление доверительных отношений между учителем и его учениками, способствующих позитивному восприятию учащимися требований и просьб учителя, привлечению их внимания к обсуждаемой на уроке информации, активизации их познавательной деятельности;

- побуждение школьников соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (учителями) и сверстниками (школьниками), принципы учебной дисциплины и самоорганизации;

- привлечение внимания школьников к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений, организация их работы с получаемой на уроке социально значимой информацией – инициирование ее обсуждения, высказывания учащимися своего мнения по ее поводу, выработки своего к ней отношения;

- использование воспитательных возможностей содержания учебного предмета через демонстрацию детям примеров ответственного, гражданского поведения, проявления человеколюбия и добросердечности, через подбор соответствующих текстов для чтения, задач для решения, проблемных ситуаций для обсуждения в классе;

- применение на уроке интерактивных форм работы учащихся: интеллектуальных игр, стимулирующих познавательную мотивацию школьников; групповой работы или работы в парах, которые учат школьников командной работе и взаимодействию с другими детьми; включение в урок игровых процедур, которые помогают поддерживать мотивацию детей к получению знаний, налаживанию позитивных межличностных отношений в классе, помогают установлению доброжелательной атмосферы во время урока;

- организация шефства мотивированных и эрудированных учащихся над их неуспевающими одноклассниками, дающего школьникам социально значимый опыт сотрудничества и взаимной помощи.

Состав УМК

М.Я. Виленский. Физическая культура. 5–7 классы: для учащихся общеобразовательных учреждений: / (М.Я.Виленский, И.М.Туревский, Т.Ю. Торочкова и др.); под ред. М.Я.Виленского . - 7-е изд., - М: Просвещение, 2018.

В. И.Лях. Физическая культура. 8–9 классы: для учащихся общеобразовательных учреждений: / под ред. В. И. Ляха . - 5-е изд., стер. - М: Просвещение, 2017.

Место учебного предмета в учебном плане

Учебный план на уровне основного общего образования МБОУ «Волошинская СОШ» на 2021-2022 учебный год предусматривает обязательное изучение предмета «Физическая культура» в 5-9 классе – по 2 часа в неделю. В соответствии с Календарным учебным графиком на уровне основного общего образования на 2021-2022 учебный год МБОУ «Волошинская СОШ» продолжительность учебного года составляет в 5-8 классах 35 учебных недель (5 учебных дней в неделю), в 9 классе – 34 учебных недели, что соответствует в 5, 7 классе

Документ подписан электронной подписью.

67 ч., в 6, 8 классе 70 ч., в 9 классе 69 ч. В календарно-тематическом планировании распределение часов по темам примерное и корректируется учителем с учетом хода усвоения учебного материала обучающимися, климатических условий и других объективных причин.

Срок реализации программы: 2021 - 2022 учебный год.

Планируемые результаты изучения учебного предмета

В результате изучения курса Физическая культура учащиеся

Научатся: в сфере личностных результатов

- применять знания об особенностях индивидуального здоровья и функциональных возможностях организма для профилактики заболеваний, травматизма и оказания доврачебной помощи при занятиях физическими упражнениями;
- знать правила организации и проведения занятий физическими упражнениями оздоровительной и тренировочной направленности, составлению содержания индивидуальных занятий в соответствии с задачами улучшения физического развития и физической подготовленности;
- управлять своими эмоциями, владеть культурой общения и взаимодействия в процессе занятий физическими упражнениями, во время игр и соревнований;
- принимать активное участие в организации и проведении совместных физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий;
- предупреждать конфликтные ситуации и находить выходы из спорных ситуаций в процессе игровой и соревновательной деятельности на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим.
- планировать режим дня, обеспечивать оптимальное сочетание умственных, физических нагрузок и отдыха;
- содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование, спортивную одежду, осуществлять их подготовку к занятиям и спортивным соревнованиям.
- сохранять правильную осанку во время статичных поз и в процессе разнообразных видов двигательной деятельности;
- осуществлять поиск информации по вопросам современных оздоровительных систем (в справочных источниках, учебнике, в сети Интернет и др.), а также обобщать, анализировать и применять полученные знания в самостоятельных занятиях физическими упражнениями и спортом;
- формулировать цель и задачи индивидуальных и совместных с другими детьми и подростками занятий физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельностью, излагать их содержание;
- оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, находить адекватные способы взаимодействия с партнёрами во время учебной, игровой и соревновательной деятельности.
- в циклических и ациклических локомоциях: с максимальной скоростью пробегать 60 м из положения низкого старта; в равномерном темпе бегать до 20 мин (мальчики) и до 15 мин (девочки); после быстрого разбега с 9—13 шагов совершать прыжок в длину; выполнять с 9—13 шагов разбега прыжок в высоту способом «перешагивание»; в метаниях на дальность и на меткость:

Документ подписан электронной подписью.

метать малый мяч и мяч 150 г с места и с разбега (10—12 м) с использованием четырёхшажного варианта бросковых шагов с соблюдением ритма; метать малый мяч и мяч 150 г с места и с 3 шагов разбега в горизонтальную и вертикальную цели с 10—15 м, метать малый мяч и мяч 150 г с места по медленно и быстро движущейся цели с 10—12 м;

- в гимнастических и акробатических упражнениях: выполнять комбинацию из четырёх элементов на перекладине (мальчики) и на разновысоких брусьях (девочки); опорные прыжки через козла в длину (мальчики) и в ширину (девочки); комбинацию движений с одним из предметов (мяч, палка, скакалка, обруч), состоящих из шести элементов, или комбинацию, состоящую из шести гимнастических элементов; выполнять акробатическую комбинацию из четырёх элементов, включающую кувырки вперёд и назад, стойку на голове и руках, длинный кувырок (мальчики), кувырок вперёд и назад в полушпагат, «мост» и поворот в упор стоя на одном колене (девочки);
- в спортивных играх: играть в одну из спортивных игр (по упрощённым правилам);
- демонстрировать результаты не ниже, чем средний уровень основных физических способностей;
- владеть способами физкультурно-оздоровительной деятельности: самостоятельно выполнять упражнения на развитие быстроты, координации, выносливости, силы, гибкости; соблюдать правила самоконтроля и безопасности во время выполнения упражнений;
- владеть способами спортивной деятельности: участвовать в соревновании по легкоатлетическому четырёхборью: бег 60 м, прыжок в длину или в высоту с разбега, метание, бег на выносливость; участвовать в соревнованиях по одному из видов спорта;
- вести дневник самонаблюдений;
- владеть правилами поведения на занятиях физическими упражнениями: соблюдать нормы поведения в коллективе, правила безопасности, гигиену занятий и личную гигиену; помогать друг другу и учителю; поддерживать товарищей, имеющих недостаточную физическую подготовленность; проявлять активность, самостоятельность, выдержку и самообладание.

в сфере метапредметных результатов:

- определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности,
- развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- 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;
- оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности её решения;
- оформлять результаты учебного исследования, учебного проекта;
- владеть основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
- 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 учёта интересов;

Документ подписан электронной подписью.

- формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;

в сфере предметных результатов

- организовывать самостоятельные систематические занятия физической культурой с соблюдением правил техники безопасности и профилактики травматизма; оказывать первую помощь при лёгких травмах; расширение опыта организации и мониторинга физического развития и физической подготовленности;
- производить наблюдение за динамикой развития своих основных физических качеств: оценивать текущее состояние организма и определять тренирующее воздействие на него занятий физической культурой посредством использования стандартных физических нагрузок и функциональных проб;
- определять индивидуальные режимы физической нагрузки, контролировать направленность её воздействия на организм во время самостоятельных занятий физическими упражнениями с разной целевой ориентацией;
- выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корригирующих упражнений, учитывающих индивидуальные способности и особенности, состояние здоровья и режим учебной деятельности;
- овладеть основами технических действий, приёмами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умением использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности; расширение двигательного опыта за счёт упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма.
- взаимодействовать с одноклассниками и сверстниками, оказывать им помощь при освоении новых двигательных действий, корректно объяснять и объективно оценивать технику их выполнения;
- проявлять дисциплинированность и уважение к товарищам по команде и соперникам во время игровой и соревновательной деятельности, соблюдать правила игры и соревнований.
- организовывать и проводить самостоятельные занятия по базовым видам школьной программы, подбирать физические упражнения в зависимости от индивидуальной ориентации на будущую профессиональную деятельность.
- организовывать самостоятельные занятия с использованием физических упражнений по формированию телосложения и правильной осанки, подбирать комплексы физических упражнений и режимы физической нагрузки в зависимости от индивидуальных особенностей физического развития;
- организовывать самостоятельные занятия по формированию культуры движений при выполнении упражнений разной направленности (на развитие координационных способностей, силовых, скоростных, выносливости, гибкости) в зависимости от индивидуальных особенностей физической подготовленности;
- осуществлять судейство соревнований по одному из видов спорта, проводить занятия в качестве командира отделения, капитана команды, владея необходимыми информационными жестами.

Получат возможность научиться:

в сфере в сфере личностных результатов

Документ подписан электронной подписью.

- узнать историю физической культуры своего народа, своего края как части наследия народов России и человечества, воспитывать чувства ответственности и долга перед Родиной;
- проявлять способность к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учётом устойчивых познавательных интересов;
- проявлять осознанное, уважительное и доброжелательное отношение к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции, к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира;
- уметь вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания;
- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;
- усвоить правила индивидуального и коллективного безопасного образа жизни.

в сфере метапредметных результатов

- использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации, для выражения своих чувств, мыслей и потребностей, планирования и регуляции своей деятельности;
- излагать, аргументировать и обосновывать собственную точку зрения, доводить её до собеседника;
- владеть способами организации и проведения разнообразных форм занятий физическими упражнениями, их планирования и наполнения содержанием;
- выполнять двигательные действия и физические упражнения базовых видов спорта и оздоровительной физической культуры, активно их использовать в самостоятельно организуемой спортивно-оздоровительной и физкультурно-оздоровительной деятельности;
- владеть способами наблюдения за показателями индивидуального здоровья, физического развития и физической подготовленности, величиной физических нагрузок, использовать эти показатели в организации и проведении самостоятельных форм занятий.

В сфере предметных результатов

- понимать роль и значения физической культуры в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;
- отбирать физические упражнения и регулировать физические нагрузки для самостоятельных систематических занятий с различной функциональной направленностью (оздоровительной, тренировочной, коррекционной, рекреативной и лечебной) с учётом индивидуальных возможностей и особенностей организма, планировать содержание этих занятий, включать их в режим учебного дня и учебной недели;
- способность проявлять инициативу и самостоятельность при организации совместных занятий физическими упражнениями, доброжелательное и уважительное отношение к участникам с разным уровнем их умений, физических способностей, состояния здоровья;

Документ подписан электронной подписью.

- преодолевать трудности, добросовестно выполнять учебные задания по технической и физической подготовке;
- отбирать физические упражнения, естественные силы природы, гигиенические факторы в соответствии с их функциональной направленностью, составлять из них индивидуальные комплексы для осуществления оздоровительной гимнастики, использования закаливающих процедур, профилактики нарушений осанки, улучшения физической подготовленности;
- способность составлять планы занятий с использованием физических упражнений разной педагогической направленности, регулировать величину физической нагрузки в зависимости от задач занятия и индивидуальных особенностей организма;
- вести наблюдения за динамикой показателей физического развития, осанки, показателями основных физических способностей, объективно их оценивать и соотносить с общепринятыми нормами и нормативами.

Содержание учебного предмета

5 класс

Раздел	Содержание раздела
Лёгкая атлетика	Совершенствование навыков ходьбы. Техника бега. Ускорение с переходом в бег по инерции. Специальные беговые упражнения и задания с различными акцентами. Совершенствование навыков бега. Прыжки на одной ноге; на двух ногах; с ноги на ногу; на месте; с поворотами; с продвижением вперед и назад; со скакалкой. Прыжки в высоту; в длину; с места; с разбега. Прыжки через естественные препятствия, кочки, земляные возвышения и т. п., самостоятельно и в парах. Метание малого мяча различными способами. Броски набивного мяча различными способами.
Баскетбол	Освоение основных стоек в сочетании с передвижениями. Освоение различных способов передвижения с техническими приемами. Ловля и передачи мяча различными способами, в том числе в движении. Ведение мяча левой и правой рукой с изменением скорости. Ведение мяча без зрительного контроля. Ведение мяча с асинхронным ритмом движений руки с мячом и ног. Ведение и передача из рук в руки. «Пятнашки» с ведением. Ведение мяча с использованием зрительных ограничений. Броски мяча одной (двумя) руками сверху. Броски мяча одной рукой сверху в прыжке; с места; в движении. Броски перечисленными способами со средних дистанций; по направлению прямо перед щитом; с сопротивлением защитника. Разнообразные исходные положения перед броском. Броски левой и правой рукой. Штрафные броски. Обманные движения. Противодействия защитника броску мяча в корзину. Освоение тактических действий.
Гимнастика	Освоение акробатических упражнений и комбинаций (кувырки, перекаты, стойки, упоры, прыжки с поворотами, перевороты). Освоение гимнастических упражнений и комбинаций на спортивных снарядах (висы, упоры, махи, перемахи, повороты, передвижения, стойки и соскоки). Гимнастическая полоса препятствий. Опорные прыжки. Лазание по канату. Упражнения и композиции ритмической гимнастики, аэробные движения.
Волейбол	Техника передвижений, остановок, поворотов и стоек: стойки игрока. Перемещения в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед. Ходьба, бег и выполнение заданий (сесть на пол, встать, подпрыгнуть). Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (перемещения в стойке, остановки, ускорения). Техника приема и передач мяча: передача

Документ подписан электронной подписью.

	<p>мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения вперед. Передачи мяча над собой. То же через сетку. Техника подачи мяча: нижняя прямая подача мяча с расстояния от сетки. Техника прямого нападающего удара: прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером. Техники владения мячом: комбинации из освоенных элементов: прием, передача, удар. Тактика игры: тактика свободного нападения. Позиционное нападение без изменения позиций игроков. Овладение игрой. Игра по упрощенным правилам мини-волейбола. Игры и игровые задания с ограниченным числом игроков. Передача мяча у сетки и в прыжке через сетку. Передача мяча сверху, стоя спиной к цели. Прием мяча, отраженного сеткой. Нижняя и верхняя прямая подача мяча в заданную часть площадки. Прямой нападающий удар при встречных передачах. Техники владения мячом: комбинации из освоенных элементов: прием, передача, удар. Игра по упрощенным правилам волейбола.</p>
--	--

6 класс

Раздел	Содержание раздела
Лёгкая атлетика	<p>Совершенствование навыков ходьбы. Техника бега. Ускорение с переходом в бег по инерции. Специальные беговые упражнения и задания с различными акцентами. Совершенствование навыков бега. Прыжки на одной ноге; на двух ногах; с ноги на ногу; на месте; с поворотами; с продвижением вперед и назад; со скакалкой. Прыжки в высоту; в длину; с места; с разбега. Прыжки через естественные препятствия, кочки, земляные возвышения и т. п., самостоятельно и в парах. Метание малого мяча различными способами. Броски набивного мяча различными способами.</p>
Баскетбол	<p>Освоение основных стоек в сочетании с передвижениями. Освоение различных способов передвижения с техническими приемами. Ловля и передачи мяча различными способами, в том числе в движении. Ведение мяча левой и правой рукой с изменением скорости. Ведение мяча без зрительного контроля. Ведение мяча с асинхронным ритмом движений руки с мячом и ног. Ведение и передача из рук в руки. «Пятнашки» с ведением. Ведение мяча с использованием зрительных ограничений. Броски мяча одной (двумя) руками сверху. Броски мяча одной рукой сверху в прыжке; с места; в движении. Броски перечисленными способами со средних дистанций; по направлению прямо перед щитом; с сопротивлением защитника. Разнообразные исходные положения перед броском. Броски левой и правой рукой. Штрафные броски. Обманные движения. Противодействия защитника броску мяча в корзину. Освоение тактических действий.</p>
Гимнастика	<p>Освоение акробатических упражнений и комбинаций (кувырки, перекаты, стойки, упоры, прыжки с поворотами, перевороты). Освоение гимнастических упражнений и комбинаций на спортивных снарядах (висы, упоры, махи, перемахи, повороты, передвижения, стойки и соскоки). Гимнастическая полоса препятствий. Опорные прыжки. Лазание по канату. Упражнения и композиции ритмической гимнастики, аэробные движения.</p>
Волейбол	<p>Техника передвижений, остановок, поворотов и стоек: стойки игрока. Перемещения в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед. Ходьба, бег и выполнение заданий (сесть на пол, встать, подпрыгнуть). Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (перемещения в стойке, остановки, ускорения). Техника приема и передач мяча: передача</p>

Документ подписан электронной подписью.

	<p>мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения вперед. Передачи мяча над собой. То же через сетку. Техника подачи мяча: нижняя прямая подача мяча с расстояния от сетки. Техника прямого нападающего удара: прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером. Техники владения мячом: комбинации из освоенных элементов: прием, передача, удар. Тактика игры: тактика свободного нападения. Позиционное нападение без изменения позиций игроков. Овладение игрой. Игра по упрощенным правилам мини-волейбола. Игры и игровые задания с ограниченным числом игроков. Передача мяча у сетки и в прыжке через сетку. Передача мяча сверху, стоя спиной к цели. Прием мяча, отраженного сеткой. Нижняя и верхняя прямая подача мяча в заданную часть площадки. Прямой нападающий удар при встречных передачах. Техники владения мячом: комбинации из освоенных элементов: прием, передача, удар. Игра по упрощенным правилам волейбола.</p>
--	--

7 класс

Раздел	Содержание раздела
Лёгкая атлетика	<p>Совершенствование навыков ходьбы. Техника бега. Ускорение с переходом в бег по инерции. Специальные беговые упражнения и задания с различными акцентами. Совершенствование навыков бега. Прыжки на одной ноге; на двух ногах; с ноги на ногу; на месте; с поворотами; с продвижением вперед и назад; со скакалкой. Прыжки в высоту; в длину; с места; с разбега. Прыжки через естественные препятствия, кочки, земляные возвышения и т. п., самостоятельно и в парах. Метание малого мяча различными способами. Броски набивного мяча различными способами.</p>
Баскетбол	<p>Освоение основных стоек в сочетании с передвижениями. Освоение различных способов передвижения с техническими приемами. Ловля и передачи мяча различными способами, в том числе в движении. Ведение мяча левой и правой рукой с изменением скорости. Ведение мяча без зрительного контроля. Ведение мяча с асинхронным ритмом движений руки с мячом и ног. Ведение и передача из рук в руки. «Пятнашки» с ведением. Ведение мяча с использованием зрительных ограничений. Броски мяча одной (двумя) руками сверху. Броски мяча одной рукой сверху в прыжке; с места; в движении. Броски перечисленными способами со средних дистанций; по направлению прямо перед щитом; с сопротивлением защитника. Разнообразные исходные положения перед броском. Броски левой и правой рукой. Штрафные броски. Обманные движения. Противодействия защитника броску мяча в корзину. Освоение тактических действий.</p>
Гимнастика	<p>Освоение акробатических упражнений и комбинаций (кувырки, перекаты, стойки, упоры, прыжки с поворотами, перевороты). Освоение гимнастических упражнений и комбинаций на спортивных снарядах (висы, упоры, махи, перемахи, повороты, передвижения, стойки и соскоки). Гимнастическая полоса препятствий. Опорные прыжки. Лазание по канату. Упражнения и композиции ритмической гимнастики, аэробные движения.</p>
Волейбол	<p>Техника передвижений, остановок, поворотов и стоек: стойки игрока. Перемещения в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед. Ходьба, бег и выполнение заданий (сесть на пол, встать, подпрыгнуть). Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (перемещения в стойке, остановки, ускорения). Техника приема и передач мяча: передача мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения вперед. Передачи мяча над собой. То же через сетку. Техника</p>

Документ подписан электронной подписью.

	<p>подачи мяча: нижняя прямая подача мяча с расстояния от сетки. Техника прямого нападающего удара: прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером. Техники владения мячом: комбинации из освоенных элементов: прием, передача, удар. Тактика игры: тактика свободного нападения. Позиционное нападение без изменения позиций игроков. Овладение игрой. Игра по упрощенным правилам мини-волейбола. Игры и игровые задания с ограниченным числом игроков. Передача мяча у сетки и в прыжке через сетку. Передача мяча сверху, стоя спиной к цели. Прием мяча, отраженного сеткой. Нижняя и верхняя прямая подача мяча в заданную часть площадки. Прямой нападающий удар при встречных передачах. Техники владения мячом: комбинации из освоенных элементов: прием, передача, удар. Игра по упрощенным правилам волейбола.</p>
--	--

8 класс

Раздел	Содержание раздела
Лёгкая атлетика	<p>Совершенствование навыков ходьбы. Техника бега. Ускорение с переходом в бег по инерции. Специальные беговые упражнения и задания с различными акцентами. Совершенствование навыков бега. Прыжки на одной ноге; на двух ногах; с ноги на ногу; на месте; с поворотами; с продвижением вперед и назад; со скакалкой. Прыжки в высоту; в длину; с места; с разбега. Прыжки через естественные препятствия, кочки, земляные возвышения и т. п., самостоятельно и в парах. Метание малого мяча различными способами. Броски набивного мяча различными способами.</p>
Баскетбол	<p>Освоение основных стоек в сочетании с передвижениями. Освоение различных способов передвижения с техническими приемами. Ловля и передачи мяча различными способами, в том числе в движении. Ведение мяча левой и правой рукой с изменением скорости. Ведение мяча без зрительного контроля. Ведение мяча с асинхронным ритмом движений руки с мячом и ног. Ведение и передача из рук в руки. «Пятнашки» с ведением. Ведение мяча с использованием зрительных ограничений. Броски мяча одной (двумя) руками сверху. Броски мяча одной рукой сверху в прыжке; с места; в движении. Броски перечисленными способами со средних дистанций; по направлению прямо перед щитом; с сопротивлением защитника. Разнообразные исходные положения перед броском. Броски левой и правой рукой. Штрафные броски. Обманные движения. Противодействия защитника броску мяча в корзину. Освоение тактических действий.</p>
Гимнастика	<p>Освоение акробатических упражнений и комбинаций (кувырки, перекаты, стойки, упоры, прыжки с поворотами, перевороты). Освоение гимнастических упражнений и комбинаций на спортивных снарядах (висы, упоры, махи, перемахи, повороты, передвижения, стойки и соскоки). Гимнастическая полоса препятствий. Опорные прыжки. Лазание по канату. Упражнения и композиции ритмической гимнастики, аэробные движения.</p>
Волейбол	<p>Техника передвижений, остановок, поворотов и стоек: стойки игрока. Перемещения в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед. Ходьба, бег и выполнение заданий (сесть на пол, встать, подпрыгнуть). Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (перемещения в стойке, остановки, ускорения). Техника приема и передач мяча: передача</p>

Документ подписан электронной подписью.

	<p>мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения вперед. Передачи мяча над собой. То же через сетку. Техника подачи мяча: нижняя прямая подача мяча с расстояния от сетки. Техника прямого нападающего удара: прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером. Техники владения мячом: комбинации из освоенных элементов: прием, передача, удар. Тактика игры: тактика свободного нападения. Позиционное нападение без изменения позиций игроков. Овладение игрой. Игра по упрощенным правилам мини-волейбола. Игры и игровые задания с ограниченным числом игроков. Передача мяча у сетки и в прыжке через сетку. Передача мяча сверху, стоя спиной к цели. Прием мяча, отраженного сеткой. Нижняя и верхняя прямая подача мяча в заданную часть площадки. Прямой нападающий удар при встречных передачах. Техники владения мячом: комбинации из освоенных элементов: прием, передача, удар. Игра по упрощенным правилам волейбола.</p>
--	--

9 класс

Раздел	Содержание раздела
Лёгкая атлетика	Совершенствование навыков ходьбы. Техника бега. Ускорение с переходом в бег по инерции. Специальные беговые упражнения и задания с различными акцентами. Совершенствование навыков бега. Прыжки на одной ноге; на двух ногах; с ноги на ногу; на месте; с поворотами; с продвижением вперед и назад; со скакалкой. Прыжки в высоту; в длину; с места; с разбега. Прыжки через естественные препятствия, кочки, земляные возвышения и т. п., самостоятельно и в парах. Метание малого мяча различными способами. Броски набивного мяча различными способами.
Баскетбол	Освоение основных стоек в сочетании с передвижениями. Освоение различных способов передвижения с техническими приемами. Ловля и передачи мяча различными способами, в том числе в движении. Ведение мяча левой и правой рукой с изменением скорости. Ведение мяча без зрительного контроля. Ведение мяча с асинхронным ритмом движений руки с мячом и ног. Ведение и передача из рук в руки. «Пятнашки» с ведением. Ведение мяча с использованием зрительных ограничений. Броски мяча одной (двумя) руками сверху. Броски мяча одной рукой сверху в прыжке; с места; в движении. Броски перечисленными способами со средних дистанций; по направлению прямо перед щитом; с сопротивлением защитника. Разнообразные исходные положения перед броском. Броски левой и правой рукой. Штрафные броски. Обманные движения. Противодействия защитника броску мяча в корзину. Освоение тактических действий.
Гимнастика	Освоение акробатических упражнений и комбинаций (кувырки, перекаты, стойки, упоры, прыжки с поворотами, перевороты). Освоение гимнастических упражнений и комбинаций на спортивных снарядах (висы, упоры, махи, перемахи, повороты, передвижения, стойки и соскоки). Гимнастическая полоса препятствий. Опорные прыжки. Лазание по канату. Упражнения и композиции ритмической гимнастики, аэробные движения.
Волейбол	Техника передвижений, остановок, поворотов и стоек: стойки игрока. Перемещения в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед. Ходьба, бег и выполнение заданий (сесть на пол, встать, подпрыгнуть). Комбинации из освоенных

Документ подписан электронной подписью.

	<p>элементов техники передвижений (перемещения в стойке, остановки, ускорения). Техника приема и передач мяча: передача мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения вперед. Передачи мяча над собой. То же через сетку. Техника подачи мяча: нижняя прямая подача мяча с расстояния от сетки. Техника прямого нападающего удара: прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером. Техники владения мячом: комбинации из освоенных элементов: прием, передача, удар. Тактика игры: тактика свободного нападения. Позиционное нападение без изменения позиций игроков. Овладение игрой. Игра по упрощенным правилам мини-волейбола. Игры и игровые задания с ограниченным числом игроков. Передача мяча у сетки и в прыжке через сетку. Передача мяча сверху, стоя спиной к цели. Прием мяча, отраженного сеткой. Нижняя и верхняя прямая подача мяча в заданную часть площадки. Прямой нападающий удар при встречных передачах. Техники владения мячом: комбинации из освоенных элементов: прием, передача, удар. Игра по упрощенным правилам волейбола.</p>
--	---

Изменения, внесённые автором рабочей программы

В связи с отсутствием условий для проведения занятий по лыжной подготовке, лыжная подготовка заменена подвижными и спортивными играми.

Тематическое планирование 5 класс

№	Разделы	Воспитательный компонент	Количество часов, отведённое на изучение раздела	Формы и средства аттестации (контроля)*
1	Лёгкая атлетика	Установление доверительных отношений между учителем и его учениками, способствующих позитивному восприятию учащимися требований и просьб учителя, привлечению их внимания к обсуждаемой на уроке информации, активизации их познавательной деятельности. Побуждение школьников соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (учителями) и сверстниками (школьниками), принципы учебной дисциплины и самоорганизации;	34	Выполнение нормативов на результат.

Документ подписан электронной подписью.

2	Акробатика	Включение в урок игровых процедур, которые помогают поддержать мотивацию детей к получению знаний, налаживанию позитивных межличностных отношений в классе, помогают установлению доброжелательной атмосферы во время урока	6	Комплекс гимнастических упражнений.
3	Волейбол	Привлечение внимания школьников к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений, организация их работы с получаемой на уроке социально значимой информацией – инициирование ее обсуждения, высказывания учащимися своего мнения по ее поводу, выработки своего к ней отношения	13	Зачёт. Учебная игра.
4	Баскетбол	Организация шефства мотивированных и эрудированных учащихся над их неуспевающими одноклассниками, дающего школьникам социально значимый опыт сотрудничества и взаимной помощи.	16	Зачёт. Учебная игра.
<i>Всего часов</i>			69	

6 класс

№	Разделы	Воспитательный компонент	Количество часов, отведённое на изучение раздела	Формы и средства аттестации (контроля)*
1	Лёгкая атлетика	Побуждение школьников соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (учителями) и сверстниками (школьниками), принципы учебной дисциплины и самоорганизации	32	Выполнение нормативов на результат.
2	Баскетбол	Использование воспитательных возможностей содержания учебного предмета через демонстрацию детям примеров ответственного, гражданского поведения, проявления человеколюбия и добросердечности.	14	Зачёт. Учебная игра.

Документ подписан электронной подписью.

3	Гимнастика	Привлечение внимания школьников к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений, организация их работы с получаемой на уроке социально значимой информацией – инициирование ее обсуждения, высказывания учащимися своего мнения по ее поводу, выработки своего к ней отношения	14	Комплекс гимнастических упражнений.
4	Волейбол	Организация шефства мотивированных и эрудированных учащихся над их неуспевающими одноклассниками, дающего школьникам социально значимый опыт сотрудничества и взаимной помощи.	10	Зачёт. Учебная игра.
Всего часов			69	

7 класс

№	Разделы	Воспитательный компонент	Количество часов, отведённое на изучение раздела	Формы и средства аттестации (контроля)*
1	Лёгкая атлетика	Организация шефства мотивированных и эрудированных учащихся над их неуспевающими одноклассниками, дающего школьникам социально значимый опыт сотрудничества и взаимной помощи	34	Выполнение нормативов на результат.
2	Баскетбол	Использование воспитательных возможностей содержания учебного предмета через демонстрацию детям примеров ответственного, гражданского поведения, проявления человеколюбия и	12	Зачёт. Учебная игра.

Документ подписан электронной подписью.

		добросердечности, через подбор соответствующих текстов для чтения, задач для решения, проблемных ситуаций для обсуждения в классе		
3	Гимнастика	Побуждение школьников соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (учителями) и сверстниками (школьниками), принципы учебной дисциплины и самоорганизации	12	Комплекс гимнастических упражнений.
4	Волейбол	Побуждение школьников соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (учителями) и сверстниками (школьниками), принципы учебной дисциплины и самоорганизации	10	Зачёт. Учебная игра.
Всего часов			68	

8 класс

№	Разделы	Воспитательный компонент	Количество часов, отведённое на изучение раздела	Формы и средства аттестации (контроля)*
1	Лёгкая атлетика	Побуждение школьников соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (учителями) и сверстниками (школьниками), принципы учебной дисциплины и самоорганизации	32	Выполнение нормативов на результат.
2	Баскетбол	Использование воспитательных возможностей содержания учебного предмета через демонстрацию детям примеров ответственного, гражданского поведения, проявления человеколюбия и добросердечности.	14	Зачёт. Учебная игра.
3	Гимнастика	Привлечение внимания школьников к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений, организация их работы с получаемой на уроке социально значимой информацией – инициирование ее обсуждения, высказывания учащимися своего мнения по ее поводу,	12	Комплекс гимнастических упражнений.

Документ подписан электронной подписью.

		выработки своего к ней отношения		
4	Волейбол	Организация шефства мотивированных и эрудированных учащихся над их неуспевающими одноклассниками, дающего школьникам социально значимый опыт сотрудничества и взаимной помощи.	10	Зачёт. Учебная игра.
Всего часов			68	

9 класс

№	Разделы	Воспитательный компонент	Количество часов, отведённое на изучение раздела	Формы и средства аттестации (контроля)*
1	Лёгкая атлетика	Организация шефства мотивированных и эрудированных учащихся над их неуспевающими одноклассниками, дающего школьникам социально значимый опыт сотрудничества и взаимной помощи		Выполнение нормативов на результат.
2	Баскетбол	Использование воспитательных возможностей содержания учебного предмета через демонстрацию детям примеров ответственного, гражданского поведения, проявления человеколюбия и добросердечности, через подбор соответствующих текстов для чтения, задач для решения, проблемных ситуаций для обсуждения в классе		Комплекс гимнастических упражнений.
3	Гимнастика	Побуждение школьников соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (учителями) и сверстниками (школьниками), принципы учебной дисциплины и самоорганизации		Зачёт. Учебная игра.
4	Волейбол	Побуждение школьников соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (учителями) и сверстниками (школьниками), принципы учебной дисциплины и самоорганизации		Зачёт. Учебная игра.

Документ подписан электронной подписью.

Всего часов	66
--------------------	-----------

Темы проектной деятельности.

Класс	Темы проектов
5 класс	История создания спортивной формы.
6 класс	История развития (баскетбола, волейбола, футбола) в России и мире.
7 класс	Почему детям нужно заниматься спортом.
8 класс	Питание спортсменов
9 класс	Основы спортивной тренировки.

Календарно - тематическое планирование 5 класс.

№ п/п	Дата		Кол-во часов	Тема урока
	План	Факт		
1		01.09.21	1	Высокий старт (до 10-15 м), бег с ускорением (30-40 м). Встречная эстафета. Специальные беговые упражнения; развитие скоростных качеств. Подвижная игра «Бег с флажками». Инструктаж по ТБ. Теоретические сведения.
2		02.09.21	1	Высокий старт (до 10-15 м), бег с ускорением (50-60 м), финиширование, специальные беговые упражнения, развитие скоростных возможностей. Эстафетный бег. Передача эстафетной палочки. Теоретические сведения.
3		08.09.21	1	Бег на результат (60 м). Специальные беговые упражнения, развитие скоростных возможностей. Подвижная игра «Разведчики и часовые». Теоретические сведения.
4		09.09.21	1	Обучение отталкивания в прыжке в длину способом «согнув ноги», прыжок с 7-9 шагов разбега. Метание малого мяча в горизонтальную цель (1 x 1) с 5-6 м. ОРУ в движении. Подвижная игра «Попади в мяч». Специальные беговые упражнения. Развитие скоростно-силовых качеств. Теоретические сведения.
5		15.09.21	1	Обучение подбора разбега. Прыжок с 7-9 шагов разбега. Метание малого мяча в вертикальную цель (1 x 1) с 5-6 м. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Подвижная игра «Кто дальше бросит». Развитие скоростно-силовых качеств. Теоретические сведения.
6		16.09.21	1	Прыжок с 7-9 шагов разбега. Метание малого мяча в горизонтальную цель (1 x 1) с 5-6 м. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростно-силовых качеств. Метание на результат.
7		22.09.21	1	Бег в равномерном темпе. Бег 1000 м. ОРУ. Развитие выносливости. Подвижная игра «Салки». Теоретические сведения.

Документ подписан электронной подписью.

8		23.09.21	1	Бег в равномерном темпе. Бег 1000 м. (на результат) ОРУ. Развитие выносливости. Подвижная игра «Салки маршем». Теоретические сведения.
9		29.09.21	1	Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре дроблением и сведением. ОРУ на месте. Вис согнувшись, вис прогнувшись (м.), смешанные висы (д.). Развитие силовых способностей. Значение гимнастических упражнений для сохранения правильной осанки. Инструктаж по ТБ. Подвижная игра «Запрещенное движение». Теоретические сведения.
10		30.10.21	1	Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре дроблением и сведением. ОРУ в движении. Вис согнувшись, вис прогнувшись (м.), смешанные висы (д.). Подтягивания в висе. Подвижная игра «Фигуры». Развитие силовых способностей. Теоретические сведения.
11		06.10.21	1	Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре дроблением и сведением. ОРУ в движении. Вис согнувшись, вис прогнувшись (м.), смешанные висы (д.). Подтягивания в висе. Подвижная игра. Эстафета «Веревочка под ногами». Развитие силовых способностей. Теоретические сведения.
12		07.10.21	1	Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре дроблением и сведением. ОРУ на месте. Вис согнувшись, вис прогнувшись (м.), смешанные висы (д.). Подтягивания в висе. Подвижная игра «Прыжок за прыжком». Развитие силовых способностей. Теоретические сведения.
13		13.10.21	1	Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре дроблением и сведением. ОРУ на месте. Вис согнувшись, вис прогнувшись (м.), смешанные висы (д.). Подтягивания в висе. Развитие силовых способностей. Теоретические сведения.
14		14.10.21	1	Перестроение из колонны по два в колонну по одному с разведением и слиянием по восемь человек в движении. ОРУ с гимнастическими палками. Вскок в упор присев. Соскок прогнувшись. Подвижная игра «Удочка». Развитие силовых способностей. Теоретические сведения.
15		20.10.21	1	Перестроение из колонны по два, в колонну по одному с разведением и слиянием по восемь человек в движении. ОРУ с гимнастическими палками. Вскок в упор присев. Соскок прогнувшись. Подвижная игра «Прыжки по полоскам». Развитие силовых способностей. Теоретические сведения.
16		21.10.21	1	Перестроение из колонны по два, в колонну по одному с разведением и слиянием по восемь человек в движении. ОРУ с гимнастическими палками. Прыжок ноги врозь. Подвижная игра «Кто обгонит?». Развитие силовых способностей.

Документ подписан электронной подписью.

				Теоретические сведения.
17		27.10.21	1	Перестроение из колонны по четыре, в колонну по одному с разведением и слиянием по восемь человек в движении. ОРУ с мячами. Прыжок ноги врозь. Подвижная игра «Удочка». Развитие силовых
18		28.10.21	1	Опорный прыжок, строевые упражнения способностей. Теоретические сведения.
23		10.11.21	1	Акробатика.
24		11.11.21	1	Строевой шаг. Повороты на месте. Кувырок вперед. Подвижная игра «Два лагеря». ОРУ в движении. Развитие координационных способностей. Теоретические сведения.
25		17.11.21	1	Строевой шаг. Повороты на месте. Кувырки вперед и назад. ОРУ в движении. Подвижная игра «Смена капитана». Развитие координационных способностей. Теоретические сведения.
26		18.11.21	1	Строевой шаг. Повороты в движении. Кувырки вперед и назад. Подвижная игра «Бездомный заяц». ОРУ с набивным мячом. Развитие координационных способностей. Теоретические сведения.
27		24.11.21	1	Строевой шаг. Повороты в движении. Кувырки вперед и назад. Стойка на лопатках. Подвижная игра «Челнок». ОРУ с набивным мячом. Развитие координационных способностей. Теоретические сведения. Комплекс гимнастических упр. на результат.
28		25.11.21	1	Строевой шаг. Повороты в движении. Кувырки вперед и назад. Стойка на лопатках. Эстафеты с обручем. ОРУ в движении. Развитие координационных способностей. Теоретические сведения. Комплекс гимнастических упр. на результат.
29		01.12.21	1	Стойка игрока. Передвижения в стойке. Передача мяча двумя руками сверху вперед. Эстафета с элементами волейбола. Техника безопасности при игре в волейбол. Теоретические сведения.
30		02.12.21	1	Стойка игрока. Передвижения в стойке. Передача мяча двумя руками сверху вперед. Подвижная игра «Пасовка волейболистов». Теоретические сведения.
31		08.12.21	1	Стойка игрока. Передвижения в стойке. Передача мяча двумя руками сверху над собой и вперед. Встречные эстафеты. Подвижная игра с элементами в/б «Летучий мяч». Теоретические сведения.
32		09.12.21	1	Стойка игрока. Передвижения в стойке. Передача мяча двумя руками сверху на месте и после передачи вперед. Встречные и линейные эстафеты. Подвижная игра с элементами в/б «Летучий мяч». Теоретические сведения.
33		15.12.21	1	Стойка игрока. Передвижения в стойке. Передача мяча двумя руками сверху на месте и после передачи вперед. Встречные и линейные эстафеты с передачами мяча. Подвижные игры с

Документ подписан электронной подписью.

				элементами в/б. Теоретические сведения.
34		16.12.21	1	Стойка игрока. Передвижения в стойке. Передача мяча двумя руками сверху на месте и после передачи вперед. Прием мяча снизу двумя руками над собой. Эстафеты. Игра в мини-волейбол. Теоретические сведения.
35		22.12.21	1	Стойка игрока. Передвижения в стойке. Передача мяча двумя руками сверху в парах. Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. Эстафеты.
36		23.12.21	1	Стойка игрока. Передвижения в стойке. Передача мяча двумя руками сверху в парах. Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. Эстафеты. Игра в мини-волейбол. Теоретические сведения. Игра в мини-волейбол. Теоретические сведения.
37-39		12.01.22 13.01.22 19.01.22	3	Передвижения в стойке. Передача мяча двумя руками сверху в парах. Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. Нижняя прямая подача с 3-6 м. Эстафеты. Игра в мини-волейбол. Теоретические сведения.
40-41		20.01.22 26.01.22	2	Стойка игрока. Передвижения в стойке. Передача мяча двумя руками сверху в парах. Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. Эстафеты. Игра в мини-волейбол. Теоретические сведения.
42		27.01.22	1	Стойка и передвижения игрока. Остановка прыжком. Ведение мяча на месте. Ловля мяча двумя руками от груди на месте в парах. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных качеств. Правила ТБ при игре в баскетбола. Теоретические сведения.
43		02.02.22	1	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте в парах. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных качеств. Терминология баскетбола. Теоретические сведения.
44		03.02.22	1	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте с разной высотой отскока. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте в парах. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных качеств. Теоретические сведения.
45		09.02.22	1	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте с разной высотой отскока. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте в тройках. Бросок двумя руками от головы после ловли мяча. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных качеств. Теоретические сведения.
46		10.02.22	1	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте правой (<i>левой</i>) рукой. Остановка прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте в парах с шагом. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных качеств. Решение задач игровой и соревновательной деятельности с помощью двигательных действий. Теоретические сведения.
47		16.02.22	1	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча на месте правой (<i>левой</i>) рукой. Остановка

Документ подписан электронной подписью.

				прыжком. Ловля мяча двумя руками от груди на месте в парах с шагом. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных качеств. Правила соревнований. Теоретические сведения.
48-49		17.02.22 24.02.22	2	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча в движении шагом. Остановка двумя шагами. Ловля мяча двумя руками от груди на месте в круге. Бросок двумя руками от головы с места. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных качеств. Теоретические сведения.
50-54		02.03.22 03.03.22 09.03.22 10.03.22	4	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча с изменением скорости. Ловля мяча двумя руками от груди в квадрате. Бросок двумя руками снизу в движении. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных качеств. Теоретические сведения.
55-56		16.03.22 17.03.22	2	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча с изменением направления. Бросок двумя руками снизу в движении после ловли мяча. Позиционное нападение (5:0) без изменения позиции игроков. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных качеств. Теоретические сведения.
57-58		23.03.22 24.03.22	2	Стойка и передвижения игрока. Ведение мяча с изменением скорости и высоты отскока. Сочетание приемов: <i>(ведение - остановка - бросок)</i> . Позиционное нападение через скрестный выход. Игра в мини-баскетбол. Развитие координационных качеств. Теоретические сведения.
60-61		06.04.22 07.04.22	2	Бег в равномерном темпе <i>(1000 м) на результат</i> ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие выносливости. Теоретические сведения.
62-64		13.04.22 14.04.22 20.04.22	3	Высокий старт <i>(до 10-15 м)</i> , бег с ускорением <i>(30-40 м)</i> . Встречная эстафета. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростных качеств. Старты из различных исходных положений. Инструктаж по ТБ. Теоретические сведения.
		21.04.22 27.04.22 28.04.22	3	Развитие выносливости. Переменный бег. Кроссовая подготовка. Бег на результат.
		04.05.22 05.05.22 11.05.22	3	Спринтерский бег. Развитие скоростных способностей. Стартовый разгон. Высокий старт. Финальное усилие. Эстафеты
		12.05.22 18.05.22 19.05.22	3	Прыжок в высоту с 5-7 беговых шагов способом «перешагивание» (подбор разбега и отталкивание). Прыжки на результат.
68-69		25.05.22 26.05.22	2	Метание теннисного мяча на заданное расстояние. Специальные беговые упражнения. ОРУ в движении. Развитие скоростно-силовых качеств. Теоретические сведения. Метание на результат.

Документ подписан электронной подписью.

Календарно-тематическое планирование 6 класс.

№ п/п	Дата		Количество часов	Тема урока
	План	Факт		
1	03.09.21		1	Основы знаний. Инструктаж по охране труда и ТБ.
2	06.09.21		1	Спринтерский бег Развитие скоростных способностей. Стартовый разгон.
3	10.09.21		1	Высокий старт Финальное усилие. Эстафеты.
4	13.09.21		1	Развитие скоростных способностей. совершенствование
5	17.09.21		1	Развитие скоростной выносливости
6-8	20.09.21 24.09.21 27.09.21		3	Метание Развитие скоростно-силовых способностей. Обучение. Метание мяча на дальность. Метание на результат.
9-12	01.10.21 04.10.21 08.10.21 11.10.21		4	Прыжки развитие силовых и координационных способностей. Прыжок в длину с разбега. Прыжки на результат.
13	15.10.21		1	Длительный бег. Развитие выносливости.
14	18.10.21		1	Развитие силовой выносливости
15	22.10.21		1	Преодоление препятствий
16	25.10.21		1	Переменный бег
17	29.10.21		1	Гладкий бег. Кроссовая подготовка
18	08.11.21		1	Инструктаж по баскетболу. Стойки и передвижения, повороты, остановки.
19	12.11.21		1	Ловля и передача мяча.

Документ подписан электронной подписью.

20	15.11.21		1	Ведение мяча
21-22	19.11.21 22.11.21		2	Бросок мяча
23	26.11.21		1	Тактика свободного нападения
24	29.11.21		1	Позиционное нападение
25	03.12.21		1	Нападение быстрым прорывом
26	06.12.21		1	Взаимодействие двух игроков
27	10.12.21		1	Игровые задания
28	13.12.21		1	Ведение мяча. Учебная игра.
29-30	17.12.21 20.12.21		2	Взаимодействие двух игроков. Игровые задания. Учебная игра.
31	24.12.21		1	Развитие кондиционных и координационных способностей. Учебная игра.
32	27.12.21		1	Повторный инструктаж по ТБ, инструктаж по гимнастике. СУ. Основы знаний
34	10.01.22		1	Акробатические упражнения
35	14.01.22		1	Развитие гибкости
36	17.01.22		1	Упражнения в висе и упорах.
37	21.01.22		1	Развитие силовых способностей
38-39	24.01.22 28.01.22		2	Развитие координационных способностей
40-41	31.01.22 04.02.22		2	Развитие скоростно-силовых способностей.
42	07.02.22		1	Развитие гибкости. Комплекс гимнастических упражнений.

Документ подписан электронной подписью.

43	11.02.22		1	Упражнения в висе и упорах.
44	14.02.22		1	Развитие координационных способностей. Комплекс гимнастических упражнений.
45	18.02.22		1	Инструктаж Т/Б по волейболу. Стойки и передвижения, повороты, остановки
46-47	21.02.22 25.02.22		2	Прием и передача мяча.
48-49	28.02.22 04.03.22		2	Нижняя подача мяча.
50-51	05.03.22 11.03.22		2	Нападающий удар (н/у.)
52-53	14.03.22 18.03.22		2	Развитие координационных способностей. Учебная игра.
54	21.03.22		1	Тактика игры. Учебная игра.
55	25.03.22		1	Длительный бег. Преодоление препятствий.
56	04.04.22		1	Развитие выносливости.
57	08.04.22		1	Переменный бег
58	15.04.22		1	Кроссовая подготовка. Бег на результат.
59	18.04.22		1	Развитие силовой выносливости
60	22.04.22		1	Гладкий бег
61	25.04.22		1	Спринтерский бег. Развитие скоростных способностей. Стартовый разгон.
62-63	29.04.22 06.05.22		2	Высокий старт. Финальное усилие. Эстафеты
64	13.05.22		1	Развитие скоростных способностей. Бег на результат.
65-67	16.05.22 20.05.22 23.05.22		3	Прыжки в длину с разбега. На результат. Развитие скоростно-силовых способностей.
68-70	27.05.22 30.05.22		2	Метание мяча на дальность. На результат.

Календарно - тематическое планирование 7 класс.

Документ подписан электронной подписью.

№ п/п	Дата		Кол- во	Тема урока
	План	Факт		
1	01.09.21		1	Основы знаний. Инструктаж по охране труда.
2	06.09.21		1	Спринтерский бег
3	08.09.21		1	Развитие скоростных способностей. Стартовый разгон
4	13.09.21		1	Высокий старт
5	15.09.21		1	Финальное усилие. Эстафеты.
6-9	20.09.21 22.09.21 27.09.21 29.09.21		4	Метание. Развитие скоростно-силовых способностей. Метание мяча на дальность, на результат.
10-13	04.10.21 06.10.21 11.10.21 13.10.21		4	Развитие силовых и координационных способностей. Прыжок в длину с разбега на результат.
14	18.11.21		1	Длительный бег. Развитие выносливости.
15	20.10.21		1	Развитие силовой выносливости
16	25.10.21		1	Преодоление препятствий. Переменный бег.
17	27.10.21		1	Гладкий бег. Кроссовая подготовка. Бег на результат.
18	08.11.21		1	Стойки и передвижения, повороты, остановки. ТБ по баскетболу.
19	10.11.21		1	Ловля и передача мяча.
20-21	15.11.21 17.11.21		.2	Ведение мяча
22-23	22.11.21 24.11.21		2	Бросок мяча
24-25	29.11.21 01.12.21		2	Бросок мяча в движении
26	06.12.21		1	Позиционное нападение
27	08.12.21		1	Тактика свободного нападения. Учебная игра.

Документ подписан электронной подписью.

28	13.12.21		1	Нападение быстрым пррывом. Учебная игра.
29	15.12.21		1	Игровые задания
30	20.12.21		1	СУ. Основы знаний. ТБ по гимнастике.
31-32	22.12.21 27.12.21		2	Акробатические упражнения
33	10.01.22		2	Развитие гибкости
34	12.01.22		1	Упражнения в висе, равновесии.
35-36	17.01.22 19.01.22		2	Упражнения в висе, равновесии.
37-38	24.01.22 26.01.22		2	Развитие силовых способностей
39	31.01.22		1	Развитие координационных способностей. Комплекс гимнастических упражнений
40-41	02.02.22 07.02.22		2	Развитие скоростно-силовых способностей. Комплекс гимнастических упражнений.
42	09.02.22		1	Стойки и передвижения, повороты, остановки.
43-44	14.02.22 16.02.22		2	Прием и передача мяча.
45	21.02.22		1	Подача мяча.
46-47	28.02.22 02.03.22		2	Нападающий удар (н/у.).
48-49	05.03.22 09.03.22		2	Развитие координационных способностей. Учебная игра.
50-51	14.03.22 16.03.22		2	Тактика игры. Учебная игра.
52	21.03.22		1	Спринтерский бег. Развитие скоростных способностей. Стартовый разгон.
53-54	23.03.22 04.04.20		2	Развитие скоростных способностей. Стартовый разгон
55	06.04.20		1	Длительный бег. Преодоление препятствий.
56	11.04.20		1	Развитие выносливости.
57	13.04.20		1	Переменный бег
58	18.04.20		1	Кроссовая подготовка. Бег на результат.

Документ подписан электронной подписью.

59	20.04.20		1	Развитие силовой выносливости
60	25.04.20		1	Гладкий бег
61	27.04.20		1	Спринтерский бег. Развитие скоростных способностей. Стартовый разгон
62	04.05.20		1	Высокий старт
63	11.05.20		1	Финальное усилие. Эстафетный бег
64-66	16.05.20 18.05.20 23.05.20		3	Метание мяча на дальность. На результат.
67-68	25.05.20 30.05.20		2	Прыжок в длину с разбега. На результат.

Календарно - тематическое планирование 8 класс.

№ п/п	Дата		Количество о часов	Тема урока
	план	факт		
1	02.09.21		1	Основы знаний. Инструктаж по охране труда.
2	07.09.21		1	Спринтерский бег. Развитие скоростных способностей. Стартовый разгон
3	09.09.21		1	Низкий старт.
4	14.09.21		1	Финальное усилие. Эстафетный бег
5	16.09.21		1	Развитие скоростных способностей.
6	21.09.21		1	Развитие скоростно-силовых способностей.
7-8	23.09.21 28.09.21		2	Метание мяча на дальность.
9-10	30.09.21 05.10.21		2	Развитие силовых и координационных способностей.
11-12	07.10.21 12.10.21		2	Прыжки в длину с разбега
13	14.10.21		1	Длительный бег

Документ подписан электронной подписью.

				Развитие выносливости
14	19.10.21		1	Развитие силовой выносливости
15	21.10.21		1	Преодоление препятствий
16	02.10.21		1	Переменный бег. Бег на результат.
17	28.10.21		1	Гладкий бег. Кроссовая подготовка. Бег на результат.
18	09.11.21		1	Инструктаж по баскетболу. Стойки и передвижения, повороты, остановки.
19-20	11.11.21 16.11.21		2	Стойки и передвижения, повороты, остановки.
21-22	18.11.21 23.11.21		2	Ловля и передача мяча.
23-24	25.11.21 30.11.21		2	Ведение мяча
25	02.12.21		1	Бросок мяча
26	07.12.21 09.12.21		2	Бросок мяча в движении.
27	14.12.21		1	Позиционное нападение. Учебная игра.
28	16.12.21		1	Тактика свободного нападения. Учебная игра.
29-31	21.12.21 23.12.21		2	Нападение быстрым прорывом. Учебная игра.
32	28.12.21		1	СУ. Основы знаний. ТБ по гимнастике
33-34	11.01.22 13.01.22		2	Акробатические упражнения
35-36	18.01.22 20.01.22		2	Развитие гибкости
37-38	25.01.22 27.01.22		2	Упражнения в висе, равновесии.
39	01.02.22		1	Развитие силовых способностей. Комплекс гимнастических упражнений.

Документ подписан электронной подписью.

40-41	03.02.22 08.02.22		2	Развитие координационных способностей. Комплекс гимнастических упражнений.
42-43	10.02.22 15.02.22		2	Развитие скоростно-силовых способностей.
44	17.02.22		1	Стойки и передвижения, повороты, остановки.
45-46	22.02.22 24.02.22		2	Прием и передача мяча.
47-48	01.03.22 03.03.22		2	Подача мяча.
49-50	10.03.22 15.03.22		2	Нападающий удар (н/у). Учебная игра.
51	17.03.22		1	Развитие координационных способностей. Учебная игра.
52-53	22.03.22 24.03.22		2	Тактика игры. Учебная игра.
54	05.04.22		1	Длительный бег. Преодоление препятствий. Обучение
55	07.04.22		1	Развитие выносливости.
56	12.04.22		1	Переменный бег
57	14.04.22		1	Кроссовая подготовка. Бег на результат.
58	19.04.22		1	Развитие силовой выносливости
59	21.04.22		1	Гладкий бег. Бег на результат.
60	26.04.22		1	Спринтерский бег. Развитие скоростных способностей. Стартовый разгон.
61	28.04.22		1	Высокий старт
62	05.05.22		1	Финальное усилие. Эстафетный бег. Бег на результат.
63-65	12.05.22 17.05.22 19.05.22		3	Метание. Развитие скоростно-силовых качеств. На результат.
66	24.05.22		1	Прыжки. Развитие силовых и координационных способностей.
67 68	26.05.22 31.05.22		2	Прыжок в длину с разбега. На результат.

Документ подписан электронной подписью.

Календарно – тематическое планирование по физической культуре для учащихся 9 класса

№ урока	Дата проведения		Кол – во часов	Тема урока
	план	факт		
1.	02.09.21		1	Основы знаний. Инструктаж по охране труда.
2 - 3	07.09.21 09.09.21		2	Спринтерский бег. Развитие скоростных способностей. Стартовый разгон.
4 -5	14.09.21 16.09.21		2	Низкий старт. Финальное усилие. Эстафетный бег
6-7	21.09.21 23.09.21		2	Развитие скоростных способностей
8	28.09.21		1	Развитие скоростной выносливости
9	30.09.21		1	Метание. Развитие скоростно-силовых качеств.
10	05.10.21		1	Метание мяча на дальность. На результат.
11-12	07.10.21 12.10.21		2	Развитие силовых и координационных способностей.
13	14.10.21		1	Прыжок в длину с разбега. На результат.
14-15	19.10.21 21.10.21		2	Длительный бег. Развитие выносливости. Бег на результат.
16	26.10.21		1	Развитие силовой выносливости. Бег на результат.
17-18	28.10.21 09.11.21		2	Стойки и передвижения, повороты, остановки.
19-20	11.11.21 16.11.21		2	Ловля и передача мяча.
21-22	18.11.21 23.11.21		2	Ведение мяча
23-24	25.11.21 30.11.21		2	Бросок мяча
25	02.12.21		1	Бросок мяча в движении.
26	07.12.21		1	Штрафной бросок.
27-28	09.12.21		2	Тактика игры. Учебная игра.

Документ подписан электронной подписью.

	14.12.21			
29	16.12.21		1	Техника защитных действий. Учебная игра.
30	21.12.21		1	Зонная система защиты. Развитие кондиционных и координационных способностей
31	23.12.21		1	ТБ по гимнастике. Гимнастика. СУ. Основы знаний. Развитие двигательных качеств.
32-33	28.12.21 11.01.22		2	Акробатические упражнения
34-35	13.01.22 28.01.22		2	Развитие гибкости
36-37	20.01.22 25.01.22		2	Упражнения в висе. Развитие силовых способностей
38-39	27.01.22 01.02.22		2	Развитие координационных способностей. Комплекс гимнастических упражнений.
40-41	03.02.22 08.02.22		2	Развитие скоростно-силовых способностей. Комплекс гимнастических упражнений.
42-43	10.02.22 15.02.22		2	Стойки и передвижения, повороты, остановки.
44-45	17.02.22 22.02.22		2	Прием и передача мяча.
46	24.02.22		1	Прием мяча после подачи
47-48	01.03.22 03.03.22		2	Подача мяча.
49	13.03.22		1	Нападающий удар.
50	10.03.22		1	Техника защитных действий. Учебная игра.
51	15.03.22		1	Тактика игры. Учебная игра.
52-53	17.03.22 22.03.22		2	Длительный бег. Преодоление горизонтальных препятствий
54-55	05.04.22 07.04.22		2	Развитие выносливости.
56-57	12.04.22 14.04.22		2	Спринтерский бег. Развитие скоростных способностей. Стартовый разгон
58-59	19.04.22 21.04.22		2	Низкий старт. Бег на результат.

Документ подписан электронной подписью.

60	26.04.22		1	Финальное усилие. Эстафетный бег. Бег на результат.
61-62	28.04.22 05.05.20		2	Развитие скоростно-силовых качеств.
63	12.05.20		1	Метание мяча на дальность. На результат.
64	17.05.20		1	Развитие силовых и координационных способностей.
65-66	19.05.20 24.05.22		2	Прыжок в длину с разбега. На результат.

Приложение «Система оценки достижения планируемых результатов учебного предмета «Физическая культура».

Лист корректировки рабочей программы 5-6 класс

Класс	Название раздела, темы	Дата проведения по плану	Причина корректировки	Корректирующие мероприятия	Дата проведения по факту

Документ подписан электронной подписью.

Лист корректировки рабочей программы 7-9 класс

Класс	Название раздела, темы	Дата проведения по плану	Причина корректировки	Корректирующие мероприятия	Дата проведения по факту

Документ подписан электронной подписью.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ



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

ПОДПИСЬ

Общий статус подписи:	Подпись верна
Сертификат:	165DB218000200026D2F
Владелец:	МБОУ "ВОЛОШИНСКАЯ СОШ", Данильченко, Евгений Александрович, RU, 61 Ростовская область, X Волошино, УЛ. ЦЕНТРАЛЬНАЯ, Д.14, МБОУ "ВОЛОШИНСКАЯ СОШ", Администрация, Директор, 1026101549660, 03755241150, 006130004335, volschool@mail.ru
Издатель:	ООО "АйтиКом", ООО "АйтиКом", Удостоверяющий центр, УЛИЦА 8 МАРТА, ДОМ 1, СТРОЕНИЕ 12, КОМНАТА 3, ПОМЕЩ ХЦЦ,ЭТ 7, Москва, 77 г. Москва, RU, 007714407563, 1167746840843
Срок действия:	Действителен с: 18.08.2021 14:24:50 UTC+03 Действителен до: 18.08.2022 14:34:50 UTC+03
Дата и время создания ЭП:	31.08.2021 14:03:12 UTC+03