

Пояснительная записка

Класс: 9 А, 9 Б

Учитель: **Вангаев Сергей Геннадьевич**

Количество часов

Всего 102 час, в неделю 3 часа.

Планирование составлено на основе

1. Стандарта основного общего образования по физической культуре
2. Рабочая программа 5-11кл. под редакцией В. И. Ляха .Рекомендовано Министерством образования и науки Российской Федерации, Москва «Просвещение» 2010,

3. Учебник:

Физическая культура 5 – 9 классы, Учебник для общеобразовательных учреждений под редакцией В. И. Ляха .Рекомендовано Министерством образования и науки Российской Федерации, 6-е издание, Москва «Просвещение» 2011, 230с

Авторы: доктор педагогических наук В.И.Лях, кандидат педагогических наук А.А. Зданевич.

Данная рабочая программа по физической культуре составлена на основании следующих документов:

- Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» (от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ) (с учетом изменений, внесенных Федеральным законом от 03.02.2014 г. №11-ФЗ, №15-ФЗ);

- Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования;

- Образовательной программы среднего общего образования в соответствии с ФГОС СОО Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Алексеевская средняя общеобразовательная школа №2 имени Героя Советского Союза Ивана Егоровича Кочнева Алексеевского муниципального района Республики Татарстан», утвержденной приказом №230-ОД от 12.08.2021 года.

- Учебного плана Муниципального бюджетного общеобразовательного учреждения «Алексеевская средняя общеобразовательная школа №2 имени Героя Советского Союза Ивана Егоровича Кочнева Алексеевского муниципального района Республики Татарстан» на 2021 – 2022 учебный год (утвержденного решением педагогического совета (Протокол № 2, от 28 августа 2021 года).

- Примерной программы основного общего образования по физической культуре;

- Стандарта основного общего образования по Физической культуре

Учебник:

Физическая культура 5 – 9 классы, Учебник для общеобразовательных учреждений под редакцией В. И. Ляха

Рекомендовано Министерством образования и науки Российской Федерации, 6-е издание, Москва «Просвещение» 2011, 230с

Авторы: доктор педагогических наук В.И.Лях, кандидат педагогических наук А.А. Зданевич.

Количество часов в неделю: в 9 классе – 3 часа.

Планируемые результаты усвоения учебного предмета «Физическая культура»

Личностные результаты:

- активное включение в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания;
- проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; • оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов.

Метапредметные результаты:

- характеристика явления (действия и поступков), их объективная оценка на основе освоенных знаний и имеющегося опыта;
- обнаружение ошибок при выполнении учебных заданий, отбор способов их исправления;
- общение и взаимодействие со сверстниками на принципах взаимоуважения и взаимопомощи, дружбы и толерантности;
- обеспечение защиты и сохранности природы во время активного отдыха и занятий физической культурой;
- организация самостоятельной деятельности с учётом требований её безопасности, сохранности инвентаря и оборудования, организации места занятий;
- планирование собственной деятельности, распределение нагрузки и организация отдыха в процессе её выполнения;
- анализ и объективная оценка результатов собственного труда, поиск возможностей и способов их улучшения;
- видение красоты движений, выделение и обоснование эстетических признаков в движениях и передвижениях человека;
- оценка красоты телосложения и осанки, сравнение их с эталонными образцами;
- управление эмоциями при общении со сверстниками и взрослыми, хладнокровие, сдержанность, рассудительность;
- технически правильное выполнение двигательных действий из базовых видов спорта, использование их в игровой и соревновательной деятельности.

Предметные результаты:

- планирование занятий физическими упражнениями в режиме дня, организация отдыха и досуга с использованием средств физической культуры;
- изложение фактов истории развития физической культуры, характеристика её роли и значения в жизнедеятельности человека, связь с трудовой и военной деятельностью;
- представление физической культуры как средства укрепления здоровья, физического развития и физической подготовки человека;
- измерение (познавание) индивидуальных показателей физического развития (длины и массы тела), развитие основных физических качеств;
- оказание посильной помощи и моральной поддержки сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибок и способов их устранения;
- организация и проведение со сверстниками подвижных игр и элементов соревнований, осуществление их объективного судейства;
- бережное обращение с инвентарём и оборудованием, соблюдение требований техники безопасности к местам проведения;
- организация и проведение занятий физической культурой с разной целевой направленностью, подбор для них физических упражнений и выполнение их с заданной дозировкой нагрузки;
- характеристика физической нагрузки по показателю частоты пульса, регулирование её напряженности во время занятий по развитию физических качеств;
- взаимодействие со сверстниками по правилам проведения подвижных игр и соревнований;
- объяснение в доступной форме правил (техники) выполнения двигательных действий, анализ и поиск ошибок, исправление их;
- подача строевых команд, подсчёт при выполнении общеразвивающих упражнений;
- нахождение отличительных особенностей в выполнении двигательного действия разными учениками, выделение отличительных признаков и элементов;
- выполнение акробатических и гимнастических комбинаций на высоком техничном уровне, характеристика признаков техничного исполнения;
- выполнение технических действий из базовых видов спорта, применение их в игровой и соревновательной деятельности;

- выполнение жизненно важных двигательных навыков и умений различными способами, в различных условиях.

Выпускник научится:

- рассматривать физическую культуру как явление культуры, выделять исторические этапы ее развития, характеризовать основные направления и формы ее организации в современном обществе;
- характеризовать содержательные основы здорового образа жизни, раскрывать его взаимосвязь со здоровьем, гармоничным физическим развитием и физической подготовленностью, формированием качеств личности и профилактикой вредных привычек;
- раскрывать базовые понятия и термины физической культуры, применять их в процессе совместных занятий физическими упражнениями со своими сверстниками, излагать с их помощью особенности техники двигательных действий и физических упражнений, развития физических качеств;
- разрабатывать содержание самостоятельных занятий с физическими упражнениями, определять их направленность и формулировать задачи, рационально планировать режим дня и учебной недели;
- руководствоваться правилами профилактики травматизма и подготовки мест занятий, правильного выбора обуви и формы одежды в зависимости от времени года и погодных условий;
- руководствоваться правилами оказания первой помощи при травмах и ушибах во время самостоятельных занятий физическими упражнениями; использовать занятия физической культурой, спортивные игры и спортивные соревнования для организации индивидуального отдыха и досуга, укрепления собственного здоровья, повышения уровня физических кондиций;
- составлять комплексы физических упражнений оздоровительной, тренирующей и корригирующей направленности, подбирать индивидуальную нагрузку с учетом функциональных особенностей и возможностей собственного организма;
- классифицировать физические упражнения по их функциональной направленности, планировать их последовательность и дозировку в процессе самостоятельных занятий по укреплению здоровья и развитию физических качеств;
- самостоятельно проводить занятия по обучению двигательным действиям, анализировать особенности их выполнения, выявлять ошибки и своевременно устранять их;
- тестировать показатели физического развития и основных физических качеств, сравнивать их с возрастными стандартами, контролировать особенности их динамики в процессе самостоятельных занятий физической подготовкой;

- выполнять комплексы упражнений по профилактике утомления и перенапряжения организма, повышению его работоспособности в процессе трудовой и учебной деятельности;
- выполнять общеразвивающие упражнения, целенаправленно воздействующие на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и координации движений);
- выполнять акробатические комбинации из числа хорошо освоенных упражнений;
- выполнять гимнастические комбинации на спортивных снарядах из числа хорошо освоенных упражнений;
- выполнять легкоатлетические упражнения в беге и в прыжках (в длину и высоту);
- выполнять спуски и торможения на лыжах с пологого склона;
- выполнять основные технические действия и приемы игры в футбол, волейбол, баскетбол в условиях учебной и игровой деятельности;
- выполнять передвижения на лыжах различными способами, демонстрировать технику последовательного чередования их в процессе прохождения тренировочных дистанций;
- выполнять тестовые упражнения для оценки уровня индивидуального развития основных физических качеств.

Выпускник получит возможность научиться:

- *характеризовать цель возрождения Олимпийских игр и роль Пьера де Кубертена в становлении современного олимпийского движения, объяснять смысл символики и ритуалов Олимпийских игр;*
- *характеризовать исторические вехи развития отечественного спортивного движения, великих спортсменов, принесших славу российскому спорту;*
- *определять признаки положительного влияния занятий физической подготовкой на укрепление здоровья, устанавливать связь между развитием физических качеств и основных систем организма;*
- *вести дневник по физкультурной деятельности, включать в него оформление планов проведения самостоятельных занятий с физическими упражнениями разной функциональной направленности, данные контроля динамики индивидуального физического развития и физической подготовленности;*
- *проводить занятия физической культурой с использованием оздоровительной ходьбы и бега, лыжных прогулок и туристических походов, обеспечивать их оздоровительную направленность;*
- *проводить восстановительные мероприятия с использованием банных процедур и сеансов оздоровительного массажа;*

- выполнять комплексы упражнений лечебной физической культуры с учетом имеющихся индивидуальных отклонений в показателях здоровья;
- преодолевать естественные и искусственные препятствия с помощью разнообразных способов лазания, прыжков и бега;
- осуществлять судейство по одному из осваиваемых видов спорта;
- выполнять тестовые нормативы Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»;

Содержание учебного предмета «Физическая культура»

История и современное развитие физической культуры

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

- Современное представление о физической культуре (основные понятия)

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

- Физическая культура человека

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

- Способы двигательной (физкультурной) деятельности

- Организация и проведение самостоятельных занятий физической культурой

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

- Оценка эффективности занятий физической культурой

- Самонаблюдение и самоконтроль. Оценка эффективности занятий. Оценка техники осваиваемых упражнений, способы выявления и устранения

технических ошибок. Измерение резервов организма (с помощью простейших функциональных проб).

- Физическое совершенствование

- Физкультурно-оздоровительная деятельность

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

- Спортивно-оздоровительная деятельность

- Гимнастика с основами акробатики: организующие команды и приемы. Акробатические упражнения и комбинации. Гимнастические упражнения и комбинации на спортивных снарядах (опорные прыжки, упражнения на гимнастическом бревне (девочки), упражнения на перекладине (мальчики), упражнения и комбинации на гимнастических брусьях, упражнения на параллельных брусьях (мальчики), упражнения на разновысоких брусьях (девочки). Ритмическая гимнастика с элементами хореографии (девочки). Легкая атлетика: беговые упражнения. Прыжковые упражнения. Упражнения в метании малого мяча. Спортивные игры: технико-тактические действия и приемы игры в футбол, *мини-футбол*, волейбол, баскетбол. Правила спортивных игр. Игры по правилам. *Национальные виды спорта: технико-тактические действия и правила. Плавание. Вхождение в воду и передвижения по дну бассейна. Подводящие упражнения в лежании на воде, всплывании и скольжении. Плавание на груди и спине вольным стилем. Лыжные гонки:*¹ передвижение на лыжах разными способами. Подъемы, спуски, повороты, торможения.

- Прикладно-ориентированная физкультурная деятельность

- *Прикладная физическая подготовка: ходьба, бег и прыжки, выполняемые разными способами в разных условиях; лазание, перелезание, ползание; метание малого мяча по движущейся мишени; преодоление препятствий разной сложности; передвижение в висах и упорах. Полосы препятствий, включающие разнообразные прикладные упражнения.*

- Роль физической культуры и спорта в формировании здорового образа жизни, профилактике вредных привычек.

- *Олимпийские игры древности и современности.*

- Физические качества.

- Правила поведения и техники безопасности при выполнении физических упражнений.

- *Нормы этического общения и коллективного взаимодействия в игровой и соревновательной деятельности.* Правила соревнований из базовых видов спорта.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ С ОПРЕДЕЛЕНИЕМ ОСНОВНЫХ ВИДОВ УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

№	Тема урока	Виды учебной деятельности учащихся	Дата проведения урока	
			Планируемые сроки	Фактически е сроки
1	Основы физической культуры и здорового образа жизни. Правила поведения и техники безопасности при выполнении физических упражнений. Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Легкая атлетика</i> Спортивная ходьба	Инструктаж по ТБ Практическая работа Изучение техники спортивной ходьбы	9 а 1.09 9 б 2.09	
2	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Легкая атлетика</i> Кроссовый бег (развитие выносливости).	Практическая работа Изучение техники кроссового бега	9 а .09 9 б 4.09	
3	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Легкая атлетика</i> Бег на короткие дистанции (старт и стартовый разгон, тест 30м).	Практическая работа Низкий старт до 30 м. Бег на короткие дистанции, тест 30м. Финиширование.	9 а 4.09 9 б 6.09	
4	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Легкая атлетика</i> Эстафетный бег (передача палочки, челночный бег 3×10м).	Практическая работа Эстафетный бег. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростных качеств. Основы обучения двигательным действиям	9 а 8.09 9 б 9.10	
5	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Легкая атлетика</i> Бег на средние дистанции (бег по дистанции, отрезки до 300 метров).	Практическая работа Низкий старт до 30 м. Бег на средние дистанции. Финиширование. Основы обучения двигательным действиям	9 а 10.09 9 б 11.09	
6	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Легкая атлетика</i> Барьерный бег (преодоление барьера). <i>Подготовка к выполнению видов испытаний (тестов) и нормативов, предусмотренных Всероссийским физкультурно-спортивным комплексом «Готов к труду и обороне» (ГТО).</i> Тест 60м.	Практическая работа Изучение технике барьерного бега.	9 а 11.09 9 б 13.09	
7	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Легкая атлетика</i> Прыжок в длину с разбега (подбор разбега).	Тестирование.	9 а 15.09 9 б 16.09	
8	Спортивно-оздоровительная деятельность.	Практическая работа	9 а 17.09	

	<p><i>Легкая атлетика</i> Прыжок в длину с разбега способом «прогнувшись».</p> <p><i>Подготовка к выполнению видов испытаний (тестов) и нормативов, предусмотренных Всероссийским физкультурно-спортивным комплексом «Готов к труду и обороне» (ГТО).</i></p> <p>Тест: прыжок в длину с места.</p>	<p>Прыжок в длину с разбега способом «прогнувшись».</p> <p>Специальные беговые упражнения. Развитие скоростно-силовых качеств.</p> <p>Тестирование</p>	<p>9б 18.09</p>	
9	<p>Спортивно-оздоровительная деятельность.</p> <p><i>Легкая атлетика</i> Метание малого мяча (по движущейся мишени).</p>	<p>Практическая работа</p> <p>Метание мяча на дальность с разбега.</p>	<p>9 а18.09</p> <p>9б 20.09</p>	
10	<p>Основы физической культуры и здорового образа жизни.</p> <p>Контроль за техникой выполнения упражнений Спортивно-оздоровительная деятельность.</p> <p><i>Легкая атлетика</i> Кроссовый бег (до 20 минут) <i>Подготовка к выполнению видов испытаний (тестов) и нормативов, предусмотренных Всероссийским физкультурно-спортивным комплексом «Готов к труду и обороне» (ГТО).</i></p> <p>Тест: метание малого мяча на дальность.</p>	<p>Зачёт.</p>	<p>9а 22.09</p> <p>9б 23.09</p>	
11	<p>Спортивно-оздоровительная деятельность.</p> <p><i>Легкая атлетика</i> Бег на длинные дистанции (тактика бега на длинные дистанции).</p>	<p>Практическая работа</p> <p>Изучение тактики бега на длинные дистанции</p>	<p>9а 24.09</p> <p>9б 25.09</p>	
12	<p>Спортивно-оздоровительная деятельность.</p> <p><i>Легкая атлетика</i> кроссовый бег.</p> <p><i>Подготовка к выполнению видов испытаний (тестов) и нормативов, предусмотренных Всероссийским физкультурно-спортивным комплексом «Готов к труду и обороне» (ГТО).</i></p> <p>Тест: бег 2000 м.</p>	<p>Практическая работа</p> <p>Совершенствование техники кроссового бега</p> <p>Тестирование</p>	<p>9а 25.09</p> <p>9б 27.09</p>	
13	<p>Спортивно-оздоровительная деятельность.</p> <p><i>Футбол</i> Технические приемы (удары по катящемуся мячу).</p>	<p>Практическая работа</p> <p>Бег по кругу. Бег 100 м.</p> <p>Взаимодействие игроков в парах, тройках. Фланговая игра. Комбинационная игра. Массированная атака.</p> <p>Правила игры в мини-футбол. Учебная игра</p>	<p>9 а 29.09</p> <p>9б 30.09</p>	
14	<p>Спортивно-оздоровительная деятельность.</p> <p><i>Футбол</i> Технические приемы (удары по летящему мячу).</p>	<p>Практическая работа</p> <p>Бег по кругу. Бег 100м.</p> <p>Взаимодействие игроков в защите. Зонный прессинг. Контратаки. Личная опека.</p> <p>Правила игры в мини-футбол. Учебная игра</p>	<p>9а 1 .10</p> <p>9б 2.10</p>	
15	<p>Спортивно-оздоровительная деятельность.</p> <p><i>Футбол</i> Технические приемы и тактические действия (совершенствование техники</p>	<p>Практическая работа</p> <p>Бег по кругу. Бег 60 м.</p> <p>Способы ударов по мячу</p>	<p>9а 2.10</p> <p>9б 4.10</p>	

	ведения).	ногой и головой. Удары по стоящему мячу, по катящемуся мячу. Правила игры в мини-футбол. Учебная игра		
16	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Футбол</i> Технические приемы (совершенствование техники удара по воротам).	Практическая работа Бег по кругу. Бег 100 м. Взаимодействие игроков в парах, тройках. Фланговая игра. Комбинационная игра. Массированная атака. Правила игры в мини-футбол. Учебная игра	9 а 6.10 9 б 7.10	
17	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Футбол</i> Технические приемы и тактические действия (совершенствование техники перемещений).	Практическая работа Бег по кругу. Бег 60 м. Ведение мяча по прямой, по кругу, зигзагом; ведение с остановкой.	9 а 8.10 9 б 9.10	
18	Основы физической культуры и здорового образа жизни. Оздоровительные системы физического воспитания и спортивная подготовка. Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Футбол</i> Технические приемы и тактические действия (тактика игры, игра по правилам).	Слушание учителя Практическая работа Бег по кругу. Бег 60 м. Передачи мяча в парах, тройках. Короткие передачи, дальние передачи, навесы. Правила игры в мини-футбол. Учебная игра	9 а 9.10 9 б 11.10	
19	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Баскетбол</i> Технические приемы (ведение мяча на месте и в движении (по прямой, «змейкой», с обеганием лежащих и стоящих предметов).	Практическая работа ОРУ. Ведение мяча на месте, в движении, после ловли мяча и обманного движения. Остановка после ведения. Правила игры в баскетбол. Учебная игра	9 а 13.10 9 б 14.10	
20	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Баскетбол</i> Технические приемы (ведение мяча в движении (по прямой, «змейкой», с обеганием лежащих и стоящих предметов).	Практическая работа ОРУ. Ведение мяча на месте, в движении, после ловли мяча и обманного движения. Остановка после ведения. Правила игры в баскетбол. Учебная игра	9 а 15.10 9 б 16.10	
21	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Баскетбол</i> Технические приемы (броски мяча в корзину стоя на месте, штрафной бросок).	Практическая работа Бросок мяча с места, штрафной бросок.	9 а 16.10 9 б 18.10	
22	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Баскетбол</i> Технические приемы и тактические действия (индивидуальные тактические действия (перехват мяча, вырывание, выбивание).	Практическая работа Взаимодействия в парах, тройках, пятерках. Позиционное нападение, быстрое нападение, быстрый отрыв. Правила игры в баскетбол. Учебная игра	9 а 20.10 9 б 21.10	

23	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Баскетбол</i> Технические приемы и тактические действия (комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом).	Практическая работа Закрепление освоенных элементов	9а 22.10 9б 23.10	
24	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Баскетбол</i> Технические приемы и тактические действия (групповые действия в защите (подстраховка).	Практическая работа Слушание учителя Практическая работа Бег по кругу. Бег 60 м. Передачи мяча в парах, тройках. Короткие передачи, дальние передачи, навесы. Правила игры в мини-футбол. Учебная игра	9а 23.10 9б 25.10	
25	Основы физической культуры и здорового образа жизни. Правила соревнований по баскетболу Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Баскетбол</i> Технические приемы и тактические действия (игра по правилам).	Учебная игра. Игра в нападение через зону. Развитие координационных способностей	9а 27.10 9б.28.10	
26	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Акробатические упражнения и комбинации.</i> (кувырок вперед, назад).	Практическая работа Из упора присев стойка на руках и голове. ОРУ в движении. Кувырки вперед и назад слитно Развитие координационных способностей. Страховка и само страховка.	9а 29.10 9б 30.10	
27	Основы физической культуры и здорового образа жизни. Правила поведения и техники безопасности при выполнении физических упражнений. Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Акробатические упражнения и комбинации.</i> <u>Девочки:</u> кувырок вперед (назад) в группировке, вперед ноги с крестно, с последующим поворотом на 180°. <u>Мальчики:</u> кувырок вперед ноги с крестно, с последующим поворотом на 180°	Практическая работа Кувырок вперед ноги с крестно с последующим поворотом 180°. ОРУ с предметами. Эстафеты.	9а 30.10	
28	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Акробатические упражнения и комбинации.</i> <u>Девочки:</u> стойка на лопатках, перекаат вперед в упор присев. <u>Мальчики:</u> кувырок назад в упор присев; кувырок вперед с последующим прыжком вверх и мягким приземлением.	Практическая работа Стойка на лопатках, перекаат вперед в упор присев (девочки), кувырок назад в упор присев (мальчики), приземление	10.11	
29	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Акробатические упражнения и комбинации.</i> <u>Девочки:</u> стойка на лопатках, перекаат вперед в упор присев. <u>Мальчики:</u> кувырок через плечо из стойки на лопатках в полу шпагат; кувырок вперед в стойку на лопатках, перекаат	Практическая работа Кувырок через плечо из стойки на лопатках в полу шпагат (мальчики), стойка на лопатках (девочки). ОРУ с	15.11	

	вперед в упор присев.	предметами. Эстафеты.		
30	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Опорный прыжок. Девочки:</i> прыжок через гимнастического козла ноги в стороны. <i>Мальчики:</i> прыжок через гимнастического козла, согнув ноги.	Практическая работа Прыжок через козла ноги в стороны (девочки), совершенствование наскока на гим. мостик (мальчики).	16.11	
31	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Опорный прыжок. Девочки:</i> прыжок через гимнастического козла ноги в стороны. <i>Мальчики:</i> прыжок боком с поворотом на 90°. <i>Подготовка к выполнению видов испытаний (тестов) и нормативов, предусмотренных Всероссийским физкультурно-спортивным комплексом «Готов к труду и обороне» (ГТО).</i> Тест: наклон.	Практическая работа Прыжок через козла ноги в стороны (мальчики), прыжок боком с поворотом на 90°. Зачёт.	17.11	
32	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Опорный прыжок. Девочки:</i> прыжок через гимнастического козла ноги в стороны; <i>мальчики:</i> прыжок через гимнастического козла, согнув ноги.	Практическая работа Прыжок через козла ноги в стороны (девочки), прыжок через гимнастического козла, согнув ноги (мальчики).	22.11	
33	Физкультурно-оздоровительная деятельность. Упражнения и комплексы из современных оздоровительных систем физического воспитания. Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Опорный прыжок. Девочки:</i> прыжок через гимнастического козла ноги в стороны; <i>мальчики:</i> прыжок боком с поворотом на 90°.	Практическая работа ОРУ, Прыжок через козла ноги в стороны (мальчики), прыжок боком с поворотом на 90°.	23.11	
34	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Гимнастические упражнения и комбинации на спортивных снарядах. Гимнастическое бревно: девочки:</i> ходьба с различной амплитудой движений, ускорениями, поворотами в правую и левую стороны. <i>Лазание по канату: мальчики:</i> способом в три приема.	Практическая работа Упор на бревне. Страховка. ОРУ. Ходьба по бревну с различной амплитудой движений, ускорениями, поворотами. Угол. Соскок. Лазание по канату в три приема.	24.11	
35	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Гимнастические упражнения и комбинации на спортивных снарядах. Гимнастическое бревно: девочки:</i> передвижение приставными шагами; передвижение танцевальными шагами с махами ног и поворотами на носках; подскоки и полу присед. <i>Лазание по канату: мальчики:</i> способом в два приема.	Практическая работа Упор на бревне. Страховка. ОРУ. Ходьба по бревну танцевальными шагами с махам ног и поворотом на носках, прыжком. Угол. Соскок. Лазание по канату в два приема.	29.11	
36	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Гимнастические упражнения и комбинации</i>	Практическая работа.	30.11	

	<p>на спортивных снарядах. Гимнастическое бревно: <u>девочки</u>: стилизованные прыжки на месте и с продвижениями вперед; равновесие на одной ноге; упор присев и полу шпагат; соскоки. <u>Перекладина (низкая)</u>: <u>мальчики</u>: из виса стоя прыжком в упор, перемах левой (правой) вперед, назад, опускание в вис лежа на согнутых руках.</p>	<p>Ходьба по бревну, прыжки на месте и с продвижением. Соскок. Упражнения на перекладине из виса прыжком в упор.</p>		
37	<p>Физкультурно-оздоровительная деятельность. Элементы релаксации и аутотренинга. Спортивно-оздоровительная деятельность. Гимнастические упражнения и комбинации на спортивных снарядах. <u>Перекладина (низкая)</u>: <u>мальчики</u>: из стойки спиной к перекладине вис стоя сзади согнувшись, толчком ног вис согнувшись; вис завес коленом, опускание в упор присев через стойку на руках. Гимнастическое бревно: <u>девочки</u>: передвижение приставными шагами; передвижение танцевальными шагами с махами ног и поворотами на носках; подскоки и полу присед.</p>	<p>Практическая работа Ходьба по бревну, равновесие на одной ноге, упор и полу шпагат. Соскок. Упражнения на перекладине, вис завес коленом, опускание в упор присев через стойку на руках (мальчики), упражнения на бревне, передвижение приставными шагами с махами ног и поворотами на носках, подскоки и полу присед (девочки)</p>	1.12	
38	<p>Спортивно-оздоровительная деятельность. Гимнастические упражнения и комбинации на спортивных снарядах. Гимнастические брусья (параллельные): <u>мальчики</u>: наскок в упор, хождение на руках и размахивания в упоре, соскок углом махом вперед с опорой на жердь; гимнастические брусья (разной высоты): <u>девочки</u> наскок в упор на нижнюю жердь, махом назад соскок с поворотом на 90° с опорой о жердь, махом одной и толчком другой подъем переворотом в упор на нижнюю жердь.</p>	<p>Практическая работа Упражнения на параллельных брусьях. Мальчики: наскок в упор, хождение на руках и размахивания в упоре. Разновысокие брусья. Девочки: наскок в упор на нижнюю жердь, махом назад соскок с поворотом на 90° с опорой о жердь.</p>	6.12	
39	<p>Спортивно-оздоровительная деятельность. Гимнастические упражнения и комбинации на спортивных снарядах. Гимнастические брусья (параллельные): <u>мальчики</u>: наскок в упор, передвижение в упоре прыжками, соскок махом назад с опорой о жердь; гимнастические брусья (разной высоты): <u>девочки</u> из виса присев на нижней жерди толчком двумя ногами подъем в упор на верхнюю жердь</p>	<p>Практическая работа Упражнения на параллельных брусьях. Мальчики: наскок в упор, Разновысокие брусья. Девочки: из виса присев на нижней жерди толчком двумя ногами подъем в упор на верхнюю жердь.</p>	7.12	
40	<p>Спортивно-оздоровительная деятельность. Гимнастические упражнения и комбинации на спортивных снарядах. Гимнастические брусья (параллельные): <u>мальчики</u>: прыжок подъем в упор, махом вперед сед ноги врозь, кувырок вперед в сед ноги врозь, перемах вовнутрь, соскок махом вперед; гимнастические брусья (разной высоты): <u>девочки</u> из виса стоя на нижней жерди лицом</p>	<p>Практическая работа Упражнения на параллельных и разновысоких брусьях</p>	8.12	

	к верхней махом одной и толчком другой вис прогнувшись на нижней жерди с опорой ног о верхнюю жердь, махом одной и толчком другой переворот в упор на нижнюю жердь.			
41	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Гимнастические упражнения и комбинации на спортивных снарядах. Гимнастические брусья (параллельные): мальчики:</i> прыжок подъем в упор, махом вперед сед ноги врозь, кувырок вперед в сед ноги врозь, пере мах вовнутрь, соскок махом вперед; <i>гимнастические брусья (разной высоты): девочки:</i> из виса стоя на нижней жерди лицом к верхней махом одной и толчком другой вис прогнувшись на нижней жерди с опорой ног о верхнюю жердь, махом одной и толчком другой переворот в упор на нижнюю жердь, махом назад соскок с поворотом на 90° с опорой на жердь.	Практическая работа Упражнения на параллельных и разновысоких брусьях	13.12	
42	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Гимнастические упражнения и комбинации на спортивных снарядах. Гимнастическая перекладина (высокая): мальчики:</i> из размахивания подъем разгибом, в упоре перемах левой (правой) ногой вперед, назад медленное опускание в вис, махом вперед соскок прогнувшись; <i>гимнастические брусья (разной высоты): девочки</i> из виса стоя на нижней жерди лицом к верхней махом одной и толчком другой вис прогнувшись на нижней жерди с опорой ног о верхнюю жердь, махом одной и толчком другой переворот в упор на нижнюю жердь, махом назад соскок с поворотом на 90° с опорой на жердь.	Практическая работа. Упражнения на параллельных брусьях. Мальчики: прыжком подъем в упор, махом вперед сед ноги врозь, соскок махом вперед. Разновысокие брусья. Девочки: из виса стоя на нижней жерди, махом одной и толчком другой переворот в упор на нижнюю жердь, махом назад соскок с поворотом на 90° с опорой о жердь.	14.12	
43	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Акробатические упражнения и комбинации</i> <u>Девочки:</u> стойка на лопатках, перекат вперед в упор присев. <u>Мальчики:</u> стойка на голове и руках силой из упора присев.	Практическая работа Совершенствование комбинаций из разученных элементов	15.12	
44	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Упражнения культурно-этнической направленности: сюжетно-образные и обрядовые игры.</i> (татарские народные игры) <i>Подготовка к выполнению видов испытаний (тестов) и нормативов, предусмотренных Всероссийским физкультурно-спортивным комплексом «Готов к труду и обороне» (ГТО).</i> Тест подтягивание.	Тестирование.	20.12	
45	Физкультурно-оздоровительная деятельность. Комплексы упражнений для профилактики нарушений опорно-двигательного аппарата. Спортивно-оздоровительная деятельность.	Практическая работа Изучение техники национальных видов спорта (борьба, стойки и	21.12	

	<i>Элементы техники национальных видов спорта. Борьба: стойки и передвижения в ней.</i>	передвижения в ней).		
46	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Элементы техники национальных видов спорта. Борьба: захваты и освобождение от них.</i>	Практическая работа Изучение техники национальных видов спорта (борьба, захваты и освобождение от них).	22.12	
47	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Элементы техники национальных видов спорта. Борьба: упражнения по овладению приемами страховки.</i>	Практическая работа Изучение техники национальных видов спорта (борьба, упражнения по овладению приемами страховки).	10.01	
48	Основы физической культуры и здорового образа жизни. Правила поведения и техники безопасности при выполнении физических упражнений. Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Лыжная подготовка. Основные способы передвижения на лыжах (п/п двушажный ход, совершенствование скользящего шага).</i>	Практическая работа Техника попеременно-двушажного хода, совершенствование скользящего шага. Пройти дистанцию 1.5 км	11.01	
49	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Лыжная подготовка. (п/п двушажный ход, постановка палок).</i>	Практическая работа Техника попеременно-двушажного хода, постановка палок. Пройти дистанцию 1.5 км	12.01	
50	Физкультурно-оздоровительная деятельность. Комплексы упражнений для развития функциональных возможностей сердечно-сосудистой и дыхательной систем. Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Лыжная подготовка. Основные способы передвижения на лыжах (одновременный бесшажный ход, постановка палок).</i>	Практическая работа Учить технику одновременного бесшажного хода, постановка палок. Пройти со средней скоростью 2км.	17.01	
51	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Лыжная подготовка. Основные способы передвижения на лыжах (совершенствование одновременного бесшажного хода).</i>	Практическая работа Совершенствование одновременного безшажного хода	18.01	
52	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Лыжная подготовка. Основные способы передвижения на лыжах (переход с попеременных ходов на одновременные).</i>	Практическая работа Изучить переход с попеременных ходов на одновременные	19.01	
53	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Лыжная подготовка. Основные способы передвижения на лыжах (передвижения с чередованием ходов).</i>	Практическая работа Изучить передвижения с чередованием ходов.	24.01	
54	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Лыжная подготовка. Техника выполнения спусков и подъемов (закрепление техники</i>	Практическая работа Закрепление техники подъёма елочкой и спуска в	25.01	

	спусков в основной стойке и подъемов елочкой).	основной стойке		
55	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Лыжная подготовка.</i> Техника выполнения спусков и подъемов (совершенствование техники подъемов и спусков).	Практическая работа Изучение техники спусков, подъемов и торможений	26.01	
56	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Лыжная подготовка.</i> Техника выполнения спусков и подъемов (преодоление небольшого трамплина на отлогом склоне).	Практическая работа Изучение техники преодоления небольшого трамплина на отлогом склоне	31.01	
57	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Лыжная подготовка.</i> Техника выполнения поворотов (повороты на месте: махом через лыжу вперед и через лыжу назад, переступанием)	Практическая работа Изучение техники выполнения поворотов	1.02	
58	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Лыжная подготовка.</i> Основные способы передвижения на лыжах (передвижение с чередованием ходов (до 5 км).	Практическая работа Изучение передвижения на лыжах с чередованием ходов до 5 км.	2.02	
59	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Лыжная подготовка.</i> Основные способы передвижения на лыжах (одновременный двухшажный ход (постановка палок).	Практическая работа Изучить технику одновременного двухшажного хода, постановка палок.	7.02	
60	Физкультурно-оздоровительная деятельность. Простейшие приемы самомассажа. Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Лыжная подготовка.</i> Основные способы передвижения на лыжах (совершенствование одновременного двухшажного хода).	Практическая работа Совершенствовать технику одновременного двухшажного хода. Пройти со средней скоростью 2км.	8.02	
61	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Лыжная подготовка.</i> Техника выполнения спусков и подъемов (спуски в низкой и основной стойке по прямой и наискось).	Практическая работа Техника спусков, подъемов. Практическая тренировка. Прохождение дистанции 1.5 км	9.02	
62	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Лыжная подготовка.</i> Техника выполнения поворотов (в движении переступанием).зачет.	Практическая работа Техника поворотов. Практическая тренировка. Прохождение дистанции 1.5 км	14.02	
63	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Лыжная подготовка.</i> Основные способы передвижения на лыжах (передвижения с чередованием ходов (до 5 км).	Практическая работа Изучение передвижения с чередованием ходов до 5 км.	15.02	
64	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Лыжная подготовка.</i> Техника выполнения торможений (торможение плугом и упором, развитие скоростных качеств (эстафеты).	Практическая работа Техника спусков, подъемов и торможений. Практическая тренировка. Эстафеты	16.02	
65	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Лыжная подготовка.</i> Техника выполнения поворотов и торможений (совершенствование	Практическая работа Совершенствование поворотов, спусков,	21.02	

	техники поворотов, торможений и преодоление препятствий).	подъемов и торможений. Практическая тренировка		
66	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Лыжная подготовка</i> Основные способы передвижения на лыжах. <i>Подготовка к выполнению видов испытаний (тестов) и нормативов, предусмотренных Всероссийским физкультурно-спортивным комплексом «Готов к труду и обороне» (ГТО).</i> Тест бег на лыжах 3 км.	Тестирование.	22.02	
67	Основы физической культуры и здорового образа жизни. Правила поведения и техники безопасности при выполнении физических упражнений. Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Основные способы плавания.</i> Кроль на груди (закрепление техники работы рук). теория.	Практическая работа Инструктаж по ТБ Практическая работа Изучить способ плавания – Кроль на груди (закрепление техники работы рук)	23.02	
68	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Основные способы плавания.</i> Кроль на груди (старты и повороты). теория.	Практическая работа Изучить способ плавания – Кроль на груди (старты и повороты)	1.03	
69	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Основные способы плавания.</i> Кроль на груди (проплавание тренировочной дистанции (до 300 метров вольным стилем).теория.	Практическая работа Изучить способ плавания – Кроль на груди (проплавание тренировочной дистанции до 300 м. вольным стилем)	2.03	
70	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Основные способы плавания.</i> Кроль на спине (закрепление техники). теория.	Практическая работа Практическая работа Закрепление техники плавания кролем на спине	7.03	
71	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Основные способы плавания.</i> Кроль на груди и спине (ныряние в длину). <i>Подготовка к выполнению видов испытаний (тестов) и нормативов, предусмотренных Всероссийским физкультурно-спортивным комплексом «Готов к труду и обороне» (ГТО).</i> Тест плавание на 50 м. теория.	Тестирование	8.03	
72	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Волейбол.</i> Технические приемы и тактические действия (без мяча).	Практическая работа ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развития скоростно-силовых качеств. Правила соревнований	9.03	
73	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Волейбол.</i> Технические приемы и тактические действия (прием стоя на месте и в движении).	Практическая работа Прием мяча снизу двумя руками через сетку.	14.03	
74	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Волейбол.</i> Технические приемы и тактические	Практическая работа Стойка и перемещение	15.03	

	действия (передача мяча у сетки и в прыжке через сетку).	игрока. Передача мяча сверху двумя руками в парах через сетку. Эстафеты. Игра по упрощенным правилам.		
75	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Волейбол.</i> Технические приемы (прямой нападающий удар).	Практическая работа Слушание учителя Практическая работа Прямой нападающий удар после подбрасывания партнером. Тактика свободного падения. Игра по упрощенным правилам	16.03	
76	Основы физической культуры и здорового образа жизни. Правила поведения и техники безопасности при выполнении физических упражнений. Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Волейбол.</i> Технические приемы и тактические действия (индивидуальные тактические действия (блокирование)).	Практическая работа Стойка и перемещение игрока. Передача мяча сверху двумя руками в парах через сетку. Блокирование.	21.03	
77	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Волейбол.</i> Технические приемы и тактические действия (подача мяча в заданную часть площадки).	Практическая работа Нижняя прямая подача. Учебная игра. Развитие координационных способностей	22.03	
78	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Волейбол.</i> Технические приемы и тактические действия (прием мяча отраженного сеткой).	Практическая работа Стойка и перемещение игрока. Передача мяча сверху двумя руками в парах через сетку. Нижняя прямая подача мяча. Прием мяча отраженного сеткой.	4.04	
79	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Волейбол.</i> Технические приемы и тактические действия (групповые тактические действия: игра в нападении в зоне 3).	Практическая работа Эстафеты	5.04	
80	Основы физической культуры и здорового образа жизни. Правила соревнований по волейболу. Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Волейбол.</i> Технические приемы и тактические действия (игра по правилам).	Практическая работа Тактика свободного падения. Игра по упрощенным правилам	6.04	
81	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Баскетбол.</i> Технические приемы (бросок мяча в прыжке одной рукой).	Практическая работа Бросок мяча в прыжке, штрафной бросок.	11.04	
82	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Баскетбол.</i> Технические приемы и тактические действия (групповые тактические действия: нападение быстрым прорывом (1:0)).	Практическая работа Взаимодействия в парах, тройках, пятерках. Позиционное нападение, быстрое нападение, быстрый	12.04	

		отрыв. Правила игры в баскетбол. Учебная игра		
83	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Баскетбол.</i> Технические приемы и тактические действия (групповые тактические действия: нападение быстрым прорывом).	Практическая работа Взаимодействия в парах, тройках, пятерках. Позиционное нападение, быстрое нападение, быстрый отрыв.	13.04	
84	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Баскетбол.</i> Технические приемы и тактические действия (групповые тактические действия: «отдай и выйди»).	Практическая работа Эстафеты	18.04	
85	Основы физической культуры и здорового образа жизни. Контроль за техникой выполнения упражнений. Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Баскетбол</i> Технические приемы и тактические действия (групповые тактические действия: взаимодействие через заслон (3 игрока)).	Практическая работа Взаимодействия в парах, тройках, пятерках. Позиционное нападение, быстрое нападение, быстрый отрыв.	19.04	
86	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Баскетбол</i> Технические приемы и тактические действия (групповые тактические действия: взаимодействие трех игроков, малая восьмерка) в специально созданных условиях).	Практическая работа Взаимодействия в парах, тройках, пятерках. Позиционное нападение, быстрое нападение, быстрый отрыв.	20.04	
87	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Баскетбол</i> Технические приемы и тактические действия (групповые тактические действия: взаимодействие трех игроков (малая восьмерка) в усложненных условиях).	Практическая работа Взаимодействия в парах, тройках, пятерках. Позиционное нападение, быстрое нападение, быстрый отрыв.	25.04	
88	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Баскетбол</i> Технические приемы и тактические действия (групповые тактические действия: взаимодействие трех игроков (малая восьмерка) в усложненных условиях).	Практическая работа Взаимодействия в парах, тройках, пятерках. Позиционное нападение, быстрое нападение, быстрый отрыв.	26.04	
89	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Баскетбол</i> Технические приемы и тактические действия (групповые тактические действия: позиционное нападение и личная защита (3:3) на одну корзину).	Практическая работа Взаимодействия в парах, тройках, пятерках. Позиционное нападение, быстрое нападение, быстрый отрыв.	27.04	
90	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Баскетбол</i> Технические приемы и тактические действия (игра по правилам, стрит бол).	Практическая работа Передвижение игрока. Повороты с мячом. Остановка прыжком. Передачи мяча на месте. Правила игры в стрит бол.	2.05	

		Учебная игра		
91	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Баскетбол</i> Технические приемы и тактические действия (игра по правилам баскетбола).	Практическая работа Учебная игра. Развитие координационных способностей	3.05	
92	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Легкая атлетика</i> Прыжок в высоту с разбега (подбор разбега).	Практическая работа Прыжок в высоту с разбега	4.05	
93	Основы физической культуры и здорового образа жизни. Основные этапы развития физической культуры в России. Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Легкая атлетика</i> Прыжок в высоту с разбега способом «перешагивание».	Слушание учителя Прыжок в высоту с разбега способом «перешагивание»	9.05	
94	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Легкая атлетика</i> Бег на короткие дистанции (старт и стартовый разбег).	Практическая работа ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развития скоростно-силовых качеств.	10.05	
95	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Легкая атлетика</i> Эстафетный бег (встречная эстафета, передача палочки).	Практическая работа Эстафета	11.05	
96	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Легкая атлетика</i> Бег на средние дистанции (бег по дистанции, челночный бег 3×10м).	Практическая работа Бег на средние дистанции. Челночный бег 3x10. Развитие скоростных качеств. Правила соревнований	16.05	
97	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Легкая атлетика</i> Бег на короткие дистанции. Подготовка к выполнению видов испытаний (тестов) и нормативов, предусмотренных <i>Всероссийским физкультурно-спортивным комплексом «Готов к труду и обороне» (ГТО)</i> . Тест 60м.	Тестирование	17.05	
98	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Легкая атлетика</i> Барьерный бег (преодоление первого барьера).	Практическая работа Специальные беговые упражнения. Развитие скоростных качеств.	18.05	
99	Физкультурно-оздоровительная деятельность. Основы туристской подготовки. Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Легкая атлетика</i> Метание малого мяча на дальность. <i>Подготовка к выполнению видов испытаний (тестов) и нормативов, предусмотренных Всероссийским физкультурно-спортивным комплексом «Готов к труду и обороне» (ГТО)</i> . Тест метание малого мяча.	Практическая работа Совершенствование метания малого мяча на дальность Зачет	23.05	

100	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Легкая атлетика</i> кроссовый бег 20 минут. <i>Подготовка к выполнению видов испытаний (тестов) и нормативов, предусмотренных Всероссийским физкультурно-спортивным комплексом «Готов к труду и обороне» (ГТО).</i> Тест прыжок в длину с места.	Практическая работа Совершенствование кроссового бега (преодоление препятствий) Зачёт.	24.05	
101	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Легкая атлетика</i> бег на дальние дистанции. <i>Подготовка к выполнению видов испытаний (тестов) и нормативов, предусмотренных Всероссийским физкультурно-спортивным комплексом «Готов к труду и обороне» (ГТО).</i> Тест бег на 2000м. итоговый контрольный зачет.	Зачёт.	25.05	
102	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Легкая атлетика</i> бег на дальние дистанции. <i>Подготовка к выполнению видов испытаний (тестов) и нормативов, предусмотренных Всероссийским физкультурно-спортивным комплексом «Готов к труду и обороне» (ГТО).</i> Тест бег на 2000м.	Практическая работа Специальные беговые упражнения. Развитие скоростных качеств. Тестирование	30.05	
103	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Легкая атлетика</i> бег на дальние дистанции. <i>Подготовка к выполнению видов испытаний (тестов) и нормативов, предусмотренных Всероссийским физкультурно-спортивным комплексом «Готов к труду и обороне» (ГТО).</i>	Практическая работа Специальные беговые упражнения. Развитие скоростных качеств.	31.05	
104	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Легкая атлетика</i> бег на дальние дистанции. <i>Подготовка к выполнению видов испытаний (тестов) и нормативов, предусмотренных Всероссийским физкультурно-спортивным комплексом «Готов к труду и обороне» (ГТО).</i>	Практическая работа Совершенствование бега на дальние дистанции	31.05	
105	Спортивно-оздоровительная деятельность. <i>Легкая атлетика</i> бег на дальние дистанции (с преодолением препятствий)	Практическая работа Совершенствование бега на дальние дистанции (преодоление препятствий)	31.05	

ВОСПИТАТЕЛЬНЫЙ РАЗДЕЛ ТЕМАТИЧЕСКОГО ПЛАНИРОВАНИЯ

№	Тема	Ключевые воспитательные задачи	Формы работы
1	Спортивные игры	<p>применение на уроке интерактивных форм работы учащихся: интеллектуальных игр, стимулирующих познавательную мотивацию школьников; дидактического театра, где полученные на уроке знания обыгрываются в театральных постановках; дискуссий, которые дают учащимся возможность приобрести опыт ведения конструктивного диалога; групповой работы или работы в парах, которые учат школьников командной работе и взаимодействию с другими детьми;</p> <p>-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;</p>	Беседа о спортивных играх «Правила игры»
2	«Акробатика»	<p>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;</p> <p>- побуждение школьников соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (учителями) и сверстниками (школьниками), принципы учебной дисциплины и самоорганизации;</p> <p>- 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;</p> <p>- 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;</p>	Викторина «Акробатика-олимпийский вид спорта или нет»
3	Легкая атлетика, лыжные гонки.	<p>- 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;</p> <p>- 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;</p>	Беседа «Путь успеха в эстафетах»

ЛИСТ КОРРЕКТИРОВКИ

к рабочей программе по физической культуре в 9-а, 9-б классах на 2021-2022 учебный год
учителя физической культуры *Вангаева Сергея Геннадьевича*

№ урока	Тема урока	Дата проведения по плану	Дата проведения по факту	Количество часов по плану	Количество часов по факту	Причина корректировки	Способ корректировки