

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ СРЕДНЯЯ  
ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА №22 ИМЕНИ Г.Ф. ПОНОМАРЕВА**

РАССМОТРЕНО  
Руководитель МО

\_\_\_\_\_  
Протокол заседания МО  
№ \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_

СОГЛАСОВАНО  
Заместителем директора по УВР  
\_\_\_\_\_/ Парыгина Е.В.

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_

УТВЕРЖДЕНО  
Директор МБОУ СОШ № 22  
имени Г.Ф. Пономарева

\_\_\_\_\_  
Л.А. Постникова

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_

Рабочая программа  
по учебному предмету «Физической культура»  
9«А,Б,В,Г» класса  
**для основного общего образования**  
**Срок освоения программы: 1 год**

Составитель: Д.С.Шмидт  
учитель физической культуры  
должность

Данная рабочая программа разработана в соответствии с основными положениями ФГОС ООО по учебному предмету «Физическая культура» М.: Просвещение, 2019г. Основана на программе по предметной линии учебников Матвеев А.П., и обеспечена учебником для общеобразовательных учреждений «Физическая культура в школе 5- 9 классы», Рекомендовано Министерством образования и науки Р.Ф. Москва «Просвещение»2018г. Данная учебная программа реализуется в 2021-2022 учебном году в соответствии с учебным планом МБОУ СОШ№22 имени Г.Ф. Пономарева.

### **Планируемые результаты по Физической культуре**

- характеризуют опыт учащихся в творческой двигательной деятельности, который приобретает и закрепляется в процессе освоения учебного предмета «Физическая культура». Приобретаемый опыт проявляется в знаниях и способах двигательной деятельности, умениях творчески их применять при решении практических задач, связанных с организацией и проведением самостоятельных занятий физической культурой.

Предметные результаты, так же как и метапредметные, проявляются в разных областях культуры.

#### ***В области познавательной культуры:***

знания по истории и развитию спорта и олимпийского движения, о положительном их влиянии на укрепление мира и дружбы между народами;

знание основных направлений развития физической культуры в обществе, их целей, задач и форм организации;

знания о здоровом образе жизни, его связи с укреплением здоровья и профилактикой вредных привычек, о роли и месте физической культуры в организации здорового образа жизни.

#### ***В области нравственной культуры:***

способность проявлять инициативу и творчество при организации совместных занятий физической культурой, доброжелательное и уважительное отношение к занимающимся, независимо от особенностей их здоровья, физической и технической подготовленности;

умение оказывать помощь занимающимся при освоении новых двигательных действий, корректно объяснять и объективно оценивать технику их выполнения;

способность проявлять дисциплинированность и уважительное отношение к сопернику в условиях игровой и соревновательной деятельности, соблюдать правила игры и соревнований.

#### ***В области трудовой культуры:***

способность преодолевать трудности, выполнять учебные задания по технической и физической подготовке в полном объеме;

способность организовывать самостоятельные занятия физической культурой разной направленности, обеспечивать безопасность мест занятий, спортивного инвентаря и оборудования, спортивной одежды;

способность самостоятельно организовывать и проводить занятия профессионально-прикладной физической подготовкой, подбирать физические упражнения в зависимости от индивидуальной ориентации на будущую профессиональную деятельность.

***В области эстетической культуры:***

способность организовывать самостоятельные занятия физической культурой по формированию телосложения и правильной осанки, подбирать комплексы физических упражнений и режимы физической нагрузки в зависимости от индивидуальных особенностей физического развития;

способность организовывать самостоятельные занятия по формированию культуры движений, подбирать упражнения координационной, ритмической и пластической направленности, режимы физической нагрузки в зависимости от индивидуальных особенностей физической подготовленности;

способность вести наблюдения за динамикой показателей физического развития и осанки, объективно оценивать их, соотнося с общепринятыми нормами и представлениями.

***В области коммуникативной культуры:***

способность интересно и доступно излагать знания о физической культуре, грамотно пользоваться понятийным аппаратом;

способность формулировать цели и задачи занятий физическими упражнениями, аргументированно вести диалог по основам их организации и проведения;

способность осуществлять судейство соревнований по одному из видов спорта, владеть информационными жестами судьи.

***В области физической культуры:***

способность отбирать физические упражнения по их функциональной направленности, составлять из них индивидуальные комплексы для оздоровительной гимнастики и физической подготовки;

способность составлять планы занятий физической культурой с различной педагогической направленностью, регулировать величину физической нагрузки в зависимости от задач занятия и индивидуальных особенностей организма;

способность проводить самостоятельные занятия по освоению новых двигательных действий и развитию основных физических качеств, контролировать и анализировать эффективность этих занятий.

Ученик научится	Ученик получит возможность научиться
<p>-определять понятия и термины физической культуры, применять их в процессе совместных занятий физическими упражнениями со своими сверстниками, излагать особенности выполнения техники двигательных действий и физических упражнений, развития физических качеств; взаимодействовать со сверстниками в условиях самостоятельной учебной деятельности, оказывать помощь в организации и проведении занятий, освоении новых двигательных действий, развитии физических качеств, тестировании физического развития и физической подготовленности.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>•выполнять легкоатлетические упражнения в беге и прыжках</li> <li>•выполнять акробатические комбинации ;• выполнять гимнастические комбинации на спортивных снарядах;выполнять легкоатлетические упражнения в беге и прыжках (в высоту и длину);• выполнять передвижения на лыжах скользящими способами ходьбы, демонстрировать технику умения последовательно,• выполнять основные технические действия волейбол, баскетбол. выполнять основные технические приемы в волейболе и баскетболе.выполнять передвижения на лыжах скользящими способами ходьбы, демонстрировать технику умения последовательно</li> <li>• выполнять тестовые упражнения на оценку уровня индивидуального развития основных физических качеств.</li> <li>•выполнять легкоатлетические упражнения в беге и прыжках</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•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. Способы двигательной (физкультурной) деятельности.</li> <li>• выполнять тестовые нормативы по физической подготовке.</li> </ul>

## Содержание учебного предмета

**По разделу «Знания о физической культуре»**—Туристические походы как форма активного отдыха, укрепления здоровья и восстановления организма, виды и разновидности туристических походов. Пешие туристические походы, их организация и проведение, требования к технике безопасности и бережному отношению к природе (экологические требования).

**Базовые понятия физической культуры.** Здоровый образ жизни, роль и значение физической культуры в его формировании. Вредные привычки и их пагубное влияние на физическое, психическое и социальное здоровье человека, роль и значение занятий физической культурой в профилактике вредных привычек. Прикладная ориентированная физическая подготовка как система тренировочных занятий для освоения профессиональной деятельности, всестороннего и гармоничного физического совершенствования.

**Физическая культура человека.** Правила организации и планирования режима дня с учетом дневной и недельной динамики работоспособности. Правила планирования активного отдыха и его основных форм с учетом особенностей учебной (трудовой) деятельности, индивидуального образа жизни. Правила и гигиенические требования к проведению банных процедур. Правила оказания первой помощи во время занятий физической культурой и в условиях активного отдыха.

**По разделу «Гимнастика с элементами акробатики»** - Акробатическая комбинация (*юноши*): из основной стойки кувырок вперед в стойку на лопатках, упор присев, встать, из основной стойки прыжком упор присев, кувырок назад в упор ноги врозь. Упражнения на гимнастическом бревне (*девочки*): танцевальные шаги (полька), хольба со взмахами ног и поворотами; соскок из упора стоя на колене в стойку боком к бревну. Гимнастическая комбинация, составленная из разученных упражнений и с учетом индивидуальной физической и технической подготовленности. Упражнения на перекладине (*юноши*): из стойки спиной к перекладине вис стоя сзади согнувшись, толчком ног вис согнувшись сзади; вис на согнутых ногах. Гимнастическая комбинация, составленная из разученных упражнений и с учетом индивидуальной физической и технической подготовленности. Упражнения на брусьях: махи в упоре на руках с разведением ног над жердями; гимнастическая комбинация, составленная из разученных упражнений и с учетом индивидуальной физической и технической подготовленности (*юноши*): из виса присев на нижней жерди толчком ног подъем в упор на верхнюю жердь; гимнастическая комбинация, составленная из разученных упражнений и с учетом индивидуальной физической и технической подготовленности (*девочки*). Упражнения общей физической подготовки.

**По разделу «Легкая атлетика»**- Спортивная ходьба. Совершенствование техники ранее разученных упражнений в прыжках, беге и метании. Бег на дистанции: 60 м с низкого старта (на результат), 1000 м—*девочки* и 2000 м—*юноши* (на результат). Кроссовый бег: *юношей*—3 км, *девочки*—2 км. Прикладные упражнения: преодоление полосы препятствий с использованием бега, ходьбы, прыжков; передвижения на руках в висе, лазанья и перелизание.

**По разделу «Лыжная подготовка»** — Освоение техники лыжных ходов: бесшажный ход. Передвижение по пересеченной местности с чередованием одновременных, попеременных и бесшажного ходов. Преодоление крутых спусков в низкой стойке. Прохождение соревновательной дистанции 3 км.

**По разделу «Спортивные игры»** Баскетбол. Техничко-тактические действия в нападении (быстрое нападение) и защите (перехват мяча; борьба за мяч, не попавший в корзину). Игра в баскетбол по правилам. Волейбол. Техничко-тактические командные действия (взаимодействие игроков передней линии в нападении; взаимодействие игроков задней линии при приеме мяча от нижней подачи; взаимодействие игроков задней и передней линии в нападении при приеме подачи). Игра в волейбол по правилам. Футбол. Техничко-тактические командные действия (взаимодействие игроков в нападении и защите при подаче углового удара, при пробитии штрафных ударов, при вбрасывании мяча из-за лицевой линии). Игра в футбол по правилам.

**Упражнения культурно-этнической направленности.** Сюжетно-образные (подвижные) и обрядовые игры. Элементы техники национальных видов спорта.

## ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ:

- отражаются в индивидуальных качественных свойствах учащихся, которые приобретаются в процессе освоения учебного предмета «Физическая культура». Эти качественные свойства проявляются прежде всего в положительном отношении учащихся к занятиям двигательной (физкультурной) деятельностью, накоплении необходимых знаний, а также в умении использовать ценности физической культуры для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей, достижения личностно значимых результатов в физическом совершенстве.

Личностные результаты могут проявляться в разных областях культуры.

### ***В области познавательной культуры:***

владение знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности, о соответствии их возрастным и половым нормативам;

владение знаниями об особенностях индивидуального здоровья и о функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний и перенапряжения средствами физической культуры;

владение знаниями по основам организации и проведения занятий физической культурой оздоровительной и тренировочной направленности, составлению содержания занятий в соответствии с собственными задачами, индивидуальными особенностями физического развития и физической подготовленности.

### ***В области нравственной культуры:***

способность управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой, игровой и соревновательной деятельности;

способность активно включаться в совместные физкультурно-оздоровительные и спортивные мероприятия, принимать участие в их организации и проведении;

владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время совместных занятий физической культурой и спортом, разрешать спорные проблемы на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим.

### ***В области трудовой культуры:***

умение планировать режим дня, обеспечивать оптимальное сочетание нагрузки и отдыха;

умение проводить туристские пешие походы, готовить снаряжение, организовывать и благоустраивать места стоянок, соблюдать правила безопасности;

умение содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование, спортивную одежду, осуществлять их подготовку к занятиям и спортивным соревнованиям.

### ***В области эстетической культуры:***

красивая (правильная) осанка, умение ее длительно сохранять при разнообразных формах движения и передвижений;

хорошее телосложение, желание поддерживать его в рамках принятых норм и представлений посредством занятий физической культурой;

культура движения, умение передвигаться красиво, легко и непринужденно.

***В области коммуникативной культуры:***

владение умением осуществлять поиск информации по вопросам развития современных оздоровительных систем, обобщать, анализировать и творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой;

владение умением достаточно полно и точно формулировать цель и задачи совместных с другими детьми занятий физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельностью, излагать их содержание;

владение умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, находить адекватные способы поведения и взаимодействия с партнерами во время учебной и игровой деятельности.

***В области физической культуры:***

владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений (ходьба, бег, прыжки, лазанья и др.) различными способами, в различных изменяющихся внешних условиях;

владение навыками выполнения разнообразных физических упражнений различной функциональной направленности, технических действий базовых видов спорта, а также применения их в игровой и соревновательной деятельности;

умение максимально проявлять физические способности (качества) при выполнении тестовых упражнений по физической культуре. Знания о физической культуре.

**Метапредметные результаты** характеризуют уровень сформированности качественных универсальных способностей учащихся, проявляющихся в активном применении знаний и умений в познавательной и предметно-практической деятельности. Приобретенные на базе освоения содержания предмета «Физическая культура», в единстве с освоением программного материала других образовательных дисциплин, универсальные способности потребуются как в рамках образовательного процесса (умение учиться), так и в реальной повседневной жизни учащихся.

Метапредметные результаты проявляются в различных областях культуры.

***В области познавательной культуры:***

понимание физической культуры как явления культуры, способствующего развитию целостной личности человека, сознания и мышления, физических, психических и нравственных качеств;

понимание здоровья как важнейшего условия саморазвития и самореализации человека, расширяющего свободу выбора профессиональной деятельности и обеспечивающего долгую сохранность творческой активности;

понимание физической культуры как средства организации здорового образа жизни, профилактики вредных привычек и девиантного (отклоняющегося) поведения.

***В области нравственной культуры:***

бережное отношение к собственному здоровью и здоровью окружающих, проявление доброжелательности и отзывчивости к людям, имеющим ограниченные возможности и нарушения в состоянии здоровья;

уважительное отношение к окружающим, проявление культуры взаимодействия, терпимости и толерантности в достижении общих целей при совместной деятельности;

ответственное отношение к порученному делу, проявление осознанной дисциплинированности и готовности отстаивать собственные позиции, отвечать за результаты собственной деятельности.

***В области трудовой культуры:***

добросовестное выполнение учебных заданий, осознанное стремление к освоению новых знаний и умений, качественно повышающих результативность выполнения заданий;

рациональное планирование учебной деятельности, умение организовывать места занятий и обеспечивать их безопасность; поддержание оптимального уровня работоспособности в процессе учебной деятельности, активное использование занятий физической культурой для профилактики психического и физического утомления.

***В области эстетической культуры:***

восприятие красоты телосложения и осанки человека в соответствии с культурными образцами и эстетическими канонами, формирование физической красоты с позиций укрепления и сохранения здоровья;

понимание культуры движений человека, постижение жизненно важных двигательных умений в соответствии с их целесообразностью и эстетической привлекательностью;

восприятие спортивного соревнования как культурно- массового зрелищного мероприятия, проявление адекватных норм поведения, неантагонистических способов общения и взаимодействия.

***В области коммуникативной культуры:***

владение культурой речи, ведение диалога в доброжелательной и открытой форме, проявление к собеседнику внимания, интереса и уважения;

владение умением вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности, находить компромиссы при принятии общих решений;

владение умением логически грамотно излагать, аргументировать и обосновывать собственную точку зрения, доводить ее до собеседника.

***В области физической культуры:***

владение способами организации и проведения разнообразных форм занятий физической культурой, их планирования и содержательного наполнения;

владение широким арсеналом двигательных действий и физических упражнений из базовых видов спорта и оздоровительной физической культуры, активное их использование в самостоятельно организуемой спортивно- оздоровительной и физкультурно-оздоровительной деятельности;



владение способами наблюдения за показателями индивидуального здоровья, физического развития и физической подготовленности, использование этих показателей в организации и проведении самостоятельных форм занятий физической культурой.

### **МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ:**

- способность принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;
- умение планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации;
- определять наиболее эффективные способы достижения результата,
- умение понимать причины успеха или неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
- умение определять общую цель и пути ее достижения;
- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;
- умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;
- владение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

### **Регулятивные:**

- овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности, поиска средств ее осуществления;
- формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации; определять наиболее эффективные способы достижения результата;
- формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности и способности конструктивно действовать даже в ситуациях неуспеха;
- определение общей цели и путей ее достижения; умение договариваться о распределении функций и ролей в совместной деятельности; осуществлять взаимный контроль в совместной деятельности, адекватно оценивать собственное поведение и поведение окружающих;
- готовность конструктивно разрешать конфликты посредством учета интересов сторон и сотрудничества;
- овладение базовыми предметными и межпредметными понятиями, отражающими существенные связи и отношения между объектами и процессами.

### **Познавательные:**

- понимание физической культуры как явления культуры, способствующего развитию целостной личности человека, сознания и мышления, физических, психических и нравственных качеств;

понимание здоровья как важнейшего условия саморазвития и самореализации человека, расширяющего свободу выбора профессиональной деятельности и обеспечивающего долгую сохранность творческой активности;

понимание физической культуры как средства организации здорового образа жизни, профилактики вредных привычек и девиантного (отклоняющегося) поведения.

-знания по истории и развитию спорта и олимпийского движения, о положительном их влиянии на укрепление мира и дружбы между народами;

-знание основных направлений развития физической культуры в обществе, их целей, задач и форм организации;

-знания о здоровом образе жизни, его связи с укреплением здоровья и профилактикой вредных привычек, о роли и месте физической культуры в организации здорового образа жизни.

-освоения учащимися содержания программы по физической культуре являются следующие умения:

-выбирать направление и вид физкультурной или спортивной деятельности в соответствии со своими интересами организовывать свой режим жизни для обеспечения занятий физкультурной и спортивной деятельностью;

-организовывать самостоятельную деятельность с учетом требований её безопасности, сохранности мест занятий, оборудования и инвентаря;

-осуществлять контроль своих действий и действий других людей, определять причины возникновения ошибок и способы их исправления;

-корректировать свои действия в соответствии с изменяющимися условиями и обстоятельствами, объективно и спокойно оценивать свои возможности, адекватно реагировать на успех и неудачу;

-анализировать и излагать в речевом и письменном виде технику выполняемых физических упражнений, конструировать комплексы средств и методических приемов для решения разнонаправленных задач физической культуры;

-использовать изученные физические упражнения в игровой, соревновательной, рекреативной, оздоровительной деятельности с учетом закономерностей работоспособности организма человека в соответствии с возрастными особенностями.

### **Коммуникативные:**

-владение культурой речи, ведение диалога в доброжелательной и открытой форме, проявление к собеседнику внимания, интереса и уважения;

-владение умением вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности, находить компромиссы при принятии общих решений;

-владение умением логически грамотно излагать, аргументировать и обосновывать собственную точку зрения, доводить ее до собеседника.

В области физической культуры:

-владение способами организации и проведения разнообразных форм занятий физической культурой, их планирования и содержательного наполнения;

-владение широким арсеналом двигательных действий и физических упражнений из базовых видов спорта и оздоровительной физической культуры, активное их использование в самостоятельно организуемой спортивно-оздоровительной и физкультурно-оздоровительной деятельности;

-владение способами наблюдения за показателями индивидуального здоровья, физического развития и физической подготовленности, использование этих показателей в организации и проведении самостоятельных форм занятий физической культурой.

**Тематическое планирование**  
9 класс (2 часа x 35 недель = 70 часов)

№ п/п	Тема, раздел	Количество часов	Деятельность учителя с учетом программы воспитания	ЭОР/ЦОР	Формы текущего контроля и промежуточной аттестации
Легкая атлетика (10 часов)					
1.	Инструктаж Т/Б на уроках легкой атлетики.	1	- формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни с целью сохранения, и укрепления физического, психологического и социального здоровья обучающихся как одной из ценностных составляющих личности обучающегося - формирование у обучающихся сознательного и ответственного отношения к личной безопасности и безопасности окружающих, усвоение ими знаний и умений распознавать и оценивать опасные ситуации, определять способы защиты от них, оказывать само и взаимопомощь;	<a href="https://resh.edu.ru/fizkulturavshkole.ru">https://resh.edu.ru/fizkulturavshkole.ru</a> <a href="https://www.gto.ru/">https://www.gto.ru/</a>	Беседа, опрос
2.	Президентские тесты	1			Тест
3.	Низкий старт	1			Оценивание практической деятельности
4.	Спринтерский бег	1			Оценивание практической деятельности
5.	Сонтроль бега на 60 метров	1			Оценивание практической деятельности
6.	Прыжки в длину, метание мяча	1			Оценивание практической деятельности
7.	Бег на длинные дистанции	1			Оценивание практической деятельности
8.	Контроль метания мяча на дальность.	1			Оценивание практической деятельности
9.	Спортивные игры	1			Оценивание практической

					деятельности	
10.	Челночный бег 3x10 м;	1			Оценивание практической деятельности	
Баскетбол (16 часов)						
11	ТБ на уроках баскетбола	1	-формирование представлений о содержании ценности и безопасности современного информационного пространства  - формирование обучающихся навыков здорового образа жизни средствами физической культуры и занятием спортом;	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="fizkulturavshkole.ru">fizkulturavshkole.ru</a> <a href="https://www.gto.ru/">https://www.gto.ru/</a>	Беседа	
12	Передвижения и остановки в баскетболе	1			Оценивание практической деятельности	
13	Передачи мяча со сменой мест	1			Оценивание практической деятельности	
14	Передачи и броски в движении	1			Оценивание практической деятельности	
15	Ведение мяча и броски в движении	1			Оценивание практической деятельности	
16	Ведение мяча, броски по кольцу	1			Оценивание практической деятельности	
17	Штрафной бросок	1			- формирование у обучающихся сознательного и ответственного отношения к личной безопасности и безопасности окружающих, усвоение ими знаний и умений распознавать и оценивать опасные ситуации, определять способы защиты от них, оказывать само и взаимопомощь;	Оценивание практической деятельности
18	Броски мяча по кольцу	1				Оценивание практической деятельности
19	Броски и ловля мяча	1				Оценивание практической деятельности
20	Нападение быстрым прорывом	1				Оценивание практической деятельности
21	Игра в защите	1	Оценивание практической деятельности			

					деятельности
22	Персональная защита	1			Оценивание практической деятельности
23	Бросок в прыжке	1			Оценивание практической деятельности
24	Бросок в прыжке	1			Оценивание практической деятельности
25	Бросок в прыжке	1			Оценивание практической деятельности
26	Броски и передачи	1			Оценивание практической деятельности
Гимнастики(9 часов)					
27	Правила безопасности на уроках гимнастики	1	- формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни с целью сохранения, и укрепления физического, психологического и социального здоровья обучающихся как одной из ценностных составляющих личности обучающегося	<a href="https://resh.edu.ru/fizkulturavshkole.ru">https://resh.edu.ru/fizkulturavshkole.ru</a> <a href="https://www.gto.ru/">https://www.gto.ru/</a>	Беседа
28	Комбинации на снарядах	1			Оценивание практической деятельности
29	Акробатическое соединение, Лазание по канату.	1			Оценивание практической деятельности
30	Акробатическое соединение, Лазание по канату.	1			Оценивание практической деятельности
31	Акробатика Комбинации на снарядах	1			Оценивание практической деятельности
32	Акробатика Комбинации на снарядах	1			Оценивание практической деятельности
33	Контроль лазания по канату	1			Оценивание

					практической деятельности
34	Комбинации на снарядах	1			Оценивание практической деятельности
35	Контроль на снарядах	1			Оценивание практической деятельности
Волейболу(14 часов)					
36	Инструктаж Т/Б по волейболу	1	-формирование представлений о содержании ценности и безопасности современного информационного пространства  - формирование обучающихся навыков здорового образа жизни средствами физической культуры и занятием спортом;	<a href="https://resh.edu.ru/fizkulturavshkole.ru">https://resh.edu.ru/fizkulturavshkole.ru</a> <a href="https://www.gto.ru/">https://www.gto.ru/</a>	Оценивание практической деятельности
37	Прием и передачи мяча сверху двумя руками на	1			Оценивание практической деятельности
38	Элементы волейбола.	1			Оценивание практической деятельности
39	Прием и передачи мяча сверху двумя руками на	1			Оценивание практической деятельности
40	Прием и передачи мяча сверху двумя руками на	1			Оценивание практической деятельности
41	Техника передач мяча на месте и в движении.	1			Оценивание практической деятельности
42	Прием мяча снизу двумя руками на месте.	1			Оценивание практической деятельности
43	Нападающий удар.	1			Оценивание практической деятельности
44	Техника передач мяча на месте и в движении.	1			Оценивание практической деятельности

					деятельности
45	Прямая нижняя подача	1			Оценивание практической деятельности
46	Прием и передачи мяча сверху двумя руками.	1			Оценивание практической деятельности
47	Прямая нижняя подача	1			Оценивание практической деятельности
48	Прямая нижняя подача, нападающий удар	1			Оценивание практической деятельности
49	Прямая нижняя подача ,нападающий удар	1			Оценивание практической деятельности
Лыжная подготовка(10 часов)					
50	Т/Б на уроках лыжной подготовки	1	- формирование и развитие знаний, установок, личностных ориентиров и норм здорового и безопасного образа жизни с целью сохранения, и укрепления физического, психологического и социального здоровья обучающихся как одной из ценностных составляющих личности обучающегося - формирование у обучающихся сознательного и ответственного отношения к личной безопасности и безопасности окружающих, усвоение ими знаний и умений распознавать и оценивать опасные ситуации, определять способы защиты от них, оказывать само и взаимопомощь;	<a href="https://resh.edu.ru/fizkulturavshkole.ru">https://resh.edu.ru/fizkulturavshkole.ru</a> <a href="https://www.gto.ru/">https://www.gto.ru/</a>	Беседа
51	Подъём елочкой; Спуски со склона.	1			Оценивание практической деятельности
52	Контроль техники одновременного бесшажного хода; Подъём елочкой.	1			Оценивание практической деятельности
53	Подъём елочкой; Спуски со склона.	1			Оценивание практической деятельности
54	Контроль дистанции 1 км; Подъём елочкой; Спуски со склона.	1			Оценивание практической деятельности
55	Торможение плугом; Спуски и подъёмы елочкой.	1			Оценивание практической деятельности
56	Контроль техники подъёма	1			Оценивание

	ёлочкой; Торможение плугом.				практической деятельности
57	Торможение плугом; Дистанция 2 км.	1			Оценивание практической деятельности
58	Контроль техники торможения плугом; Дистанция 2 км.	1			Оценивание практической деятельности
59	Повороты плугом; Дистанция 3 км.	1			Оценивание практической деятельности
Легкая атлетика(11 часов)					
60	Инструктаж по Т/Б в зале; Прыжки в высоту.	1	- формирование у обучающихся сознательного и ответственного отношения к личной безопасности и безопасности окружающих, усвоение ими знаний и умений распознавать и оценивать опасные ситуации, определять способы защиты от них, оказывать само и взаимопомощь;	<a href="https://resh.edu.ru/fizkulturavshkole.ru">https://resh.edu.ru/fizkulturavshkole.ru</a> <a href="https://www.gto.ru/">https://www.gto.ru/</a>	Беседа
61	Старт с опорой на одну руку; Прыжки в высоту.	1			Оценивание практической деятельности
62	Контроль прыжка в высоту; Старт с опорой на одну руку.	1			Оценивание практической деятельности
63	Старт с опорой на одну руку; Элементы баскетбола.	1			Оценивание практической деятельности
64	Челночный бег 3x10 м; Элементы баскетбола.	1			Оценивание практической деятельности
65	Промежуточная аттестация	1			Оценивание практической деятельности
66	ОРУ типа зарядки; Подтягивание на перекладине.	1			Оценивание практической деятельности
67	Прыжки в длину с разбега; Спринтерский бег.	1			Оценивание практической деятельности



					деятельности
68	Контроль бега 60 м; Прыжки в длину с разбега; Метание мяча.	1			Оценивание практической деятельности
69	Полоса препятствий; Прыжки в длину с разбега; Метание мяча.	1			Оценивание практической деятельности
70	Учебные игры и игровые задания; Подведение итогов IV четверти. Год.	1			Оценивание практической деятельности