Белореченский район

муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение средняя общеобразовательная школа № 27 имени Г. С. Сидоренко хутора Кубанского

УТВЕРЖДЕНО решением педагогического совета от 31.08.2023 года протокол № 1 Председатель Е.А.Волгина

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по Физической культуре

Уровень образования (класс): основное общее образование; 5-9 классы.

Количество часов: 510.

Учитель или группа учителей, разработчиков программы: Астахов Сергей Алексеевич, учитель физической культуры МБОУ СОШ 27; Чиненова Елена Николаевна, учитель физической культуры МБОУ СОШ 27.

Программа разработана в соответствии с ФГОС основного общего образования с учетом Примерной основной образовательной программы основного общего одобренной образования, решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию, протокол № 1/15 от 08.04.2015 г.); основной образовательной программой основного общего образования МБОУ СОШ 27; Примерной программой одобренной воспитания, федерального учебно-методического объединения по общему образованию, протокол № 2/20 от 02.06.2020 г.

с учетом УМК: М.Я.Виленский «Физическая культура» 5-6-7 классы, М., «Просвещение», 2019 год, И.В.Лях «Физическая культура» 8-9 классы. М., «Просвещение», 2019 год.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа разработана в соответствии с ФГОС основного общего образования

- с учетом Примерной основной образовательной программы основного общего образования, одобренной решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию, протокол № 1/15 от 08.04.2015 г.); основной образовательной программой основного общего образования МБОУ СОШ 27; Примерной программой воспитания, одобренной решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию, протокол № 2/20 от 02.06.2020 г.
- с учетом УМК: М.Я.Виленский «Физическая культура» 5-6-7 классы, М., «Просвещение», 2019 год, И.В.Лях «Физическая культура» 8-9 классы. М., «Просвещение», 2019 год.

Цель школьного образования по физической культуре — формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха. В основной школе данная цель конкретизируется: учебный процесс направлен на формирование *устойчивых мотивов и потребностей* школьников в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни.

Образовательный процесс учебного предмета «Физическая культура» в основной школе направлен на решение следующих задач:

- содействие гармоничному физическому развитию, закрепление навыков правильной осанки, развитие устойчивости организма к неблагоприятным условиям внешней среды, воспитание ценностных ориентаций на здоровый образ жизни и привычки соблюдения личной гигиены;
 - обучение основам базовых видов двигательных действий;
- дальнейшее развитие координационных (ориентирование в пространстве, перестроение двигательных действий, быстрота и точность реагирования на сигналы, согласование движений, ритм, равновесие, точность воспроизведения и дифференцирования основных параметров движений) и кондиционных способностей (скоростно-силовых, скоростных, выносливости, силы и гибкости);
- формирование основ знаний о личной гигиене, о влиянии занятий физическими упражнениями на основные системы организма, развитие волевых и нравственных качеств;
- выработку представлений о физической культуре личности и приёмах самоконтроля;
- углубление представления об основных видах спорта, соревнованиях, снарядах и инвентаре, соблюдение правил техники безопасности во время занятий, оказание первой помощи при травмах;

- воспитание привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, избранными видами спорта в свободное время;
- выработку организаторских навыков проведения занятий в качестве командира отделения, капитана команды, судьи;
 - формирование адекватной оценки собственных физических возможностей;
- воспитание инициативности, самостоятельности, взаимопомощи, дисциплинированности, чувства ответственности;
- содействие развитию психических процессов и обучение основам психической саморегуляции.

Ориентируясь на решение задач образования школьников в области физической культуры, настоящая программа в своем предметном содержании направлена на:

- реализацию *принципа вариативности*, который лежит в основе планирования учебного материала в соответствии с половозрастными особенностями учащихся, материально-технической оснащенностью учебного процесса (спортивный зал, спортивные пришкольные площадки, стадион, бассейн), региональными климатическими условиями и видом учебного учреждения (городские, малокомплектные и сельские школы);
- реализацию *принципа достаточности и сообразности*, определяющего распределение учебного материала в конструкции основных компонентов двигательной (физкультурной) деятельности, особенностей формирования познавательной и предметной активности учащихся;
- соблюдение дидактических правил *от известного к неизвестному* и *от простого к сложному*, которые лежат в основе планирования учебного содержания в логике поэтапного его освоения, перевода учебных знаний в практические навыки и умения, в том числе и в самостоятельной деятельности;
- расширение *межпредметных связей*, ориентирующих учителя во время планирования учебного материала на то, чтобы учитывать задачу формирования целостного мировоззрения учащихся, всестороннее раскрытие взаимосвязи и взаимообусловленности изучаемых явлений и процессов;
- усиление оздоровительного эффекта, достигаемого в ходе активного использования школьниками освоенных знаний, способов и физических упражнений в физкультурно-оздоровительных мероприятиях, режиме дня, самостоятельных занятиях физическими упражнениями.

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОГО КУРСА

Предметом обучения физической культуре в основной школе является двигательная активность человека с общеразвивающей направленностью. В процессе овладения этой деятельностью укрепляется здоровье, совершенствуются физические качества, осваиваются определенные двигательные действия, активно развиваются мышление, творчество и самостоятельность.

Важнейшим требованием проведения современного урока по физической культуре является обеспечение дифференцированного и индивидуального подхода к учащимся с учётом состояния здоровья, пола, физического развития, двигательной подготовленности, особенностей развития психических свойств и качеств, соблюдения гигиенических норм.

Понятийная база и содержание курса основаны на положениях нормативно - правовых актов Российской Федерации, в том числе:

- требований к результатам освоения образовательной программы основного общего образования, представленной в Федеральном государственном стандарте основного общего образования;
- Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина;
 - Закон «Об образовании»;
 - Федерального закона «О физической культуре и спорте»;
- Стратегии национальной безопасности Российской Федерации до 2020 года;
 - примерной программы основного общего образования;
 - приказа Минобрнауки от 30 августа 2010 года № 889.

МЕСТО УЧЕБНОГО КУРСА В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

Курс физическая культура изучается с 5 по 9 класс из расчёта 3 часа в неделю: в 5 классе — 102 часа, в 6 классе — 102 часа, в 7 классе — 102 часа, в 8 классе — 102 часа, в 9 классе — 102 часа. Третий час на преподавание учебного предмета «Физическая культура» был введён приказом Минобрнауки от 30 августа 2010 года № 889. В приказе было указано: «Третий час учебного предмета «Физическая культура» использовать на увеличение двигательной активности и развитие физических качеств обучающихся, внедрение современных систем физического воспитания».

Рабочая программа рассчитана на 510 часов на пять лет обучения (по 3 часа в неделю).

ЛИЧНОСТНЫЕ, МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ И ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО КУРСА

В соответствии с требованиями к результатам освоения основной образовательной программы основного общего образования Федерального государственного образовательного стандарта данная рабочая программа для 5-9 классов направлена на достижение учащимися личностных, метапредметных и предметных результатов по физической культуре.

Личностные результаты

Личностные результаты освоения программы начального общего образования достигаются в ходе обучения физической культуре в единстве

учебной и воспитательной деятельности организации в соответствии с традиционными российскими социокультурными и духовно-нравственными ценностями, принятыми в обществе правилами и нормами поведения и способствуют процессам самопознания, саморазвития и социализации обучающихся.

Личностные результаты освоения предмета «Физическая культура» в начальной школе должны отражать готовность обучающихся руководствоваться ценностями и приобретение первоначального опыта деятельности на их основе.

Патриотическое воспитание:

— ценностное отношение к отечественному спортивному, культурному, историческому и научному наследию, понимание значения физической культуры в жизни современного общества, способность владеть достоверной информацией о спортивных достижениях сборных команд по видам спорта на международной спортивной арене, основных мировых и отечественных тенденциях развития физической культуры для блага человека, заинтересованность в научных знаниях о человеке.

Гражданское воспитание:

— представление о социальных нормах и правилах межличностных отношений в коллективе, готовность к разнообразной совместной деятельности при выполнении учебных, познавательных задач, освоение и выполнение физических упражнений, создание учебных проектов, стремление к взаимопониманию и взаимопомощи в процессе этой учебной деятельности; готовность оценивать своё поведение и поступки своих товарищей с позиции нравственных и правовых норм с учётом осознания последствий оступков; оказание посильной помощи и моральной поддержки сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибок и способов их устранения.

Ценности научного познания:

- знание истории развития представлений о физическом развитии и воспитании человека в европейской и российской культурно-педагогической традиции;
- познавательные мотивы, направленные на получение новых знаний по физической культуре, необходимых для формирования здоровья и здоровых привычек, физического развития и физического совершенствования;
 - познавательная и информационная культура, в том

числе навыки самостоятельной работы с учебными текстами, справочной литературой, доступными техническими средствами информационных технологий;

— интерес к обучению и познанию, любознательность, готовность и способность к самообразованию, исследовательской деятельности, к сознанному выбору направленности и уровня обучения в дальнейшем.

Формирование культуры здоровья:

— осознание ценности своего здоровья для себя, общества, государства; ответственное отношение к регулярным занятиям физической культурой, в том числе освоению гимнастических упражнений и плавания как важных

жизнеобеспечивающих умений; установка на здоровый образ жизни, необходимость соблюдения правил безопасности при занятиях физической культурой и спортом.

Экологическое воспитание:

- экологически целесообразное отношение к природе, внимательное отношение к человеку, его потребностям в жизнеобеспечивающих двигательных действиях; ответственное отношение к собственному физическому и психическому здоровью, осознание ценности соблюдения правил безопасного поведения в ситуациях, угрожающих здоровью и жизни людей;
- экологическое мышление, умение руководствоваться им в познавательной, коммуникативной и социальной практике.

Метапредметные результаты

- умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
- умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками;
 - умение работать индивидуально и в группе;
- умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации, для выражения своих чувств, мыслей и потребностей, планирования и регуляции своей деятельности;

Метапредметные результаты проявляются в различных областях культуры.

В области познавательной культуры:

- овладение сведениями о роли и значении физической культуры в формировании целостной личности человека, в развитии его сознания и мышления, физических, психических и нравственных качеств;
- понимание здоровья как одного из важнейших условий развития и самореализации человека;
- понимание физической культуры как средства организации и активного ведения здорового образа жизни;

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;
- проявление уважительного отношения к окружающим, товарищам по команде и соперникам, проявление культуры взаимодействия, терпимости и толерантности в достижении общих целей при совместной деятельности;
- ответственное отношение к порученному делу, проявление 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;
- приобретение умений планировать, контролировать и оценивать учебную деятельность, организовывать места занятий и обеспечивать их безопасность;
- закрепления умения поддерживания оптимального уровня работоспособности в процессе учебной деятельности посредством активного использования занятий физическими упражнениями.

В области эстетической культуры:

- знание факторов, потенциально опасных для здоровья и их опасных последствий;
 - понимание культуры движений человека;
- восприятие спортивного соревнования как культурно-массового зрелищного мероприятия.

В области коммуникативной культуры:

- владение культурой речи, ведение диалога в доброжелательной и открытой форме;
- владение умением вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности;
 - владение умением логически грамотно излагать.

В области физической культуры:

- владение способами организации и проведения разнообразных форм занятий физическими упражнениями, их планирования и наполнения содержанием;
- владение умениями выполнения двигательных действий и физических упражнений базовых видов спорта и оздоровительной физической культуры;

- владение способами наблюдения за показателями индивидуального здоровья, физического развития и физической подготовленности.

Предметные результаты

5 класс

К концу обучения в 5 классе обучающийся научится:

- выполнять требования безопасности на уроках физической культуры, на самостоятельных занятиях физическими упражнениями в условиях активного отдыха и досуга;
- проводить измерение индивидуальной осанки и сравнивать её показатели со стандартами, составлять комплексы упражнений по коррекции и профилактике её нарушения, планировать их выполнение в режиме дня;
- составлять дневник физической культуры и вести в нём наблюдение за показателями физического развития и физической подготовленности, планировать содержание и регулярность проведения самостоятельных занятий;
 - осуществлять профилактику утомления во время учебной

деятельности, выполнять комплексы упражнений физкультминуток, дыхательной и зрительной гимнастики;

- выполнять комплексы упражнений оздоровительной физической культуры на развитие гибкости, координации и формирование телосложения;
- выполнять опорный прыжок с разбега способом «ноги врозь» (мальчики) и способом «напрыгивания с последующим спрыгиванием» (девочки);
- выполнять упражнения в висах и упорах на низкой гимнастической перекладине (мальчики); в передвижениях по гимнастическому бревну ходьбой и приставным шагом с поворотами, подпрыгиванием на двух ногах на месте и с продвижением (девочки);
- передвигаться по гимнастической стенке приставным шагом, лазать разноимённым способом вверх и по диагонали;
- выполнять бег с равномерной скоростью с высокого старта по учебной дистанции;
- демонстрировать технику прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги»;
 - демонстрировать технические действия в спортивных играх:

баскетбол (ведение мяча с равномерной скоростью в разных направлениях; приём и передача мяча двумя руками от груди с места и в движении);

волейбол (приём и передача мяча двумя руками снизу и сверху с места и в движении, прямая нижняя подача);

футбол (ведение мяча с равномерной скоростью в разных направлениях, приём и передача мяча, удар по неподвижному мячу с небольшого разбега);

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

6 класс

К концу обучения в 6 классе обучающийся научится:

- характеризовать Олимпийские игры современности как международное культурное явление, роль Пьера де Кубертена в их историческом возрождении; обсуждать историю возникновения девиза, символики и ритуалов Игр;
- измерять индивидуальные показатели физических качеств, определять их соответствие возрастным нормам и подбирать упражнения для их направленного развития;
- контролировать режимы физической нагрузки по частоте пульса и степени утомления организма по внешним признакам во время самостоятельных занятий физической подготовкой;
- готовить места для самостоятельных занятий физической культурой и спортом в соответствии с правилами техники безопасности и гигиеническими требованиями;
- отбирать упражнения оздоровительной физической культуры и составлять из них комплексы физкультминуток и физкультпауз для оптимизации работоспособности и снятия мышечного утомления в режиме учебной деятельности;
- составлять и выполнять акробатические комбинации из разученных упражнений, наблюдать и анализировать выполнение другими учащимися, выявлять ошибки и предлагать способы устранения;
- выполнять лазание по канату в три приёма (мальчики), составлять и выполнять комбинацию на низком бревне из стилизованных общеразвивающих и сложнокоординированных упражнений (девочки);
- выполнять беговые упражнения с максимальным ускорением, использовать их в самостоятельных занятиях для развития быстроты и равномерный бег для развития общей выносливости;
- выполнять прыжок в высоту с разбега способом «перешагивание», наблюдать и анализировать его выполнение другими учащимися, сравнивая с заданным образцом, выявлять ошибки и предлагать способы устранения;
- выполнять правила и демонстрировать технические действия в спортивных играх:

баскетбол (технические действия без мяча; броски мяча двумя руками снизу и от груди с места; использование разученных технических действий в условиях игровой деятельности);

волейбол (приём и передача мяча двумя руками снизу и сверху в разные зоны площадки соперника; использование разученных технических действий в условиях игровой деятельности);

футбол (ведение мяча с разной скоростью передвижения, с ускорением в разных направлениях; удар по катящемуся мячу с разбега; использование разученных технических действий в условиях игровой деятельности);

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

7 класс

К концу обучения в 7 классе обучающийся научится:

- проводить анализ причин зарождения современного Олимпийского движения, давать характеристику основным этапам его развития в СССР и современной России;
- объяснять положительное влияние занятий физической культурой и спортом на воспитание личностных качеств современных школьников, приводить примеры из собственной жизни;
- объяснять понятие «техника физических упражнений», руководствоваться правилами технической подготовки при самостоятельном обучении новым физическим упражнениям, проводить процедуры оценивания техники их выполнения;
- составлять планы самостоятельных занятий физической и технической подготовкой, распределять их в недельном и месячном циклах учебного года.
- выполнять лазание по канату в два приёма (юноши) и простейшие акробатические пирамиды в парах и тройках (девушки);
- составлять и самостоятельно разучивать комплекс упражнения в ходьбе, прыжках, с поворотами, разведением рук и ног (девушки);
 - выполнять стойку на голове с опорой на руки (юноши);
- выполнять беговые упражнения с преодолением препятствий способом «наступания» и «прыжковым бегом», применять их в беге по пересечённой местности;
- выполнять метание малого мяча на точность в неподвижную, качающуюся и катящуюся с разной скоростью мишень;
 - демонстрировать и использовать технические действия спортивных игр: *баскетбол* (передача и ловля мяча после отскока от пола;

броски мяча двумя руками снизу и от груди в движении; использование разученных технических действий в условиях игровой деятельности);

волейбол (передача мяча за голову на своей площадке и через сетку; использование разученных технических действий в условиях игровой деятельности);

футбол (средние и длинные передачи футбольного мяча; тактические действия при выполнении углового удара и вбрасывании мяча из-за боковой линии; использование разученных технических действий в условиях игровой деятельности);

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

8 класс

К концу обучения в 8 классе обучающийся научится:

- проводить анализ основных направлений развития физической культуры в Российской Федерации, характеризовать содержание основных форм их организации;
- анализировать понятие «всестороннее и гармоничное физическое развитие», раскрывать критерии и приводить примеры, устанавливать связь с наследственными факторами и занятиями физической культурой и спортом;

- проводить занятия оздоровительной гимнастикой по коррекции индивидуальной формы осанки и избыточной массы тела;
- составлять планы занятия спортивной тренировкой, определять их целевое содержание в соответствии с индивидуальными показателями развития основных физических качеств;
- выполнять гимнастическую комбинацию на гимнастическом бревне из ранее освоенных упражнений с добавлением элементов акробатики и ритмической гимнастики (девушки);
- выполнять комбинацию на параллельных брусьях с включением упражнений в упоре на руках, и соскока; наблюдать их выполнение другими учащимися и сравнивать с заданным образцом, анализировать ошибки и причины их появления, находить способы устранения (юноши);
- выполнять прыжок в длину с разбега способом «прогнувшись», наблюдать и анализировать технические особенности в выполнении другими учащимися, выявлять ошибки и предлагать способы устранения;
- выполнять тестовые задания комплекса ГТО в беговых и технических легкоатлетических дисциплинах в соответствии с установленными требованиями к их технике;
- демонстрировать и использовать технические действия спортивных игр:

баскетбол (передача мяча одной рукой снизу и от плеча; бросок в корзину двумя и одной рукой в прыжке; тактические действия в защите и нападении; использование разученных технических и тактических действий в условиях игровой деятельности);

волейбол (прямой нападающий удар и индивидуальное блокирование мяча в прыжке с места; тактические действия в защите и нападении; использование разученных технических и тактических действий в условиях игровой деятельности);

футбол (удары по неподвижному, катящемуся и летящему мячу с разбега внутренней и внешней частью подъёма стопы;

тактические действия игроков в нападении и защите; использование разученных технических и тактических действий в условиях игровой деятельности);

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

9 класс

К концу обучения в 9 классе обучающийся научится:

— отстаивать принципы здорового образа жизни, раскрывать эффективность его форм в профилактике вредных привычек;

обосновывать пагубное влияние вредных привычек на здоровье человека, его социальную и производственную деятельность;

— понимать пользу туристских подходов как формы организации здорового образа жизни, выполнять правила подготовки к пешим походам, требования безопасности при передвижении и организации бивуака;

— объяснять понятие «профессионально-прикладная физическая культура», её целевое предназначение, связь с характером и особенностями профессиональной деятельности; понимать необходимость занятий профессионально-прикладной физической подготовкой учащихся общеобразовательной школы;

использовать их для планирования индивидуальных занятий спортивной и профессионально-прикладной физической подготовкой;

- определять характер травм и ушибов, встречающихся на самостоятельных занятиях физическими упражнениями и во время активного отдыха, применять способы оказания первой помощи;
- составлять и выполнять комплексы упражнений из разученных акробатических упражнений с повышенными требованиями к технике выполнения (юноши);
- составлять и выполнять гимнастическую комбинацию на высокой перекладине из разученных упражнений, с включением элементов размахивания и соскока вперёд прогнувшись (юноши);
- совершенствовать технику беговых и прыжковых упражнений в процессе самостоятельных занятий технической подготовкой к выполнению нормативных требований комплекса ГТО;
- совершенствовать технические действия в спортивных играх баскетбол, волейбол, футбол, взаимодействовать с игроками своих команд в условиях игровой деятельности, при организации тактических действий в нападении и защите;
- тренироваться в упражнениях общефизической и специальной физической подготовки с учётом индивидуальных и возрастно-половых особенностей.

СОДЕРЖАНИЕ КУРСА

Знания о физической культуре

История физической культуры. Олимпийские игры древности. Возрождение Олимпийских игр и олимпийского движения.

История зарождения олимпийского движения в России. Олимпийское движение в России (СССР). Выдающиеся достижения отечественных спортсменов на Олимпийских играх.

Характеристика видов спорта, входящих в программу Олимпийских игр.

Физическая культура в современном обществе.

Организация и проведение пеших туристских походов. Требования к технике безопасности и бережному отношению к природе (экологические требования).

Физическая культура (основные понятия). Физическое развитие человека.

Физическая подготовка и её связь с укреплением здоровья, развитием физических качеств.

Организация и планирование самостоятельных занятий по развитию физических качеств.

Техническая подготовка. Техника движений и её основные показатели.

Всестороннее и гармоничное физическое развитие.

Адаптивная физическая культура.

Спортивная подготовка.

Здоровье и здоровый образ жизни. Допинг. Концепция честного спорта.

Профессионально-прикладная физическая подготовка.

Физическая культура человека. Режим дня и его основное содержание.

Закаливание организма. Правила безопасности и гигиенические требования.

Влияние занятий физической культурой на формирование положительных качеств личности.

Проведение самостоятельных занятий по коррекции осанки и телосложения.

Восстановительный массаж.

Проведение банных процедур.

Первая помощь во время занятий физической культурой и спортом.

Способы двигательной (физкультурной) деятельности

Организация и проведение самостоятельных занятий физической культурой.

Подготовка к занятиям физической культурой.

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

Планирование занятий физической подготовкой.

Проведение самостоятельных занятий прикладной физической подготовкой.

Организация досуга средствами физической культуры.

Оценка эффективности занятий физической культурой. Самонаблюдение и самоконтроль.

Оценка эффективности занятий физкультурно-оздоровительной деятельностью.

Оценка техники движений, способы выявления и устранения ошибок в технике выполнения упражнений (технических ошибок).

Измерение резервов организма и состояния здоровья с помощью функциональных проб.

Физическое совершенствование

Физкультурно-оздоровительная деятельность. Оздоровительные формы занятий в режиме учебного дня и учебной недели.

Индивидуальные комплексы адаптивной (лечебной) и корригирующей физической культуры.

Спортивно-оздоровительная деятельность с общеразвивающей

направленностью.

Гимнастика с основами акробатики. Организующие команды и приёмы.

Акробатические упражнения и комбинации.

Ритмическая гимнастика (девочки).

Опорные прыжки.

Упражнения и комбинации на гимнастическом бревне (девочки).

Упражнения и комбинации на гимнастической перекладине (мальчики). Подготовка к сдаче нормативов ГТО.

Упражнения и комбинации на гимнастических брусьях: упражнения на параллельных брусьях (мальчики); упражнения на разновысоких брусьях (девочки).

Лёгкая атлетика. Беговые упражнения.

Прыжковые упражнения.

Метание малого мяча. Подготовка к сдаче нормативов ГТО.

Кроссовая подготовка. Бег в равномерном темпе: мальчики от 10 до 20 мин, девочки от 10 до 15 мин. Бег на 1000 м и 2000 м. Подготовка к сдаче нормативов Γ TO.

Спортивные игры. Баскетбол. Игра по правилам.

Волейбол. Игра по правилам.

Футбол. Игра по правилам.

Прикладно-ориентированная подготовка. Прикладно-ориентированные упражнения.

Упражнения общеразвивающей направленности. Общефизическая подготовка.

Гимнастика с основами акробатики. Развитие гибкости, координации движений, силы, выносливости.

Лёгкая атлетика. Развитие выносливости, силы, быстроты, координации движений.

Баскетбол. Развитие быстроты, силы, выносливости, координации движений.

Футбол. Развитие быстроты, силы, выносливости.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ С ОПРЕДЕЛЕНИЕМ ОСНОВНЫХ ВИДОВ УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Содержание курса	Тематическое планирование	Характеристика видов деятельности	Основные виды воспитательной деятельности
		учащихся	
	5 – 7 классы		
	Основы знаний		
История	Страницы истории	Раскрывают историю	Патриотическое
физической	Зарождение Олимпийских	возникновения и	воспитание,
культуры.	игр древности. Исторические	формирования	гражданское
	сведения о развитии древних	физической культуры.	воспитание,
Олимпийские игры	Олимпийских игр (виды	Характеризуют	ценности научного

древности.	состязаний, правила их	Олимпийские игры	познания.
Возрождение	проведения, известные	древности как явление	
Олимпийских игр и	участники и победители).	культуры, раскрывают	
олимпийского	Роль Пьера де Кубертена в	содержание и правила	
движения.	становлении и развитии	соревнований.	
	Олимпийских игр	Определяют цель	
История	современности.	возрождения	
зарождения	Цель и задачи современного	Олимпийских игр,	
олимпийского	олимпийского движения.	объясняют смысл	
движения в России	Физические упражнения и	символики и ритуалов,	
(CCCP).	игры в Киевской Руси,	роль Пьера де Кубертена	
	Московском государстве, на	в становлении	
Выдающиеся	Урале и в Сибири. Первые	олимпийского движения.	
достижения	спортивные клубы в	Сравнивают физические	
отечественных	дореволюционной России.	упражнения, которые	
спортсменов на	Наши соотечественники -	были популярны у	
Олимпийских	олимпийские чемпионы.	русского народа в	
играх.	Физкультура и спорт в	древности и в Средние	
_	Российской Федерации на	века, с современными	
Характеристика	современном этапе	упражнениями.	
видов спорта,		Объясняют, чем	
входящих в		знаменателен советский	
программу		период развития	
Олимпийских игр.		олимпийского движения	
		в России.	
Физическая		Анализируют положения	
культура в		Федерального закона «О	
современном		физической культуре и	
обществе		спорте»	
Физическая	Познай себя	Регулярно контролируя	Ценности научного
культура человека	Росто-весовые показатели.	длину своего тела,	познания,
		определяют темпы своего	формирование
Индивидуальные	Правильная и неправильная	роста.	культуры здоровья.
комплексы	осанка. Упражнения для		
адаптивной	сохранения и поддержания	Регулярно измеряют	
(лечебной) и	правильной осанки с	массу своего тела с	
корригирующей	предметом на голове.	помощью напольных	
физической	Упражнения для укрепления	весов.	
культуры.	мышц стопы.	Укрепляют мышцы	
	Зрение. Гимнастика для глаз.	спины и плечевой пояс с	
	Психологические	помощью специальных	
Проведение	особенности возрастного	упражнений.	
самостоятельных	развития.	Соблюдают	
занятий по	Физическое самовоспитание.	элементарные правила,	
коррекции осанки и	Влияние физических	снижающие риск	
телосложения	упражнений на основные	появления болезни глаз	
	системы организма	Раскрывают значение	
		нервной системы в	
		управлении движениями	
		и в регуляции основными	
		системами организма.	
		Составляют личный план	
		физического	
		самовоспитания.	
		Выполняют упражнения	
		для тренировки	
		различных групп мышц.	
		различных групп мышц.	

			T
		Осмысливают, как	
		занятия физическими	
		упражнениями	
		оказывают благотворное	
		влияние на работу и	
		развитие всех систем	
		организма, на его рост и	
_		развитие	
Режим дня и его	Здоровье и здоровый образ	Раскрывают понятие	Ценности научного
основное	жизни.	здорового образа жизни,	познания,
содержание.	Слагаемые здорового образа	выделяют его основные	формирование
D.	жизни. Режим дня. Утренняя	компоненты и	культуры здоровья,
Всестороннее и	гимнастика. Основные	определяют их	экологическое
гармоничное	правила для проведения	взаимосвязь со здоровьем	воспитание.
физическое	самостоятельных занятий.	человека.	
развитие	Адаптивная физическая	Выполняют комплексы	
	культура.	упражнений утренней	
	Подбор спортивного	гимнастики.	
	инвентаря для занятий	Оборудуют с помощью	
	физическими упражнениями	родителей место для	
	в домашних условиях.	самостоятельных занятий	
	Личная гигиена. Банные	физкультурой в	
	процедуры. Рациональное	домашних условиях и приобретают спортивный	
	питание. Режим труда и		
	отдыха.	инвентарь.	
	Вредные привычки. Допинг		
	Бредные привычки. допині	Разучивают и выполняют	
		комплексы упражнений	
		для самостоятельных	
		занятий в домашних	
		условиях.	
		Соблюдают основные	
		гигиенические правила.	
		Выбирают режим	
		правильного питания в	
		зависимости от характера	
		мышечной деятельности.	
		Выполняют основные	
		правила организации	
		распорядка дня.	
		Объясняют роль и	
		значение занятий	
		физической культурой в	
		профилактике вредных	
		привычек	
Оценка	Самоконтроль	Выполняют тесты на	Ценности научного
эффективности	Субъективные и	приседания и пробу с	познания,
занятий	объективные показатели	задержкой дыхания.	формирование
физической	самочувствия.	Измеряют пульс до, во	культуры здоровья.
культурой.		время и после занятий	
	Измерение резервов	физическими	
Самонаблюдение и	организма и состояния	упражнениями.	
самоконтроль	здоровья с помощью	Заполняют дневник	
	функциональных проб	самоконтроля	
Первая помощь и	Первая помощь при травмах	В парах с	Ценности научного
самопомощь во	Соблюдение правил	одноклассниками	познания,
· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·		•	

	1 ~	T	Ι ,
время занятий	безопасности, страховки и	тренируются в	формирование
физической	разминки.	наложении повязок и	культуры здоровья.
культурой и	Причины возникновения	жгутов, переноске	
спортом	травм и повреждений при	пострадавших	
	занятиях физической		
	культурой и спортом.		
	Характеристика типовых		
	травм, простейшие приёмы и		
	правила оказания		
	самопомощи и первой		
_	помощи при травмах		
Дв	вигательные умения и на	авыки	
	Легкая атлетика		
Беговые	Овладение техникой	Изучают историю лёгкой	Ценности научного
упражнения	спринтерского бега	атлетики и запоминают	познания,
	5 класс	имена выдающихся	гражданское
	История лёгкой атлетики.	отечественных	воспитание,
	Высокий старт от 10 до 15 м.	спортсменов. Описывают	1
	Бег с ускорением от 30 до 40	технику выполнения	формирование
	м. Скоростной бег до 40 м.	беговых упражнений,	культуры здоровья.
	Бег на результат 60 м.	осваивают её	
	6 класс	самостоятельно,	
	Высокий старт от 15 до 30 м.	выявляют и устраняют	
	Бег с ускорением от 30 до 50	характерные ошибки в	
	м. Скоростной бег до 50 м.	процессе освоения.	
	Бег на результат 60 м.	Демонстрируют	
	7 класс	вариативное выполнение	
	Высокий старт от 30 до 40 м.	беговых упражнений.	
	Бег с ускорением от 40 до 60	Применяют беговые	
	м. Скоростной бег до 60 м.	упражнения для развития	
	Бег на результат 60 м	соответствующих	
		физических качеств,	
		выбирают	
		индивидуальный режим	
		физической нагрузки,	
		контролируют её по	
		частоте сердечных	
		сокращений.	
		Взаимодействуют со	
		сверстниками в процессе	
		совместного освоения	
		беговых упражнений, со-	
		блюдают правила	
		безопасности	
		0	
	Овладение техникой	Описывают технику	
	длительного бега	выполнения беговых	
	5 класс	упражнений,	
	Бег в равномерном темпе	осваивают её	
	от 10 до 12 мин.	самостоятельно,	
	Бег на 1000м.	выявляют и устраняют	
	6 класс	характерные ошибки в	
	Бег в равномерном темпе	процессе освоения.	
	Del b pabliomephom femile	процессе освоения.	l .

	1		T
	до 15 мин. Бег на 1200 м	Применяют беговые	
	7 класс	упражнения для	
	Бег в равномерном темпе:	развития	
	мальчики до 20 мин,	соответствующих	
	девочки до 15 мин	физических качеств,	
	Бегна 1500 м	выбирают	
		индивидуальный	
		режим физической	
		нагрузки,	
		контролируют её по	
		частоте сердечных	
		сокращений.	
		Взаимодействуют со	
		сверстниками в	
		-	
		процессе совместного освоения беговых	
		упражнений,	
		соблюдают правила	
		безопасности	
Прыжковые	Овладение техникой	Описывают технику	Ценности научного
упражнения	прыжка в длину	выполнения прыжковых	познания,
	5 класс	упражнений, осваивают	формирование
	Прыжки в длину с 7—9	её самостоятельно,	культуры здоровья.
	шагов разбега.	выявляют и устраняют	
	6 класс	характерные ошибки в	
	Прыжки в длину с 7—9	процессе освоения. Применяют прыжковые	
	шагов разбега.	упражнения для развития	
	7 класс	соответствующих	
	Прыжки в длину с 9—11	физических	
	шагов разбега	способностей, выбирают	
		индивидуальный режим	
		физической нагрузки,	
		контролируют её по	
		частоте сердечных	
		сокращений.	
		Взаимодействуют со	
		сверстниками в	
		процессе совместного	
		освоения прыжковых	
		упражнений, соблюдают	
		правила безопасности	
	Овладение техникой	Описывают технику	
	прыжка в высоту	выполнения прыжковых	
	5 класс	упражнений, осваивают	
	Прыжки в высоту с 3—5	её самостоятельно,	
	шагов разбега.	выявляют и устраняют	
	6 класс	характерные ошибки в	
	Прыжки в высоту с 3—5	процессе освоения.	
	шагов разбега.	Применяют прыжковые	
	7_класс	упражнения для развития	
	Процесс совершенствования	соответствующих	
	прыжков в высоту	физических	
		способностей, выбирают	
	1	индивидуальный режим	

		физической нагрузки, контролируют её по частоте сердечных сокращений.	
		Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения	
		прыжковых упражнений, соблюдают правила безопасности	
Метание малого мяча	Овладение техникой метания малого мяча в цель и на дальность 5 класс Метание теннисного мяча с места на дальность отскока от стены, на заданное расстояние, на дальность, в коридор 5—6 м, в горизонтальную и вертикальную цель (1 х 1 м) с расстояния 6—8 м, с 4—5 бросковых шагов на дальность и заданное расстояние. Бросок набивного мяча (2 кг) двумя руками из-за головы, от груди, снизу вперёд-вверх, из положения стоя грудью и боком в направлении броска с места; то же с шага; снизу вверх на заданную и максимальную высоту. Ловля набивного мяча (2 кг) двумя руками после броска партнёра, после броска партнёра, после броска вверх: с хлопками ладонями, после поворота на 90°, после приседания. 6 класс Метание теннисного мяча с места на дальность отскока от стены, на заданное расстояние, на дальность, в коридор 5—6 м, в горизонтальную и вертикальную цель (1х1м) с расстояния 8—10м, с 4—5 бросковых шагов на дальность и заданное расстояние. 7 класс Метание теннисного мяча на дальность и заданное расстояние. 7 класс Метание теннисного мяча на дальность отскока от стены с места, с шага, с двух шагов, с		Ценности научного познания, формирование культуры здоровья.
	трёх шагов; в горизонтальную и		

		I	
Разритио	вертикальную цель (1х1 м) с расстояния 10-12м. Метание мяча весом 150 г с места на дальность и с 4—5 бросковых шагов с разбега в коридор 10 м на дальность и заданное расстояние. Бросок набивного мяча (2 кг) двумя руками из различных и. п., стоя грудью и боком в направлении метания с места, с шага, с двух шагов, с трёх шагов вперёд-вверх; снизу вверх на заданную и максимальную высоту. Ловля набивного мяча (2 кг) двумя руками после броска партнёра, после броска вверх	Применциот регуличи	Паниости научучага
Развитие выносливости	5—7 классы Кросс до 15 мин, бег с препятствиями и на местности, минутный бег, эстафеты, круговая тренировка.	Применяют разученные упражнения для развития выносливости	Ценности научного познания, формирование культуры здоровья.
Развитие скоростносиловых способностей	5—7 классы Всевозможные прыжки и многоскоки, метания в цель и на дальность разных снарядов из разных исходных положений, толчки и броски набивных мячей весом до 3 кг с учётом возрастных и половых особенностей	Применяют разученные упражнения для развития скоростно-силовых способностей	Ценности научного познания, формирование культуры здоровья.
Развитие скоростных спо- собностей	5—7 классы Эстафеты, старты из различных исходных положений, бег с ускорением, с максимальной скоростью	Применяют разученные упражнения для развития скоростных способностей	Ценности научного познания, формирование культуры здоровья.
Знания о физической культуре	5—7 классы Влияние легкоатлетических упражнений на укрепление здоровья и основные системы организма; название разучиваемых упражнений и основы правильной техники их выполнения; правила соревнований в беге, прыжках и метаниях; разминка для вы- пол нения легкоатлетических упражнений; представления о темпе, скорости и объёме легкоатлетических	Раскрывают значение легкоатлетических упражнений для укрепления здоровья и основных систем организма и для развития физических способностей. Соблюдают технику безопасности. Осваивают упражнения для организации самостоятельных тренировок. Раскрывают понятиетехники выполнения	Ценности научного познания, гражданское воспитание, формирование культуры здоровья.

		Г	T
	упражнений, направленных	легкоатлетических	
	на развитие выносливости,	упражнений и правила	
	быстроты, силы,	соревнований	
	координационных		
	способностей. Правила		
	техники безопасности при		
	занятиях лёгкой атлетикой		
Проведение	5—7 классы Упражиония и простайнию	Раскрывают значение	Ценности научного
самостоятельных	Упражнения и простейшие	легкоатлетических	познания,
занятий приклад-	программы развития выносливости, скоростно-	упражнений для	гражданское
ной физической	· •	укрепления здоровья и	воспитание,
подготовкой	силовых, скоростных и	основных систем	формирование
	координационных способностей на основе	организма и для развития	1 1 1
		физических	культуры здоровья.
	освоенных	способностей.	
	легкоатлетических упраж-	Соблюдают технику	
	нений. Правила	безопасности. Осваивают	
	самоконтроля и гигиены	упражнения для	
		организации	
		самостоятельных	
		тренировок. Раскрывают	
		понятие техники	
		выполнения	
		легкоатлетических	
		упражнений и правила	
		соревнований	
Овладение	5—7 классы	Используют разученные	Ценности научного
организаторскими	Измерение результатов;	упражнения в самосто-	познания,
умениями	подача команд;	ятельных занятиях при	
	демонстрация упражнений;	решении задач физичес-	формирование
	помощь в оценке результатов	кой и технической	культуры здоровья.
	и проведении соревнований,	подготовки.	
	в подготовке места	Осуществляют	
	проведения занятий	самоконтроль за	
		физической нагрузкой во	
		время этих занятий.	
		Выполняют контрольные	
		упражнения и конт-	
		рольные тесты по лёгкой	
		атлетике.	
		Составляют совместно с	
		учителем простейшие	
		комбинации упражнений,	
		направленные на раз-	
		витие соответствующих	
		физических способно-	
		стей. Измеряют	
		результаты, помогают их	
		оценивать и проводить	
		соревнования.	
		Оказывают помощь в	
		подготовке мест	
		проведения занятий.	
		Соблюдают правила	
		соревнований	
	Гимнастика		
Краткая	История гимнастики.	Изучают историю	Ценности научного
	1 1		1 ,

характеристика	Основная гимнастика.	гимнастики и	познания,
вида спорта	Спортивная гимнастика.	запоминают имена	формирование
Требования к	Художественная гимнастика.	выдающихся	1 1 1
технике без-	Аэробика. Спортивная	отечественных	культуры здоровья.
опасности	акробатика.	спортсменов. Различают	
	Правила техники	предназначение каждого	
	безопасности и страховки во	из видов гимнастики.	
	время занятий физическими	Овладевают правилами техники безопасности и	
	упражнениями. Техника вы- полнения физических	страховки во время	
	упражнений	занятий физическими	
	упражнении	упражнениями	
Организующие	Освоение строевых	Различают строевые	Грампанское
команды и приёмы	упражнений	команды, чётко	Гражданское
F	5 класс	выполняют строевые	воспитание,
	Перестроение из колонны по	приёмы	Ценности научного
	одному в колонну по четыре		познания,
	дроблением и сведением; из		формирование
	колонны по два и по четыре в		*
	колонну по одному разведе-		культуры здоровья.
	нием и слиянием, по восемь в		
	движении.		
	6 класс		
	Строевой шаг, размыкание и		
	смыкание на месте.		
	7 класс Выполнение команд «Пол-		
	оборота направо!», «Пол-		
	оборота налево!»,		
	«Полшага!», «Полный шаг!»		
Упражнения	Освоение общеразвивающих	Описывают технику	Ценности научного
общеразвивающей	упражнений без предметов	общеразвивающих	
направленности	на месте и в движении	упражнений. Составляют	познания,
(без предметов)	5—7 классы	комбинации из числа	формирование
	Сочетание различных	разученных упражнений	культуры здоровья.
	положений рук, ног,		
	туловища.		
	Сочетание движений руками		
	с ходьбой на месте и в		
	движении, с маховыми		
	движениями ногой, с		
	подскоками, с приседаниями,		
	с поворотами. Общеразвивающие		
	упражнения в парах		
Упражнения	Освоение общеразвивающих	Описывают технику	
общеразвивающей	упражнений с предметами	общеразвивающих	Ценности научного
направленности (с	5—7 классы	упражнений с	познания,
предметами)	Мальчики: тнабивным и	предметами.	формирование
* ' '	большим мячом, гантелями	Составляют комбинации	культуры здоровья.
	(1—3 кг).	из числа разученных	
	Девочки: с обручами,	упражнений	
		J 1	
	булавами, большим мячом,		

комбинации на	coopmuouempopaula puece u	панных упраждений	
комоинации на гимнастических	совершенствование висов и	данных упражнений. Составляют	познания,
брусьях	упоров 5 класс	гимнастические	формирование
орусына	Мальчики: висы согнувшись	комбинации из числа	культуры здоровья.
	и прогнувшись;	разученных упражнений	
	подтягивание в висе; под-	pasy fermion yripaxiremin	
	нимание прямых ног в висе.		
	Девочки: смешанные висы;		
	подтягивание из виса лёжа.		
	6 класс		
	Мальчики: махом одной и		
	толчком другой подъём		
	переворотом в упор; махом		
	назад соскок; сед ноги врозь,		
	из седа на бедре соскок		
	поворотом. Девочки: наскок		
	прыжком в упор на нижнюю		
	жердь; соскок с поворотом;		
	размахивание изгибами; вис		
	лёжа; вис присев.		
	7 класс		
	Мальчики: подъём		
	переворотом в упор толчком		
	двумя; передвижение в висе;		
	махом назад соскок.		
	Девочки: махом одной и		
	толчком другой подъём		
	переворотом в упор на		
	нижнюю жердь		
Опорные прыжки	Освоение опорных прыжков	Описывают технику	Ценности научного
	5 класс	данных упражнений и со-	
	Вскок в упор присев; соскок	ставляют гимнастические	познания,
	прогнувшись (козёл в	комбинации из числа	формирование
	ширину, высота 80-100 см).	разученных упражнений	культуры здоровья.
	6 класс		
	Прыжок ноги врозь (козёл в		
	ширину, высота 100—110		
	см).		
	7 класс		
	Мальчики: прыжок согнув		
	ноги (козёл в ширину, высота		
	100—115 см).		
	Девочки: прыжок ноги врозь		
	(козёл в ширину, высота		
	105—110 см)	0	
Акробатические	Освоение акробатических	Описывают технику	Ценности научного
упражнения и	упражнений	акробатических	познания,
комбинации	5 класс Изражен высейн и мороли	упражнений. Составляют	формирование
	Кувырок вперёд и назад;	акробатические	1
	стойка на лопатках.	комбинации из числа	культуры здоровья.
	б класс	разученных упражнений	
	Два кувырка вперёд слитно;		
	«мост» из положения стоя с		
	помощью.		
	7 класс		
	Мальчики: кувырок вперёд в		
	стойку на лопатках; стойка		

	на голове с согнутыми ногами. Девочки: кувырок назад в		
	полушпагат		
Развитие координационных способностей	5 - 7 классы Общеразвивающие упражнения без предметов и с предметами; то же с различными способами ходьбы, бега, прыжков, вращений. Упражнения с гимнастической скамейкой, на гимнастической отенке, брусьях, перекладине, гимнастическом козле и коне. Акробатические упражнения. Прыжки с пружинного гимнастического мостика в глубину. Эстафеты и игры с использованием гимнастических упражнений и инвентаря	Используют гимнастические и акробатические упражнения для развития названных координационных способностей	Ценности научного познания, формирование культуры здоровья.
Развитие силовых	5 – 7 классы	Используют данные	Ценности научного
способностей и	Лазанье по канату, шесту,	упражнения для развития	познания,
силовой выносли- вости 5—7 классы	гимнастической лестнице.	силовых способностей и	формирование
bucin 5—7 Khaccbi	Подтягивания, упражнения	силовой выносливости	1 1 1
	в висах и упорах, с ганте- лями, набивными мячами		культуры здоровья.
Развитие	5—7 классы	Используют данные	Ценности научного
скоростно-силовых	Опорные прыжки, прыжки со	упражнения для развития	•
способностей	скакалкой, броски набивного	скоростно-силовых	познания,
	мяча	способностей	формирование
			культуры здоровья.
Развитие гибкости	5—7 классы	Используют данные	Ценности научного
	Общеразвивающие упражнения с повышенной	упражнения для развития гибкости	познания,
	амплитудой для плечевых,	ТИОКОСТИ	формирование
	локтевых, тазобедренных,		культуры здоровья.
	коленных суставов и		3 31 , , 1
	позвоночника. Упражнения с		
	партнёром, акробатические,		
	на гимнастической стенке.		
Знания о	Упражнения с предметами 5—7 классы	Раскрывают значение	II
физической куль-	Значение гимнастических	гимнастических	Ценности научного
туре	упражнений для сохранения	упражнений для	познания,
_	правильной осанки, развития	сохранения правильной	формирование
	силовых способностей и	осанки, развития	культуры здоровья.
	гибкости; страховка и	физических	
	помощь во время занятий; обеспечение техники	способностей. Оказывают страховку и	
	безопасности; упражнения	помощь во время заня-	
	j ocominaniocin, jiipumiidiini	TOTAL DO PROMY SHIVE	ĺ

Проведение самостоятельных занятий прикладной физической подготовкой	выполнения гимнастических упражнений 5—7 классы Упражнения и простейшие программы по развитию силовых, координационных способностей и гибкости с предметами и без предметов, акробатические, с использованием гимнастических снарядов. Правила самоконтроля. Способы регулирования физической	безопасности. Применяют упражнения для организации самостоятельных тренировок Используют разученные упражнения в самостоятельных занятиях при решении задач физической и технической подготовки. Осуществляют самоконтроль за физической нагрузкой во время этих занятий	Ценности научного познания, формирование культуры здоровья.
Овладение организаторскими умениями	нагрузки 5—7 классы Помощь и страховка; демонстрация упражнений; выполнения обязанностей командира отделения; установка и уборка снарядов; составление с помощью учителя простейших комбинаций упражнений. Правила соревнований	Составляют совместно с учителем простейшие комбинации упражнений, направленные на развитие соответствующих физических способностей. Выполняют обязанности командира отделения. Оказывают помощь в установке и уборке снарядов. Соблюдают правила соревнований	Ценности научного познания, формирование культуры здоровья.
	Баскетбол		
Краткая характеристика вида спорта Требования к технике безопасности	История баскетбола. Основные правила игры в баскетбол. Основные приёмы игры. Правила техники безопасности	Изучают историю баскетбола и запоминают имена выдающихся отечественных спортсменов — олимпийских чемпионов. Овладевают основными приёмами игры в баскетбол	Патриотическое воспитание, Ценности научного познания, формирование культуры здоровья.
Овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек	5—6 классы Стойки игрока. Перемещения в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперёд. Остановка двумя шагами и прыжком. Повороты без мяча и с мячом. Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (перемещения в стойке, остановка, поворот, ускорение). 7 класс Дальнейшее обучение технике движений	Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности	

		0	
Освоение ловли и	5—6 классы	Описывают технику	
передач мяча	Ловля и передача мяча двумя	изучаемых игровых	
	руками от груди и одной	приёмов и действий,	
	рукой от плеча на месте и в	осваивают их	
	движении без сопротивления	самостоятельно, выявляя	
	защитника (в парах, тройках,	и устраняя типичные	
	квадрате, круге).	ошибки.	
	7 класс	Взаимодействуют со	
	Дальнейшее обучение	сверстниками в процессе	
	технике движений.	совместного освоения	
	Ловля и передача мяча двумя	техники игровых	
	руками от груди и одной	приёмов и действий,	
	рукой от плеча на месте и в	соблюдают правила	
	движении с пассивным	безопасности	
	сопротивлением защитника		
Освоение техники	5—6 классы	Описывают технику	
ведения	Ведение мяча в низкой,	изучаемых игровых	
	средней и высокой стойке на	приёмов и действий,	
	месте, в движении по	осваивают их	
	прямой, с изменением	самостоятельно, выявляя	
	направления движения и	и устраняя типичные	
	скорости; ведение без	ошибки.	
	сопротивления защитника	Взаимодействуют со	
	ведущей и неведущей рукой.	сверстниками в процессе	
	7 класс	совместного освоения	
	Дальнейшее обучение	техники игровых	
	технике движений.	приёмов и действий,	
	Ведение мяча в низкой,	соблюдают правила	
	средней и высокой стойке на	безопасности	
	месте, в движении по		
	прямой, с изменением		
	направления движения и		
	скорости; ведение с		
	пассивным сопротивлением		
0	защитника	Owner market marry	
Овладение	5 – 6 классы	Описывают технику	
техникой бросков	Броски одной и двумя	изучаемых игровых приёмов и действий,	
мяча	руками с места и в движении (после ведения, после ловли)	•	
	без сопротивления за-	осваивают их	
	щитника.	самостоятельно, выявляя и устраняя типичные	
	Максимальное расстояние до	ошибки.	
	корзины — 3,60м.	Взаимодействуют со	
	7 класс	сверстниками в процессе	
	Дальнейшее обучение	совместного освоения	
	технике движений.	техники игровых	
	Броски одной и двумя	приемов и действий,	
	руками с места и в движении	соблюдают правила	
	(после ведения, после ловли,	безопасности	
	в прыжке) с пассивным	333manoon	
	противодействием.		
	Максимальное расстояние до		
	корзины — 4,80 м		
Освоение	5 – 6 класс	Описывают тахишал	
Освоение индивидуальной	Вырывание и выбивание	Описывают технику изучаемых игровых	
техники зашиты	мяча.	приёмов и действий,	
тулпин эашиты	мяча. 7 класс Перехват мяча	_	
	/ класс перехват мяча	осваивают их	

Закрепление техники владения мячом и развитие координационных способностей 5—6 классы Дальнейшее обучение техники правила безопасности Моделируют технику освоенных игровых действий возникающих в процессе игровой деятельности Моделируют ед зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности Моделируют ед зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности Моделируют ед зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности Моделируют ед зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности Моделируют ед зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности Моделируют се зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности Моделируют технику освоенных игровых действий и приёмов, нападение, (5:0) без изменения и поящий игроков. Нападение быстрым прорымом (1:0). Взаимодействие двух игроков «Отдай мяч и выйди». 7 класс Дальнейшее обучение технике движений. Позиционное нападение (5:0) с изменением поящий. Нападение быстрым прорымом (2:1) Моделируют тактику освоенных игровых действий, возникающих в процессе игровой деятельности Моделируют тактику освоенных игровых действий, возникающих в процессе игровой деятельности Моделируют тактику освоенных игровых действий, варыруют ед в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности Моделируют тактику освоенных игровых действий, варыруют ед в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности Моделируют тактику освоенных игровых действий, варыруют ед в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности Моделируют тактику освоенных игровых действий и приёмов, варируют се осврестниками в процессе (провой деятельности Моделируют тактику освоенных игровых действий и ремень действий и ремень действий и риспованием действий и ремень действий		T	
Ваимодействуют со еверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безоласности Вакрепление техники владения мячом и развитие координационных способностей Б—6 классы дальнейшее обучение техники перемещений, владении мячом и развитие координационных способностей Б—6 классы дальнейшее обучение технике движений Моделируют технику освоенных игровых действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности Моделируют сё в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности Моделируют сё в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности Моделируют сё в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности Моделируют сё в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности Моделируют сё в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности Моделируют сё в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности Моделируют сё в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности Моделируют сё в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности Моделируют сё в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности Моделируют сё в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности Моделируют сё в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности Моделируют сё в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности Моделируют тактику освоеннях игровых действий, соблодают правила безопасности. Моделируют тактику освоения итровых действий, соблодают правила безопасности. Моделируют тактику освоения итровых действий, соблодают правила безопасности. Моделируют тактику освоеннях игровых действий, соблодают и правилам инин-басетбола. Моделируют сё в зависимости от			I
Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности Бедение, бросок. Вакрепление техники перемененне техники перемененний и владения мячом и развитие координационных способностей Вакрепление техники перемененненным действий, владения мячом и развитие координационных способностей Вакрепление техники перемененненным действий и приёмов, варыруют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности Комбинация из освоенных элементов техники перемененным поровенным игровых действий и приёмов, варыруют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности Моделируют технику освоенных улементов техники перемененным из освоенных игровых действий и приёмов, варыруют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности Освоение тактики Тактика свободного нападение (5:0) без изменения поящий игроков. Нападение быстрым прорывом (1:0). Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения игровых действий, соблюдают правила безопасности. Моделируют технику освоенных игровых действий и приёмов, варыруют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности Освоение тактики перемененным поэмций. Нападение быстрым прорывом (1:0). Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения игровых действий, коблюдают правила безопасности. Моделируют технику освоенных игровых действий и приёмов, варыруют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности Освоение тактики перемененным поэмций. Нападение быстрым прорыем (2:0) с изменение поэмций. Нападение быстрым прорывом (2:1) Обълдение игрой и комплектов обучение технике движений. Поэмционное нападение (5:0) с изменение поэмций. Нападение быстрым прорывом (2:1) Обълдение игрой и комплектов обучение технике движений променным игровых действий и приёмов, варыруют сё в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе			
Закрепление техники владения мячом и развитие координационных способностей Закрепление техники владения мячом и развитие координационных способностей Закрепление техники перемещений и владения мячом и развитие координационных способностей Закрепление технике движений действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возвикающих в процессе игровой деятельности Комбинация из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом и развитие координационных способностей Закрепление технике движений действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возвикающих в процессе игровой деятельности Освоение тактики перемещений и владения мячом. Тактика свободного нападения (5:0) без изменения позиций игроков. Нападение быстрым прорывом (1:0). Взаимодействие двух игроков «Отдай мяч и выйди». Тактика свободного нападение (5:0) с изменением позиций. Нападение быстрым прорывом (2:1) Овладение игрой и комплексное развитие исихимоторных способностей Овладение игрой и комплексное игравилям мини-баскетбола. Дальнейшее обучение технике движений. Позиционное нападение (5:0) с изменением позиций. Нападение быстрым прорывом (2:1) Овладение игрой и комплексное игро и комплексное игровых действий, варыруют её в зависимости от ситуаций и условий, возвикающих в процессе игровой деятельности Освоение тактики провых действий, варыруют её в зависимости от ситуаций и условий, возвикающих в процессе игровой деятельности Освоенных игровых действий и провам действий и провых действий, варыруют её в зависимости от ситуаций и условий, возвикающих в процессе игровой деятельности Освоенных игровых действий и проков обрачение технике движений. Позиционное нападение (5:0) с изменением позиций. Нападение быстрым правилам мини-баскетбола. Игры и игровые задания 2:1, 3:1, 3:2, 3:3. 7 класе игровой деятельности от ситуаций и условий, возвикающих в процессе игровой деятельности от ситуаций и условий, возвикающих в процессе игровой деятельности от ситуаций и условий, возвикающих в процессе игровой де			
Закрепление техники владения мячом и развитие координационных способностей Закрепление техники владения мячом и развитие координационных способностей Закрепление технике движений Моделируют стехнику освоенных игровых действий, оболодают правила безопасности Моделируют стехнику освоенных игровых действий, соболодают правила безопасности Моделируют стехнику освоенных игровых действий, соболодают правила не процессе сировой деятельности Закрепление технике движений Закрепление технике движений процессе на процессе сировой деятельности Закрепление технике движений процест технике движений процессе совестные зависимости от ситуаций и условий, возыикающих в процессе совестных игровых действий, соболюдают правила не технике движений и условий, варыруют сё в зависимости Освоенных игровых действий и приёмов, варыруют сё совенных игровых действий и приёмов, варируют се совенных игровых действий и приёмов, варируют се совенных игровых действий и приёмов, варируют се совенных игровых действий и приёмов, варируют			
Закрепление техники владения мячом и развитие координационных способностей Закрепление техники перемещений, владения мячом и развитие координационных способностей Закрепление техники перемещений, владения мячом и развитие координационных способностей Закрепление техники перемещений и владения мячом и развитие координационных способностей Закрепление техники перемещений и владения мячом и развитие координационных способностей Закрепление техники перемещений и владения мячом и развитие техники перемещений и владения мячом и развитие технике движений Закрепление техники перемещений и владения мячом и развитие техники премещений и владения мячом и развитие технике движений Закрепление техники предача, ведение, бросок. 7 класс Дальнейшее обучение техники проков. Нападение блозпиций игроков. Нападения Гозиционное нападения Гозиционное нападения (5:0) без изменения позиций игроков. Нападение быстрым прорывом (1:0). Взаимодействие двух игроков «Отдай мяч и выйди». 7 класс Дальнейшее обучение технике движений. 7 класс Дальнейшее обучение техники провых действий, соблюдают правила безопасности. Породьюм (1:0). Моделируют технику освоенных игровой деятельности Вамиодействуют со сверстниками в процессе игровой деятельности Вамиодействуют со сверстниками в процессе игровой деятельности Вамиодействуют со сверстниками в процессе оброенных игровых действий, карынруют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих действий, карынруют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих действий, карынруют её в зависмости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности Вамиодействуют со сверстниками в процессе игровой деятельности Объядение игрой и карын вымодействуют со сверстниками, осуществляют судействой игры. Выполняют судейство игры. Выполняют собрумение технике движений собрушение технике движений и условий, возникающих в процессе игровой деятельности сит			
Закрепление техники владения мячом и развитие координационных способностей Закрепление техники владения мячом и развитие координационных способностей Закрепление техники перемещений, владения мячом и развитие координационных способностей Закрепление техники перемещений, владения мячом и развитие координационных способностей Закрепление техники перемещений и владения мячом и развитие координационных способностей Закрепление техники перемещений и владения мячом и развитие координационных способностей Закрепление техники перемещений и владения мячом и действий и приёмов, варьируют сё в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности Тактика свободного нападения (5:0) без взыменения позиций игроков, Нападения (5:0) без взымодействуют со сверстниками в процессе совместного освоенных игровых действий, возникающих в процессе совместного освоенных игровых действий, соблюдают правила безопасности. Позиционное нападения (5:0) без взымодействуют со сверстниками в процессе совместного освоенных игровых действий, соблюдают правила безопасности. Позиционное нападение (5:0) с изменением позиций. Нападение быстрым прорывом (2:1) Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей Обращение технике движений обручение технике движений обрушение технике движение обрушение технике движение обрушение технике движени			совместного освоения
Соблюдают правила безопаспости Комбинация из освоенных итровых действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности Тактики игры выйды». 7 класс Дальнейшее обучение техники движений Тактика свободного нападения. Позиционное нападение быстрым прорывом (1:0). Взаимодействие двух игроков «Отдай мяч и выйды». 7 класс Дальнейшее обучение техники игровым (1:0). Взаимодействие двух игроков «Отдай мяч и выйды». 7 класс Дальнейшее обучение технике движений. Позиционное нападение (5:0) без изменения позиций игроков. Нападение быстрым прорывом (2:1) Объзадение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей 5 - 6 классы Дальнейшее обучение технике движений. Позиционное нападение (5:0) с изменением позиций. Нападение быстрым прорывом (2:1) Объзадение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей 3:1, 3:2, 3:3.			
Безопасности Безопасности Моделируют технику освоенных игровых действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности Моделируют технику освоенных игровых действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности Моделируют технику освоенных игровых действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности Моделируют технику освоенных игровых действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности Моделируют технику освоенных игровых действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе совместного освоения тактик игровых действий и профывом (1:0). Взаимодействие двух игроков «Отдай мяч и выйди». 7 класс Дальнейшее обучение технике движений. Позиционное нападение (5:0) с изменением позиций. Нападение быстрым прорывом (2:1) Моделируют технику освоенных игровых действий, возникающих в процессе совместного освоения тактик игровых действий, соблюдают правила безопасности. Моделируют тактику освоенных игровых действий, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе совместного освоения тактик игровых действий, соблюдают правила мини-баскетбола. Игры и игровые задания 2:1, 3:1, 3:2, 3:3. 7 класс Ига по правилам мини-баскетбола. Дальнейшее обучение технике движений Моделируют технику освоенных игровых действий и условий, возникающих в процессе совместного освоения тактик игровых действий и условий, возникающих в процессе совместного освоенных игровых действий и условий, возникающих в процессе совместного освоенных игровых действий и условий, возникающих в процессе игровой деятельности Моделируют технику освоенных игровых действий и правила безопасности. Моделируют тактики игровых действий и условий, возникающих и услов			приёмов и действий,
3акрепление техники владения мячом и развитие координационных способностей 5—6 классы Комбинация из освоенных провых действий и приёмов, варыруют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности 5—6 классы Комбинация из освоенных игровых действий и приёмов, варыруют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности 5—6 классы Комбинация из освоенных игровых действий и приёмов, варыруют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности 5—6 классы Комбинация из освоенных игровых действий и приёмов, варыруют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности 5—6 классы Катика свободного нападение (5:0) без изменения позиций и гроков. Нападение быстрым прорывом (1:0). Взаимодействие двух игроков «Отдай мяч и выйди». 7 класс Дальнейшее обучение технике движений. Позиционное нападение (5:0) с изменением позиций. Нападение быстрым прорывом (2:1) 5—6 классы Катика объемые движений. Позиционное нападение (5:0) с изменением позиций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности мусловий, возникающих в процессе обместного освоения тактики игровых действий, варыруют сё в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности мусловий, возникающих действий, варыруют сё в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности мусловий, возникающих действий и провых действий, варыруют сё в зависимости от ситуаций и условий, возникающих действий и провых действий и условий, возникающих и условийствий и условий, возникающих в процессе игровой деятельности мусловийствий и провых действий и провых действий и провых действий и провых действий и премень де			соблюдают правила
Комбинация из освоенных игровых действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности Закрепление техники перемещений, владения мячом и развитие координационных способностей Освоение тактики игровых действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности Тактика свободного нападения (5:0) без изменения позиций игроков. Нападение быстрым прорывом (1:0). Взаимодействие двух игроков «Отдай мяч и выйди». Т класс Дальнейшее обучение технике движений Освоение тактики игроков. Нападение быстрым прорывом (1:0). Взаимодействие двух игроков «Отдай мяч и выйди». Т класс Дальнейшее обучение технике движений. Позиционное нападение (5:0) са изменением позиций. Нападение быстрым прорывом (2:1) Объядение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей Т класс Ига по правилам минибаскетбола. Дальнейшее обучение технике движение обучение технике движений игроков освоенных игровых действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе совместного освоения тактики игровых действий и профессе соместного освоения тактики игровой деятельности Взаимодействуют со сверстниками в процессе соместного освоения тактики игровых действий и профессе соместного освоения тактики игровой деятельности Моделируют технику освоенных провека даримурнот её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе обместного освоения тактики игровой деятельности Моделируют технику и условий, возникающих в процессе соместного освоения тактики игровой деятельности. Моделируют тактику освоенных игровой деятельности Освоенных прровох действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе соместного освоения тактики игровой деятельности Освоенных провой деятельности Моделируют сействия двух игровов. Ваимодействуют со сверстниками в процессе соместного освоения тактики игровой деятельности Объятельности от ституаций и условий, возникающих в пр			безопасности
жичом и развитие координационных способностей Закрепление технике движений Закрепление техники перемещений, владения мичом и развитие координационных способностей Закрепление техники перемещений, владения мичом и развитие координационных способностей Закрепление техники перемещений и владения мучом. 7 класс Дальнейшее обучение техники перемещений и владения мучом. 7 класс Дальнейшее обучение технике движений Закрепление техники перемещений и владения мучом. 7 класс Дальнейшее обучение технике движений Закрепление техники перемещений и владения мучом. 7 класс Дальнейшее обучение технике движений Закрепление техники перемещений и владения мучом освоенных игровых действий, соблюдают правила безопасности. Моделируют техникы и процессе игровой деятельности Взаимодействуют со сверстниками в процессе осовместного освоения тактики игровых действий, соблюдают правила безопасности. Моделируют тактику освоенных игровых действий, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности Освоение тактики игровых действий, соблюдают правила безопасности. Позиционное нападение (5:0) с изменением позиций. Нападение быстрым прорывом (2:1) Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей Обрадение игровы задания 2:1, 3:1, 3:2, 3:3. Класс Ига по правилам минибаскетбола. Дальнейшее обучение технике движений семетбыми, осуществляют судейство игры. Выполняют правила игры, уважительно относятся к сопернику и управляют собноми учравляют собноми учравляют собноми учравляют правила игры, учравляют собноми учравляют собноми учравляют собноми учравляют правила игры, учравляют собноми учравнение собноми учравляют со	Закрепление	5—6 классы	Моделируют технику
ведение, бросок. 7 класс Дальнейшее обучение техники перемещений, владения мячом и развитие координационных способностей Освоение тактики игры Тактика свободного нападение (5:0) без изменения проидем (0:0). Взаимодействие двух игроков «Отдай мяч и выйди». 7 класс Дальнейшее обучение техники игровых действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности Моделируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности Моделируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности Моделируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности Моделируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности Моделируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности Моделируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности Моделируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения тактики игровых действий, своликающих действий, возникающих действий, возникающих в процессе игровой деятельности Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей Овладение игрой и комплексное игровой деятельности Организуют совместные занятия баскетболом со сверстниками, осуществляют судейство игры. Выполняют правила игры, уважительно относятся к сопернику и управляют сопоми эмоциями.	техники владения	Комбинация из освоенных	освоенных игровых
ведение, бросок. 7 класс Дальнейшее обучение техники перемещений, владения мячом и развитие координационных способностей Освоение тактики игры Пры Тактика свободного нападение (5:0) без изменения проидем (1:0). Взаимодействие двух игроков «Отдай мяч и выйди». 7 класс Дальнейшее обучение техники игровых действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности Моделируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности Моделируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности Моделируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности Моделируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности Моделируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности Моделируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности Моделируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения тактику игровых действий, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих действий, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих действий, возникающих действий, возникающих действий, возникающих действий, возникающих в процессе игровой деятельности Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных позиций. Нападение быстрым прорывом (2:1) Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных позиций. Нападение быстрым процесе игровой деятельности Организуют сей в зависимости от ситуаций и условий, варьируют её в зависимости от ституаций и условием варьируют её в зависимости от ституаций	мячом и развитие	элементов: ловля, передача,	действий и приёмов,
техники перемещений и владения мячом и развитие перовение тактики игры Освоение тактики игры Тактика свободного нападение быстрым прорывом (1:0). Взаимодействие быстрым прорывом (2:1) Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных игроков «Откассы (Дальнейшее обучение техники провых действий и приёмов деятельности Освоение тактики игры Тактика свободного нападение (5:0) без изменения позиций игроков. Нападение быстрым прорывом (1:0). Взаимодействие двух игроков «Отдай мяч и выйди». 7 класс Дальнейшее обучение технике обучение технике обучение технике движений Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей Овладение игрой и комплексное обучение технике движений правилам минибаскетбола. Дальнейшее обучение технике движений сотностто ситостностностностностностностностностност	_	_	
Дальнейшее обучение техники в процессе игровой деятельности Закрепление техники перемещений, владения мячом и развитие координационных способностей Освоение тактики игры Тактика свободного нападения игровых действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности Взаимодействий и разникающих в процессе игровой деятельности Тактика свободного нападение (5:0) без изменения позиций игроков. Нападение быстрым прорывом (1:0). Взаимодействие двух игроков «Отдай мяч и выйди». 7 класс Дальнейшее обучение технике движений. Позиционное нападение (5:0) с изменением позиций. Нападение быстрым прорывом (2:1) Овладение игрой и комплексное развитие правилам мини-баскетбола. Дальнейшее обучение технике игровыя задания 2:1, з.1, з.2, з.3. 7 класс Ига по правилам минибаскетбола. Дальнейшее обучение технике движений обручение технике обручение тех		_	
Технике движений			
Закрепление техники перемещений и владения мячом и развитие координационных способностей		1 ' '	
3 5 6 классы Комбинация из освоенных действий и приёмов, перемещений, владения мячом и развитие координационных способностей 7 класс Дальнейшее обучение технике движений 7 класс дальнейшее обучение нападения. Позиционное нападения (5:0) без изменения позиций игроков. Нападение (5:0) без изменения прорывом (1:0). Взаимодействие двух игроков «Отдай мяч и выйди». 7 класс Дальнейшее обучение технике движений. Позиционное нападение (5:0) без изменения позиций игроков. Нападение быстрым прорывом (1:0). Взаимодействие двух игроков «Отдай мяч и выйди». 7 класс Дальнейшее обучение технике движений. Позиционное нападение (5:0) с изменением позиций. Нападение быстрым прорывом (2:1) 5 6 классы Игра по упрощённым правилам мини-баскетбола. Игры и игровые задания 2:1, 3:1, 3:2, 3:3. 7 класс Ига по правилам мини-баскетбола. Дальнейшее обучение технике движений правила игры, уважительно относятся к сопернику и управляют своими эмоциями.			
Комбинация из освоенных действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности Освоение тактики игры Тактика свободного нападения (5:0) без изменения прорывом (1:0). Взаимодействие двух игроков «Отдай мяч и выйди». 7 класс Дальнейшее обучение технике движений Бамиодействий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности Вамиодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения тактики игровых действий, соблюдают правила безопасности. Моделируют тактику освоенных игровых действий, коблюдают правила безопасности. Моделируют тактику освоенных игровых действий, кот ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности оброенных игровых действий, соблюдают правила безопасности. Моделируют тактики и условий, возникающих в процессе оброенных игровых действий и стактики игровых действий и условий, возникающих в процессе игровой деятельности оброенных игровых действий и условий, возникающих в процессе игровой деятельности оброенных игровых действий и условий, возникающих в процессе игровой деятельности оброенных игровых действий и условий, возникающих и условий, возникающих и условий, возникающих и условий, воз	Заклепление	5—6 классы	
ячом и развитие координационных способностей Токласс Дальнейшее обучение технике движений Тактика свободного нападения (5:0) без изменения позиций игроков. Нападение быстрым прорывом (1:0). Взаимодействие двух игроков «Отдай мяч и выйди». Токласс Дальнейшее обучение технике движений. Позиционное нападение (5:0) с изменения позиций игроков. Нападение быстрым прорывом (1:0). Взаимодействие двух игроков «Отдай мяч и выйди». Токласс Дальнейшее обучение технике движений. Позиционное нападение (5:0) с изменения позиций и условий, возникающих действий, варыруют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих действий, варыруют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности Объядение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей Токласс Ига по правилам минибаскетбола. Дальнейшее обучение технике движений игры и игровые задания 2:1, з:1, з:2, з:3. Токласс Ига по правилам минибаскетбола. Дальнейшее обучение технике движений условий, возникающих в процессе игровой деятельности Объядение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей Объядение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей Ости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения тактики игровых действий, варыруют её в зависимости от сверстниками в процессе игровой деятельности от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой действий, варыруют её в зависимости от сверстниками в процессе игровой действий и условий, возникающих в процессе игровой действий, варыруют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой действий, варыруют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой действий, освоенных игровых действий, варыруют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой действий, варыруют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой дей	_		
перемещений и владения мячом и развитие координационных способностей 7 класс Дальнейшее обучение технике движений 5—6 классы Тактика свободного нападения (5:0) без изменения поэиций игроков. Нападение быстрым прорывом (1:0). Взаимодействие двух игроков «Отдай мяч и выйди». 7 класс Дальнейшее обучение технике движений 7 класс Дальнейшее обучение технике движений. Тозиционное нападение (5:0) с изменение мпоэиций. Нападение быстрым прорывом (2:1) Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей Тактика изровых действий, соблюдают правила безопасности. Моделируют тактику освоенных игровых действий, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих действий, возникающих действий, возникающих действий, соблюдают правила безопасности. Моделируют тактику освоенных игровых действий, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих действий, возникающих действий, соблюдают правила безопасности. Моделируют тактику освоенных игровых действий, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих действий, соблюдают правила безопасности. Моделируют тактику освоенных игровых действий, варыируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих действий, соблюдают правила безопасности. Моделируют её в зависимости от сверстниками в процессе совместного освоения тактики игровых действий, варыируют её в зависимости			
технике движений Товоение тактики игры Тактика свободного нападение (5:0) без изменения позиций игроков. Нападение быстрым прорывом (1:0). Взаимодействие двух игроков «Отдай мяч и выйди». Тактасс Дальнейшее обучение технике движений. Позиционное нападение (5:0) без изменения позиций игроков. Нападение быстрым прорывом (1:0). Взаимодействие двух игроков «Отдай мяч и выйди». Тактасс Дальнейшее обучение технике движений. Позиционное нападение (5:0) с изменением позиций. Нападение быстрым прорывом (2:1) Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей Томплексное организатие правилам мини-баскетбола. Игры и игровые задания 2:1, 3:1, 3:2, 3:3. Тактака свободного нападения (5:0) с сверстниками в процессе совместного освоения тактики игровых действий, соблюдают правила безопасности. Моделируют тактику освоенных игровых действий, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности. Моделируют тактику освоенных игровых действий, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих действий, соблюдают правила безопасности. Моделируют тактику освоенных игровых действий, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих действий, соблюдают правила безопасности. Моделируют сетовой деятельности Овладение игрой и комплексное развитие правилам мини-баскетбола. Игры и игровые задания 2:1, 3:1, 3:2, 3:3. Токласс Дальнейшее обучение технике движений и условий, возникающих действий, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих действий, соблюдают правила безопасности. Моделируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих действий, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой действий, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой действий, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой действий, варимости от ситуаций и условий, варимости от ситуаций и условий, варимости от ситуаций и условий, варимости от ситуаций			
технике движений Технике движений Техника свободного нападения. Позиционное нападения (5:0) без изменения порывом (1:0). Взаимодействие двух игроков «Отдай мяч и выйди». 7 класс Дальнейшее обучение технике движений. Позиционное нападение (5:0) с изменения позиций. Нападение быстрым прорывом (2:1) Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей Технике движений. Позиционное нападение (5:0) с изменением позиций. Нападение быстрым прорывом (2:1) Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей Технике движений. Позиционное нападение (5:0) с изменением позиций. Нападение быстрым прорывом (2:1) Организуют совместные занятия баскетболом со сверстниками, осуществляют судейство игры. Выполняют правила игры, уважительно относятся к сопернику и управляют своими эмоциями.	_	_	
Освоение тактики игры Тактика свободного нападения. Позиционное нападения позиций игроков. Нападение быстрым прорывом (1:0). Взаимодействие двух игроков «Отдай мяч и выйди». 7 класс Дальнейшее обучение технике движений. Позиционное нападение (5:0) с изменением позиций. Нападение быстрым прорывом (2:1) Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей Тактика свободного нападение (5:0) без изменения позиций игроков. Нападение быстрым прорывом (2:1) Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей Тактика свободного нападение (5:0) с изменением позиций и условий, возникающих действий, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности Организуют совместные занятия баскетболом со сверстниками, осуществляют судейство игры. Выполняют правила игры, уважительно относятся к сопернику и управляют своими эмоциями.			
Освоение тактики игры Тактика свободного нападения. Позиционное нападения (5:0) без изменения позиций игроков. Нападение быстрым прорывом (1:0). Взаимодействие двух игроков «Отдай мяч и выйди». Ткласс Дальнейшее обучение технике движений. Позиционное нападение (5:0) с изменением позиций. Нападение быстрым прорывом (2:1) Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей Техника свободного нападения (5:0) с изменением позиций. Нападение быстрым прорывом (2:1) Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей Техника свободного сверстниками в процессе совместного освоения тактики игровых действий, соблюдают правила мяч и условий, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности Организуют совместные занятия баскетболом со сверстниками, осуществляют судейство игры. Выполняют травила игры, уважительно относятся к сопернику и управляют своими эмоциями.	спосооностеи		•
Освоение тактики игры Тактика свободного нападения. Позиционное нападения (5:0) без изменения позиций игроков. Нападение быстрым прорывом (1:0). Взаимодействие двух игроков «Отдай мяч и выйди». 7 класс Дальнейшее обучение технике движений. Позиционное нападение (5:0) с изменением позиций. Нападение быстрым прорывом (2:1) Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей Тактика игроков совместного освоения тактики игровых действий, соблюдают правила безопасности. Моделируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности Организуют совместные занятия баскетболом со сверстниками, осуществляют судейство игры. Выполняют туважительно относятся к сопернику и управляют своими эмоциями.		1 · · ·	
тактика свободного нападения. Позиционное нападение (5:0) без из- менения позиций игроков. Нападение быстрым прорывом (1:0). Взаимодействие двух игроков «Отдай мяч и выйди». 7 класс Дальнейшее обучение технике движений. Позиционное нападение (5:0) с изменением позиций. Нападение быстрым прорывом (2:1) Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей Тактика свободного нападения. Позиций игроков. Нападение быстрым прорывом (2:1) Организуют совместные занятия баскетболом со сверстниками в процессе совместного освоения тактики игровых действий, соблюдают правила безопасности. Моделируют тактику освоенных игровых действий, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности Организуют совместные занятия баскетболом со сверстниками, осуществляют судейство правилам мини- баскетбола. Дальнейшее обучение технике движений уважительно относятся к сопернику и управляют своими эмоциями.		технике движении	деятельности
тактика свободного нападения. Позиционное нападение (5:0) без из- менения позиций игроков. Нападение быстрым прорывом (1:0). Взаимодействие двух игроков «Отдай мяч и выйди». 7 класс Дальнейшее обучение технике движений. Позиционное нападение (5:0) с изменением позиций. Нападение быстрым прорывом (2:1) Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей Тактика свободного нападения. Позиций игроков. Нападение быстрым прорывом (2:1) Организуют совместные занятия баскетболом со сверстниками в процессе совместного освоения тактики игровых действий, соблюдают правила безопасности. Моделируют тактику освоенных игровых действий, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности Организуют совместные занятия баскетболом со сверстниками, осуществляют судейство правилам мини- баскетбола. Дальнейшее обучение технике движений уважительно относятся к сопернику и управляют своими эмоциями.			
тактика свободного нападения. Позиционное нападение (5:0) без из- менения позиций игроков. Нападение быстрым прорывом (1:0). Взаимодействие двух игроков «Отдай мяч и выйди». 7 класс Дальнейшее обучение технике движений. Позиционное нападение (5:0) с изменением позиций. Нападение быстрым прорывом (2:1) Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей Тактика свободного нападения. Позиционное нападения игроков. Нападение быстрым прорывом (2:1) Организуют совместные занятия баскетболом со сверстниками в процессе совместного освоения тактики игровых действий, соблюдают правила безопасности. Моделируют тактику освоенных игровых действий, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности Организуют совместные занятия баскетболом со сверстниками, осуществляют судейство правилам мини- баскетбола. Дальнейшее обучение технике движений уважительно относятся к сопернику и управляют своими эмоциями.			
тактика свободного нападения. Позиционное нападения (5:0) без изменения позиций игроков. Нападение быстрым прорывом (1:0). Взаимодействие двух игроков «Отдай мяч и выйди». 7 класс Дальнейшее обучение технике движений. Позиционное нападение (5:0) с изменением позиций. Нападение быстрым прорывом (2:1) Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей Тактика свободного сверстниками в процессе совместного освоения тактики игровых действий, соблюдают правила безопасности. Моделируют тактику освоенных игровых действий, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности Организуют совместные занятия баскетболом со сверстниками, осуществляют судейство правилам минибаскетбола. Дальнейшее обучение технике движений уважительно относятся к сопернику и управляют совоими эмоциями.	Освоение тактики	5—6 классы	Взаимодействуют со
нападения. Позиционное нападение (5:0) без изменения позиций игроков. Нападение быстрым прорывом (1:0). Взаимодействие двух игроков «Отдай мяч и выйди». 7 класс Дальнейшее обучение технике движений. Позиционное нападение (5:0) с изменением позиций. Нападение быстрым прорывом (2:1) Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей Потра по правилам минибаскетбола. Дальнейшее обучение технике движений деятельности Организуют совместные занятия баскетболом со сверстниками, осуществляют судейство игры. Выполняют правила игры, уважительно относятся к сопернику и управляют своими эмоциями.	игры	Тактика свободного	сверстниками в процессе
нападение (5:0) без из- менения позиций игроков. Нападение быстрым прорывом (1:0). Взаимодействие двух игроков «Отдай мяч и выйди». 7 класс Дальнейшее обучение технике движений. Позиционное нападение (5:0) с изменением позиций. Нападение быстрым прорывом (2:1) Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей В нападение (5:0) без из- менения позиций игроков. Нападение быстрым прорывом (2:1) Организуют совместные занятия баскетболом со сверстниками, осуществляют судейство игры. Выполняют правилам мини-баскетбола. Игры и игровые задания 2:1, 3:1, 3:2, 3:3. 7 класс Ига по правилам мини- баскетбола. Дальнейшее обучение технике движений Тактики игровых действий, соблюдают правила мяч и условий, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности Организуют совместные занятия баскетболом со сверстниками, осуществляют судейство игры. Выполняют правила игры, уважительно относятся к сопернику и управляют своими эмоциями.	-	нападения. Позиционное	
менения позиций игроков. Нападение быстрым прорывом (1:0). Взаимодействие двух игроков «Отдай мяч и выйди». 7 класс Дальнейшее обучение технике движений. Позиционное нападение (5:0) с изменением позиций. Нападение быстрым прорывом (2:1) Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей Менения позиций игроков. Нападение быстрым прорывом (2:1) Организуют совместные занятия баскетболом со сверстниками, осуществляют судейство игры. Выполняют правила игры, уважительно относятся к сопернику и управляют своими эмоциями.			
Нападение быстрым провыла безопасности. Моделируют тактику освоенных игровых игроков «Отдай мяч и выйди». 7 класс Дальнейшее обучение технике движений. Позиционное нападение (5:0) с изменением позиций. Нападение быстрым прорывом (2:1) Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей 1 Капасс Игра по упрощённым правилам мини-баскетбола. Игры и игровые задания 2:1, 3:1, 3:2, 3:3. 7 класс Ига по правилам мини-баскетбола. Дальнейшее обучение технике движений своими эмоциями.			*
прорывом (1:0). Взаимодействие двух игроков «Отдай мяч и выйди». 7 класс Дальнейшее обучение технике движений. Позиционное нападение (5:0) с изменением позиций. Нападение быстрым прорывом (2:1) Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей Взаимодействие двух игроков «Отдай мяч и выйди». 7 класс Дальнейшее обучение технике движений. Позиционное нападение (5:0) с изменением позиций. Нападение быстрым прорывом (2:1) Организуют совместные занятия баскетболом со сверстниками, осуществляют судейство игры. Выполняют правила игры, уважительно относятся к сопернику и управляют своими эмоциями.			
Взаимодействие двух игроков «Отдай мяч и выйди». 7 класс Дальнейшее обучение технике движений. Позиционное нападение (5:0) с изменением позиций. Нападение быстрым прорывом (2:1) Овладение игрой и комплексное развитие правилам мини-баскетбола. Игры и игровые задания 2:1, 3:1, 3:2, 3:3. 7 класс Ига по правилам мини-баскетбола. Игры по правилам мини-баскетбола. Игры и игровые задания 2:1, осуществляют судейство игры. Выполняют правила игры, уважительно относятся к сопернику и управляют субоми эмоциями.		_	1 -
игроков «Отдай мяч и выйди». 7 класс Дальнейшее обучение технике движений. Позиционное нападение (5:0) с изменением позиций. Нападение быстрым прорывом (2:1) Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей Игра по упрощённым провые задания 2:1, 3:1, 3:2, 3:3. 7 класс Ига по правилам минибаскетбола. Дальнейшее обучение технике движений управляют своими эмоциями.			~ -
Выйди». 7 класс Дальнейшее обучение технике движений. Позиционное нападение (5:0) с изменением позиций. Нападение быстрым прорывом (2:1) Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей 7 класс Игра по правилам мини-баскетбола. Игры и игровые задания 2:1, 3:1, 3:2, 3:3. 7 класс Ига по правилам мини- баскетбола. Дальнейшее обучение технике движений зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности Организуют совместные занятия баскетболом со сверстниками, осуществляют судейство игры. Выполняют правила игры, уважительно относятся к сопернику и управляют своими эмоциями.		·	_
7 класс Дальнейшее обучение технике движений. Позиционное нападение (5:0) с изменением позиций. Нападение быстрым прорывом (2:1) Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей 7 класс Игра по упрощённым психомоторных способностей 3:1, 3:2, 3:3. 7 класс Игра по правилам мини-баскетбола. Игры и игровые задания 2:1, 3:1, 3:2, 3:3. 7 класс Игра по правилам мини- баскетбола. Дальнейшее обучение технике движений и условий, возникающих в процессе игровой деятельности Организуют совместные занятия баскетболом со сверстниками, осуществляют судейство игры. Выполняют правила игры, уважительно относятся к сопернику и управляют своими эмоциями.		-	
Дальнейшее обучение технике движений. Позиционное нападение (5:0) с изменением позиций. Нападение быстрым прорывом (2:1) Овладение игрой и комплексное развитие правилам мини-баскетбола. Игры и игровые задания 2:1, 3:1, 3:2, 3:3. 7 класс Ига по правилам мини-баскетбола. Ига по правилам мини-баскетбола. Осуществляют судейство игры. Выполняют правила игры, уважительно относятся к сопернику и управляют сбоччение технике движений своими эмоциями.			
технике движений. Позиционное нападение (5:0) с изменением позиций. Нападение быстрым прорывом (2:1) 5—6 классы Игра по упрощённым правилам мини-баскетбола. Игры и игровые задания 2:1, 3:1, 3:2, 3:3. 7 класс Ига по правилам мини- баскетбола. Дальнейшее обучение технике движений деятельности			
Позиционное нападение (5:0) с изменением позиций. Нападение быстрым прорывом (2:1) Овладение игрой и комплексное развитие правилам мини-баскетбола. Игры и игровые задания 2:1, 3:1, 3:2, 3:3. 7 класс Ига по правилам мини-баскетбола. Игры. Выполняют правила игры, уважительно относятся к баскетбола. Дальнейшее обучение технике движений своими эмоциями.			
с изменением позиций. Нападение быстрым прорывом (2:1) Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей Вигра по упрощённым правилам мини-баскетбола. Игры и игровые задания 2:1, 3:1, 3:2, 3:3. 7 класс Ига по правилам мини- баскетбола. Дальнейшее обучение технике движений Организуют совместные занятия баскетболом со сверстниками, осуществляют судейство игры. Выполняют правила игры, уважительно относятся к сопернику и управляют своими эмоциями.			делтельности
Нападение быстрым прорывом (2:1) Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей Игра по упрощённым правилам мини-баскетбола. Игры и игровые задания 2:1, 3:1, 3:2, 3:3. 7 класс Ига по правилам мини-баскетбола. Игры. Выполняют правила игры, уважительно относятся к баскетбола. Дальнейшее обучение технике движений своими эмоциями.			
прорывом (2:1) Овладение игрой и комплексное игра по упрощённым занятия баскетболом со правилам мини-баскетбола. Игры и игровые задания 2:1, осуществляют судейство игры. Выполняют правила игры, уважительно относятся к баскетбола. Дальнейшее обучение технике движений своими эмоциями.		•	
Овладение игрой и комплексное Игра по упрощённым занятия баскетболом со правилам мини-баскетбола. Игры и игровые задания 2:1, 3:1, 3:2, 3:3. 7 класс Ига по правилам мини-баскетбола. Игры. Выполняют правила игры, уважительно относятся к баскетбола. Дальнейшее обучение технике движений своими эмоциями.		•	
комплексное развитие правилам мини-баскетбола. Игры и игровые задания 2:1, 3:1, 3:2, 3:3. 7 класс Ига по правилам мини-баскетбола. Дальнейшее обучение технике движений занятия баскетболом со сверстниками, осуществляют судейство игры. Выполняют правила игры, уважительно относятся к сопернику и управляют своими эмоциями.	0		0
развитие правилам мини-баскетбола. Игры и игровые задания 2:1, осуществляют судейство игры. Выполняют правила игры, уважительно относятся к баскетбола. Дальнейшее обучение технике движений своими эмоциями.	_		
психомоторных способностей Игры и игровые задания 2:1, 3:1, 3:2, 3:3. осуществляют судейство игры. Выполняют правила игры, уважительно относятся к сопернику и управляют обучение технике движений			
з:1, 3:2, 3:3. 7 класс Ига по правилам мини- баскетбола. Дальнейшее обучение технике движений игры. Выполняют правила игры, уважительно относятся к сопернику и управляют своими эмоциями.	-	•	_
7 класс Ига по правилам мини- баскетбола. Дальнейшее обучение технике движений своими эмоциями.	_		-
Ига по правилам мини- баскетбола. Дальнейшее сопернику и управляют обучение технике движений своими эмоциями.	способностей		_
баскетбола. Дальнейшее сопернику и управляют обучение технике движений своими эмоциями.		7 класс	правила игры,
обучение технике движений своими эмоциями.			уважительно относятся к
			сопернику и управляют
		обучение технике движений	своими эмоциями.
			Применяют правила
подбора одежды для			11pinwenimer inpublisha

		занятий на открытом	
		воздухе, используют игру	
		в баскетбол как средство	
		активного отдыха	
	Гандбол	активного отдыха	
Краткая	История гандбола. Основные	Изучают историю	Патриотическое
характеристика	правила игры в гандбол.	гандбола и запоминают	•
вида спорта	Основные приемы игры в	имена выдающихся	воспитание,
энди спорти	гандбол. Подвижные игры	отечественных	Ценности научного
	для освоения передвижения и	гандболистов.	познания,
	остановок. Правила техники	Овладевают основными	формирование
	безопасности.	приемами игры в гандбол	культуры здоровья.
Требования к	5 класс	Описывают технику	культуры здоровья.
технике	игрока. Перемещение в	изучаемых приемов и	
безопасности	стойке приставными шагами	действий, осваивают их	
	боком и спиной вперед.	самостоятельно, выявляя	
	Остановка двумя шагами и	и устраняя типичные	
	прыжком. Повороты без мяча	ошибки.	
	и мячом.	Взаимодействуют со	
	Комбинации из освоенных	сверстниками в процессе	
	элементов техники	совместного освоения	
	передвижений (перемещения	техники игровых	
	в стойке, остановка, поворот,	приемов и действий,	
	ускорение).	соблюдают правила	
	6-7 класс	безопасности.	
	Дальнейшее закрепление		
	техники		
Овладение	5 класс	Описывают технику	
техникой	Ловля и передача мяча двумя	изучаемых приемов и	
передвижений,	руками на месте и в	действий, осваивают их	
остановок,	движении без сопротивления	самостоятельно, выявляя	
поворотов и стоек	защитника (в парах, тройках,	и устраняя типичные	
	квадрате, круге) 6-7 классы	ошибки. Взаимодействуют со	
		1	
	Ловля и передача мяча двумя руками на месте и без	сверстниками в процессе	
	сопротивления защитника.	совместного освоения техники игровых	
	Ловля катящегося мяча	приемов и действий,	
	ловия катищегося мича	соблюдают правила	
		безопасности.	
Освоение ловли и	5 класс	Описывают технику	
передач мяча	Ловля и передача мяча двумя	изучаемых приемов и	
F	руками на месте и в	действий, осваивают их	
	движении без сопротивления	самостоятельно, выявляя	
	защитника (в парах, тройках,	и устраняя типичные	
	квадрате, круге)	ошибки.	
	6-7 классы	Взаимодействуют со	
	Ловля и передача мяча двумя	сверстниками в процессе	
	руками на месте и в	совместного освоения	
	движении с пассивным	техники игровых	
	сопротивлением защитника.	приемов и действий,	
	Ловля катящегося мяча	соблюдают правила	
		безопасности.	
Освоение техники	5 класс	Описывают технику	
ведения мяча	Ведение мяча в низкой,	изучаемых приемов и	
	средней и высокой стойке на	действий, осваивают их	
	месте; в движении по	самостоятельно, выявляя	

	T		T
	прямой, с изменением	и устраняя типичные	
	направления движения и	ошибки.	
	скорости ведения без	Взаимодействуют со	
	сопротивления защитника	сверстниками в процессе	
	ведущей и неведущей рукой.	совместного освоения	
	6-7 классы	техники игровых	
	Дальнейшее закрепление	приемов и действий,	
	техники ведения мяча.	соблюдают правила	
	Ведение мяча в движении по	безопасности.	
	прямой, с пассивным		
	сопротивлением защитника		
	ведущей и неведущей рукой.		
Овладение	5 класс	Описывают технику	
техникой бросков	Бросок мяча свеху в опорном	изучаемых приемов и	
мяча	положении и в прыжке.	действий, осваивают их	
	6-7 классы	самостоятельно, выявляя	
	Броски мяча сверху, снизу и	и устраняя типичные	
	сбоку согнутой и прямой	ошибки.	
	рукой	Взаимодействуют со	
		сверстниками в процессе	
		совместного освоения	
		техники игровых	
		приемов и действий,	
		соблюдают правила	
		безопасности.	
Освоение	5-6 классы	Описывают технику	
индивидуальной	Вырывание и выбивание	изучаемых приемов и	
техники защиты	мяча. Блокирование броска.	действий, осваивают их	
	7 класс	самостоятельно, выявляя	
	Перехват мяча. Игра вратаря	и устраняя типичные	
		ошибки.	
		Взаимодействуют со	
		сверстниками в процессе	
		совместного освоения	
		техники игровых	
		приемов и действий,	
		соблюдают правила	
		безопасности.	
Совершенствование	5-6 классы	Моделируют технику	
техники	Комбинация из освоенных	освоение игровых и	
перемещений,	элементов техники	приемов, варьируются ее	
владения мячом и	перемещений и владения	в зависимости от	
развитие	мячом	ситуаций и условий,	
кондиционных и	7 класс	возникающих в процессе	
координационных	Дальнейшее закрепление	игровой деятельности.	
способностей	техники	D ~	-
Овладение игрой и	5-6 классы	Взаимодействуют со	
комплексное	Игра по упрощенным	сверстниками в процессе	
развитие	правилам.	совместного освоения	
психомоторных	7 класс	техники игровых	
способностей	Игра по правилам мини-	приемов и действий,	
	гандбола.	соблюдают правила	
		безопасности.	
		Моделируют технику	
		освоение игровых и	
		приемов, варьируются ее	
	İ	в зависимости от	1

	1	l o	
		ситуаций и условий,	
		возникающих в процессе	
		игровой деятельности.	
Освоение тактики	5-6 классы	Организуют совместные	
игры	Тактика свободного падения.	занятия ручным мячом со	
	Позиционное нападение без	сверстниками,	
	изменения позиций игроков.	осуществляют судейство	
	Нападение быстрым	игры. Выполняют	
	прорывом.	правила игры,	
	7 класс	уважительно относятся к	
	Позиционное нападение с	сопернику и управляют	
	изменением позиций.	своими эмоциями.	
	Нападение быстрым	Применят правила	
	прорывом	подбора одежды для	
		занятий на открытом	
		воздухе, используют игру	
		в ручной мяч, как	
		средство активного	
		отдыха.	
	Волейбол		
Краткая	История волейбола.	Изучают историю	Патриотическое
характеристика	Основные правила игры в	волейбола и запоминают	воспитание,
вида спорта.	волейбол. Основные приёмы	имена выдающихся	Ценности научного
Требования к	игры в волейбол.	отечественных	•
технике без-	Правила техники	волейболистов -	познания,
опасности	безопасности	олимпийских чемпионов.	формирование
Ullachucin		Овладевают основными	культуры здоровья.
		приёмами игры в волей-	
		бол	
Овладение	5—7 классы	Описывают технику	
техникой пере-	Стойки игрока. Перемещения	изучаемых игровых	
движений,	в стойке приставными	приёмов и действий,	
остановок, по-	шагами боком, лицом и	осваивают их	
воротов и стоек	спиной вперёд. Ходьба, бег и	самостоятельно, выявляя	
	выполнение заданий (сесть	и устраняя типичные	
	на пол, встать, подпрыгнуть	ошибки.	
	и др.). Комбинации из	Взаимодействуют со	
	освоенных элементов	сверстниками в процессе	
	техники передвижений	совместного освоения	
	(перемещения в стойке,	техники игровых	
	остановки, ускорения)	приёмов и действий,	
		соблюдают правила	
	<u> </u>	безопасности	
Освоение техники	5—7 классы	Описывают технику	
приёма и передач	Передача мяча сверху двумя	изучаемых игровых	
мяча	руками на месте и после	приёмов и действий,	
	перемещения вперёд.	осваивают их	
	Передачи мяча над собой. То	самостоятельно, выявляя	
	же через сетку	и устраняя типичные	
		ошибки.	
		Взаимодействуют со	
		сверстниками в	
		процессесов местного	
		освоения техники	
		игровых приемов и	
		действий, соблюдают	
		правила безопасности	

	Τ -		Г
Овладение игрой и	5 класс	Организуют совместные	
комплексное	Игра по упрощённым	занятия волейболом со	
развитие психо-	правилам мини-волейбола.	сверстниками,	
моторных	Игры и игровые задания с	осуществляют судейство	
способностей	ограниченным числом	игры. Выполняют	
	игроков (2:2, 3:2, 3:3) и на	правила игры, учатся	
	укороченных площадках.	уважительно относиться	
	6—7 классы	к сопернику и управлять	
	Процесс совершенствования	своими эмоциями.	
	психомоторных	Применяют правила	
	способностей.	подбора одежды для	
	Дальнейшее обучение	занятий на открытом	
	технике движений и	воздухе, используют игру	
	продолжение развития	в волейбол как средство	
	психомоторных	активного отдыха	
	способностей		
Развитие	5—7 классы	Используют игровые	
координационных	Упражнения по овладению и	упражнения для развития	
способностей	совершенствованию в	названных	
(ориентирование в	технике перемещений и	координационных	
пространстве,	владения мячом типа бег с	способностей	
быстрота реакций и	изменением направления,		
перестроение	скорости, челночный бег с		
двигательных	ведением и без ведения мяча		
действий,	и др.; метания в цель		
дифференциро-	различными мячами,		
вание силовых,	жонглирование, упражнения		
пространственных	на быстроту и точность		
и временных па-	реакций, прыжки в заданном		
раметров	ритме; всевозможные		
движений, спо-	упражнения с мячом,		
собностей к	выполняемые также в соче-		
согласованию	тании с бегом, прыжками,		
движений и ритму)	акробатическими		
Asimonia i piring)	упражнениями и др. Игровые		
	упражнения типа 2:1, 3:1, 2:2,		
	3:2, 3:3		
Развитие	5—7 классы	Определяют степень	
выносливости	Эстафеты, круговая	утомления организма во	
	тренировка, подвижные игры	время игровой	
	с мячом, двусторонние игры	деятельности,	
	длительностью от 20 с	используют игровые	
	до12мин	действия для развития	
		выносливости	
Развитие	5—7 классы	Определяют степень	
скоростных и	Бег с ускорением,	утомления организма во	
скоростно-силовых	изменением направления,	время игровой	
способностей	темпа, ритма, из различных	деятельности,	
	исходных положений.	используют игровые	
	Ведение мяча в высокой,	действия для развития	
	средней и низкой стойке с	скоростных и скоростно-	
	максимальной частотой в те-	силовых способностей	
	чение 7—10с. Подвижные	CHIODBIA CHOCOUHUCICH	
	игры, эстафеты с мячом и без		
	мяча. Игровые упражнения с		
	набивным мячом, в со-		
	четании с прыжками,		

	метаниями и бросками мячей разного веса в цель и на		
	дальность.		
	Приём мяча снизу двумя		
	руками на месте и после		
	перемещения вперёд. То же через сетку		
Освоение техники	5 класс	Описывают технику	
нижней прямой	Нижняя прямая подача мяча	изучаемых игровых	
подачи	с расстояния 3—6м от сетки	приёмов и действий,	
	<u>6</u> —7 классы.	осваивают их	
	То же через сетку	самостоятельно, выявляя	
		и устраняя типичные ошибки.	
		Взаимодействуют со	
		сверстниками в процессе	
		совместного освоения	
		техники игровых при-	
		ёмов и действий,	
		соблюдают правила безопасности	
Освоение техники	5—7 классы	Описывают технику	
прямого	Прямой нападающий удар	изучаемых игровых	
нападающего удара	после подбрасывания мяча	приёмов и действий,	
	партнёром	осваивают их	
		самостоятельно, выявляя и устраняя типичные	
		ошибки.	
		Взаимодействуют со	
		сверстниками в процессе	
		совместного освоения	
		техники игровых при- ёмов и действий,	
		соблюдают правила	
		безопасности	
Закрепление	5—7 классы	Моделируют технику	
техники владения	Комбинации из освоенных	освоенных игровых	
мячом и развитие	элементов: приём, передача,	действий и приёмов, варьируют её в зависимо-	
координационных способностей	удар	сти от ситуаций и	
chocoonocien		условий, возникающих в	
		процессе игровой	
	_	деятельности	
Закрепление	5 класс	Моделируют технику	
техники пере- мещений, владения	Комбинации из освоенных элементов техники	освоенных игровых действий и приёмов,	
мячом и развитие	перемещений и владения мя-	варьируют её в зависимо-	
координационных	чом.	сти от ситуаций и	
способностей	6—7 классы	условий, возникающих в	
	Дальнейшее закрепление	процессе игровой	
	техники и продолжение развития координационных	деятельности	
	развития координационных способностей		
Освоение тактики	5 класс	Взаимодействуют со	
игры	Тактика свободного	сверстниками в процессе	
	нападения. Позиционное	совместного освоения	
	нападение без изменения по-	тактики игровых	

	AUTHI HEROKOB (6.0)	пайотрий ообщеность	
	зиций игроков (6:0).	действий, соблюдают	
	6—7 классы	правила безопасности.	
	Закрепление тактики свободного нападения.	Моделируют тактику	
		освоенных игровых	
	Позиционное нападение с	действий, варьируют её в	
	изменением позиций	зависимости от ситуаций	
		и условий, возникающих	
		в процессе игровой	
		деятельности	
Знания о	5—7 классы	Овладевают	
спортивной игре	Терминология избранной	терминологией,	
	спортивной игры; техника	относящейся к избранной	
	ловли, передачи, ведения	спортивной игре.	
	мяча или броска; тактика	Характеризуют технику и	
	нападений (быстрый прорыв,	тактику выполнения	
	расстановка игроков,	соответствующих игро-	
	позиционное нападение) и	вых двигательных	
	защиты (зонная и личная	действий.	
	защита).	Руководствуются	
	Правила и организация	правилами техники	
	избранной игры (цель и	безопасности. Объясняют	
	смысл игры, игровое поле,	правила и основы	
	количество участников,	1 -	
		организации игры	
	поведение игроков в		
	нападении и защите). Пра-		
	вила техники безопасности		
	при занятиях спортивными		
	играми		
			4
Самостоятельные	5—7 классы	Используют разученные	
Самостоятельные	5—7 классы Упражнения по	Используют разученные упражнения, полвижные	
занятия	Упражнения по	упражнения, подвижные	
занятия прикладной	Упражнения по совершенствованию	упражнения, подвижные игры и игровые задания в	
занятия прикладной физической	Упражнения по совершенствованию координационных,	упражнения, подвижные игры и игровые задания в самостоятельных за-	
занятия прикладной	Упражнения по совершенствованию координационных, скоростно-силовых, силовых	упражнения, подвижные игры и игровые задания в самостоятельных занятиях при решении	
занятия прикладной физической	Упражнения по совершенствованию координационных, скоростно-силовых, силовых способностей и вынос-	упражнения, подвижные игры и игровые задания в самостоятельных занятиях при решении задач физической, техни-	
занятия прикладной физической	Упражнения по совершенствованию координационных, скоростно-силовых, силовых способностей и выносливости. Игровые	упражнения, подвижные игры и игровые задания в самостоятельных занятиях при решении задач физической, технической, тактической и	
занятия прикладной физической	Упражнения по совершенствованию координационных, скоростно-силовых, силовых способностей и выносливости. Игровые упражнения по со-	упражнения, подвижные игры и игровые задания в самостоятельных занятиях при решении задач физической, технической, тактической и спортивной подготовки.	
занятия прикладной физической	Упражнения по совершенствованию координационных, скоростно-силовых, силовых способностей и выносливости. Игровые упражнения по совершенствованию	упражнения, подвижные игры и игровые задания в самостоятельных занятиях при решении задач физической, технической, тактической и спортивной подготовки. Осуществляют	
занятия прикладной физической	Упражнения по совершенствованию координационных, скоростно-силовых, силовых способностей и выносливости. Игровые упражнения по совершенствованию технических приёмов (ловля,	упражнения, подвижные игры и игровые задания в самостоятельных занятиях при решении задач физической, технической, тактической и спортивной подготовки. Осуществляют самоконтроль за	
занятия прикладной физической	Упражнения по совершенствованию координационных, скоростно-силовых, силовых способностей и выносливости. Игровые упражнения по совершенствованию технических приёмов (ловля, передача, броски или удары в	упражнения, подвижные игры и игровые задания в самостоятельных занятиях при решении задач физической, технической, тактической и спортивной подготовки. Осуществляют самоконтроль зафизической нагрузкой во	
занятия прикладной физической	Упражнения по совершенствованию координационных, скоростно-силовых, силовых способностей и выносливости. Игровые упражнения по совершенствованию технических приёмов (ловля, передача, броски или удары в цель, ведение, сочетание	упражнения, подвижные игры и игровые задания в самостоятельных занятиях при решении задач физической, технической, тактической и спортивной подготовки. Осуществляют самоконтроль за	
занятия прикладной физической	Упражнения по совершенствованию координационных, скоростно-силовых, силовых способностей и выносливости. Игровые упражнения по совершенствованию технических приёмов (ловля, передача, броски или удары в цель, ведение, сочетание приёмов). Подвижные игры и	упражнения, подвижные игры и игровые задания в самостоятельных занятиях при решении задач физической, технической, тактической и спортивной подготовки. Осуществляют самоконтроль зафизической нагрузкой во	
занятия прикладной физической	Упражнения по совершенствованию координационных, скоростно-силовых, силовых способностей и выносливости. Игровые упражнения по совершенствованию технических приёмов (ловля, передача, броски или удары в цель, ведение, сочетание приёмов). Подвижные игры и игровые задания,	упражнения, подвижные игры и игровые задания в самостоятельных занятиях при решении задач физической, технической, тактической и спортивной подготовки. Осуществляют самоконтроль зафизической нагрузкой во	
занятия прикладной физической	Упражнения по совершенствованию координационных, скоростно-силовых, силовых способностей и выносливости. Игровые упражнения по совершенствованию технических приёмов (ловля, передача, броски или удары в цель, ведение, сочетание приёмов). Подвижные игры и игровые задания, приближённые к	упражнения, подвижные игры и игровые задания в самостоятельных занятиях при решении задач физической, технической, тактической и спортивной подготовки. Осуществляют самоконтроль зафизической нагрузкой во	
занятия прикладной физической	Упражнения по совершенствованию координационных, скоростно-силовых, силовых способностей и выносливости. Игровые упражнения по совершенствованию технических приёмов (ловля, передача, броски или удары в цель, ведение, сочетание приёмов). Подвижные игры и игровые задания, приближённые к содержанию разучиваемых	упражнения, подвижные игры и игровые задания в самостоятельных занятиях при решении задач физической, технической, тактической и спортивной подготовки. Осуществляют самоконтроль зафизической нагрузкой во	
занятия прикладной физической	Упражнения по совершенствованию координационных, скоростно-силовых, силовых способностей и выносливости. Игровые упражнения по совершенствованию технических приёмов (ловля, передача, броски или удары в цель, ведение, сочетание приёмов). Подвижные игры и игровые задания, приближённые к содержанию разучиваемых спортивных игр. Правила	упражнения, подвижные игры и игровые задания в самостоятельных занятиях при решении задач физической, технической, тактической и спортивной подготовки. Осуществляют самоконтроль зафизической нагрузкой во	
занятия прикладной физической	Упражнения по совершенствованию координационных, скоростно-силовых, силовых способностей и выносливости. Игровые упражнения по совершенствованию технических приёмов (ловля, передача, броски или удары в цель, ведение, сочетание приёмов). Подвижные игры и игровые задания, приближённые к содержанию разучиваемых спортивных игр. Правила самоконтроля	упражнения, подвижные игры и игровые задания в самостоятельных занятиях при решении задач физической, технической, тактической и спортивной подготовки. Осуществляют самоконтроль за физической нагрузкой во время этих занятий	
занятия прикладной физической	Упражнения по совершенствованию координационных, скоростно-силовых, силовых способностей и выносливости. Игровые упражнения по совершенствованию технических приёмов (ловля, передача, броски или удары в цель, ведение, сочетание приёмов). Подвижные игры и игровые задания, приближённые к содержанию разучиваемых спортивных игр. Правила самоконтроля 5—7 классы	упражнения, подвижные игры и игровые задания в самостоятельных занятиях при решении задач физической, технической, тактической и спортивной подготовки. Осуществляют самоконтроль зафизической нагрузкой во время этих занятий	
занятия прикладной физической подготовкой	Упражнения по совершенствованию координационных, скоростно-силовых, силовых способностей и выносливости. Игровые упражнения по совершенствованию технических приёмов (ловля, передача, броски или удары в цель, ведение, сочетание приёмов). Подвижные игры и игровые задания, приближённые к содержанию разучиваемых спортивных игр. Правила самоконтроля 5—7 классы Организация и проведение	упражнения, подвижные игры и игровые задания в самостоятельных занятиях при решении задач физической, технической, тактической и спортивной подготовки. Осуществляют самоконтроль за физической нагрузкой во время этих занятий	
занятия прикладной физической подготовкой Овладение	Упражнения по совершенствованию координационных, скоростно-силовых, силовых способностей и выносливости. Игровые упражнения по совершенствованию технических приёмов (ловля, передача, броски или удары в цель, ведение, сочетание приёмов). Подвижные игры и игровые задания, приближённые к содержанию разучиваемых спортивных игр. Правила самоконтроля 5—7 классы	упражнения, подвижные игры и игровые задания в самостоятельных занятиях при решении задач физической, технической, тактической и спортивной подготовки. Осуществляют самоконтроль зафизической нагрузкой во время этих занятий	
занятия прикладной физической подготовкой Овладение организаторскими	Упражнения по совершенствованию координационных, скоростно-силовых, силовых способностей и выносливости. Игровые упражнения по совершенствованию технических приёмов (ловля, передача, броски или удары в цель, ведение, сочетание приёмов). Подвижные игры и игровые задания, приближённые к содержанию разучиваемых спортивных игр. Правила самоконтроля 5—7 классы Организация и проведение	упражнения, подвижные игры и игровые задания в самостоятельных занятиях при решении задач физической, технической, тактической и спортивной подготовки. Осуществляют самоконтроль за физической нагрузкой во время этих занятий	
занятия прикладной физической подготовкой Овладение организаторскими	Упражнения по совершенствованию координационных, скоростно-силовых, силовых способностей и выносливости. Игровые упражнения по совершенствованию технических приёмов (ловля, передача, броски или удары в цель, ведение, сочетание приёмов). Подвижные игры и игровые задания, приближённые к содержанию разучиваемых спортивных игр. Правила самоконтроля 5—7 классы Организация и проведение подвижных игры и игровых заданий, приближённых к	упражнения, подвижные игры и игровые задания в самостоятельных занятиях при решении задач физической, технической, тактической и спортивной подготовки. Осуществляют самоконтроль за физической нагрузкой во время этих занятий Организуют со сверстниками совместные занятия по подвижным играм и	
занятия прикладной физической подготовкой Овладение организаторскими	Упражнения по совершенствованию координационных, скоростно-силовых, силовых способностей и выносливости. Игровые упражнения по совершенствованию технических приёмов (ловля, передача, броски или удары в цель, ведение, сочетание приёмов). Подвижные игры и игровые задания, приближённые к содержанию разучиваемых спортивных игр. Правила самоконтроля 5—7 классы Организация и проведение подвижных игры и игровых заданий, приближённых к содержанию разучиваемой	упражнения, подвижные игры и игровые задания в самостоятельных занятиях при решении задач физической, технической, тактической и спортивной подготовки. Осуществляют самоконтроль за физической нагрузкой во время этих занятий Организуют со сверстниками совместные занятия по подвижным играм и игровым упражнениям,	
занятия прикладной физической подготовкой Овладение организаторскими	Упражнения по совершенствованию координационных, скоростно-силовых, силовых способностей и выносливости. Игровые упражнения по совершенствованию технических приёмов (ловля, передача, броски или удары в цель, ведение, сочетание приёмов). Подвижные игры и игровые задания, приближённые к содержанию разучиваемых спортивных игр. Правила самоконтроля 5—7 классы Организация и проведение подвижных игры и игровых заданий, приближённых к содержанию разучиваемой игры, помощь в судействе,	упражнения, подвижные игры и игровые задания в самостоятельных занятиях при решении задач физической, технической, тактической и спортивной подготовки. Осуществляют самоконтроль за физической нагрузкой во время этих занятий Организуют со сверстниками совместные занятия по подвижным играм и игровым упражнениям, приближённым к	
занятия прикладной физической подготовкой Овладение организаторскими	Упражнения по совершенствованию координационных, скоростно-силовых, силовых способностей и выносливости. Игровые упражнения по совершенствованию технических приёмов (ловля, передача, броски или удары в цель, ведение, сочетание приёмов). Подвижные игры и игровые задания, приближённые к содержанию разучиваемых спортивных игр. Правила самоконтроля 5—7 классы Организация и проведение подвижных игры и игровых заданий, приближённых к содержанию разучиваемой игры, помощь в судействе, комплектование команды,	упражнения, подвижные игры и игровые задания в самостоятельных занятиях при решении задач физической, технической, тактической и спортивной подготовки. Осуществляют самоконтроль за физической нагрузкой во время этих занятий Организуют со сверстниками совместные занятия по подвижным играм и игровым упражнениям, приближённым к содержанию	
занятия прикладной физической подготовкой Овладение организаторскими	Упражнения по совершенствованию координационных, скоростно-силовых, силовых способностей и выносливости. Игровые упражнения по совершенствованию технических приёмов (ловля, передача, броски или удары в цель, ведение, сочетание приёмов). Подвижные игры и игровые задания, приближённые к содержанию разучиваемых спортивных игр. Правила самоконтроля 5—7 классы Организация и проведение подвижных игры и игровых заданий, приближённых к содержанию разучиваемой игры, помощь в судействе, комплектование команды, подготовка места проведения	упражнения, подвижные игры и игровые задания в самостоятельных занятиях при решении задач физической, технической, тактической и спортивной подготовки. Осуществляют самоконтроль за физической нагрузкой во время этих занятий Организуют со сверстниками совместные занятия по подвижным играм и игровым упражнениям, приближённым к содержанию разучиваемой игры,	
занятия прикладной физической подготовкой Овладение организаторскими	Упражнения по совершенствованию координационных, скоростно-силовых, силовых способностей и выносливости. Игровые упражнения по совершенствованию технических приёмов (ловля, передача, броски или удары в цель, ведение, сочетание приёмов). Подвижные игры и игровые задания, приближённые к содержанию разучиваемых спортивных игр. Правила самоконтроля 5—7 классы Организация и проведение подвижных игры и игровых заданий, приближённых к содержанию разучиваемой игры, помощь в судействе, комплектование команды,	упражнения, подвижные игры и игровые задания в самостоятельных занятиях при решении задач физической, технической, тактической и спортивной подготовки. Осуществляют самоконтроль за физической нагрузкой во время этих занятий Организуют со сверстниками совместные занятия по подвижным играм и игровым упражнениям, приближённым к содержанию	

		пакторанны команти	
		лектовании команды, подготовке мест проведе-	
		ния игры	
	Футбол	ппл пгры	
I <i>C</i>	История футбола. Основные	Ирушалат угатарууга	Потрамотического
Краткая	правила игры в футбол.	Изучают историю футбола и запоминают	Патриотическое
характеристика вида спорта	Основные приёмы игры в	имена выдающихся	воспитание,
•	футбол. Подвижные игры	отечественных	Ценности научного
Требования к	для освоения передвижения и	футболистов.	познания,
технике без-	остановок. Правила техники	Овладевают основными	формирование
опасности	безопасности	приёмами игры в футбол.	культуры здоровья.
		Соблюдают правила,	культуры эдоровы.
		чтобы избежать травм	
		при занятиях футболом.	
		Выполняют контрольные	
		упражнения и тесты	
Овладение	5 класс	Описывают технику	
техникой пере-	Стойки игрока. Перемещения	изучаемых игровых	
движений,	в стойке приставными	приёмов и действий,	
остановок, пово-	шагами боком и спиной	осваивают их	
ротов и стоек	вперёд, ускорения, старты из	самостоятельно, выявляя	
	различных положений. Комбинации из освоенных	и устраняя типичные ошибки.	
	элементов техники	Взаимодействуют со	
	передвижений	сверстниками в	
	(перемещения, остановки,	процессесовместного	
	повороты, ускорения).	освоения техники	
	6 - 7 классы	игровых приемов и	
	Дальнейшее закрепление	действий, соблюдают	
	техники	правила безопасности	
Освоение ударов по	5 класс	Описывают технику	
мячу и остановок	Ведение мяча по прямой с	изучаемых игровых	
мяча	изменением направления	приёмов и действий,	
	движения и скорости ведения	осваивают их	
	без сопротивления	самостоятельно, выявляя	
	защитника ведущей и неведущей ногой.	и устраняя типичные ошибки.	
	6—7 классы	Взаимодействуют со	
	Дальнейшее закрепление	сверстниками в процессе	
	техники. Ведение мяча по	совместного освоения	
	прямой с изменением	техники игровых	
	направления движения и	приёмов и действий,	
	скорости ведения с	соблюдают правила	
	пассивным сопротивлением	безопасности	
	защитника ведущей и		
	неведущей ногой		
Овладение	5 класс	Описывают технику	
техникой ударов по	Удары по воротам	изучаемых игровых	
воротам	указанными способами на	приёмов и действий,	
· F · · · · · ·	точность (меткость) попада-	осваивают их	
	ния мячом в цель.	самостоятельно, выявляя	
	6—7 классы	и устраняя типичные	
	Продолжение овладения	ошибки.	
	техникой ударов по воротам	Взаимодействуют со	
		сверстниками в процессе	
		совместного освоения	

	T	T	T
		техники игровых	
		приёмов и действий,	
		соблюдают правила	
n	5 5	безопасности	
Закрепление	5—7 классы	Моделируют технику	
техники владения	Комбинации из освоенных	освоенных игровых	
мячом и развитие	элементов: ведение, удар	действий и приёмов,	
координационных	(пас), приём мяча, остановка,	варьируют её в зависимо-	
способностей	удар по воротам	сти от ситуаций и условий, возникающих в	
		процессе игровой	
		деятельности	
Закрепление	5—7 классы	Моделируют технику	
техники пере-	Комбинации из освоенных	освоенных игровых	
мещений, владения	элементов техники	действий и приёмов,	
мячом и развитие	перемещений и владения мя-	варьируют её в зависимо-	
координационных	чом	сти от ситуаций и	
способностей	TOM	условий, возникающих в	
chocoonocien		процессе игровой	
		деятельности	
Освоение тактики	5—6 классы	Взаимодействуют со	1
игры	Тактика свободного	сверстниками в процессе	
r	нападения. Позиционные	совместного освоения	
	нападения без изменения	тактики игровых	
	позиций игроков.	действий, соблюдают	
	Нападение в игровых	правила безопасности.	
	заданиях 3:1, 3:2, 3:3,2:1 с	Моделируют тактику	
	атакой и без атаки на ворота.	освоенных игровых	
	7 класс	действий, варьируют её в	
	Позиционные нападения с	зависимости от ситуаций	
	изменением позиций	и условий, возникающих	
	игроков.	в процессе игровой	
	Дальнейшее закрепление	деятельности	
	приёмов тактики		
Овладение игрой и	5—6 классы	Организуют совместные	
комплексное	Игра по упрощённым	занятия футболом со	
развитие	правилам на площадках	сверстниками,	
психомоторных	разных размеров.	осуществляют судейство	
способностей	Игры и игровые задания 2:1,	игры. Выполняют	
	3:1, 3:2, 3:3.	правила игры, учатся	
	7 класс	уважительно относиться	
	Дальнейшее закрепление техники	к сопернику и управлять своими эмоциями.	
	ТСАНИКИ	Определяют степень	
		утомления организма во	
		время игровой	
		деятельности,	
		используют игровые	
		действия футбола для	
		комплексного развития	
		физических	
		способностей.	
		Применяют правила	
		подбора одежды для	
		занятий на открытом	
		воздухе, используют игру	
		в футбол как средство	

		активного отдыха	
Самостоятелы	ные занятия физически	ми упражнениями	
Способы Двигательной (физкультурной) деятельности	Основные двигательные способности пять основных двигательных способностей: гибкость, сила, быстрота, вы-	Выполняют специально подобранные самостоятельные контрольные упражнения	Ценности научного познания, формирование
Выбор упражнений и составление индивидуальных комплексов для утренней зарядки, физкультминуток и физкультпауз (подвижных перемен)	носливость и ловкость Гибкость Упражнения для рук и плечевого пояса. Упражнения для пояса. Упражнения для ног и тазобедренных суставов Сила Упражнения для развития силы рук. Упражнения для развития силы ног. Упражнения для развития силы мышц туловища Быстрота Упражнения для развития быстроты движений	Выполняют разученные комплексы упражнений для развития гибкости. Оценивают свою силу по приведённым показателям Выполняют разученные комплексы упражнений для развития силы. Оценивают свою силу по приведённым показателям Выполняют разученные комплексы упражнений для развития быстроты.	культуры здоровья
	(скоростных способностей). Упражнения, одновременно развивающие силу и быстроту Выносливость Упражнения для развития выносливости	Оценивают свою быстроту по приведённым по-казателям Выполняют разученные комплексы упражнений для развития выносливости. Оценивают свою выносливость по приведённым показателям	
	Ловкость Упражнения для развития двигательной ловкости. Упражнения для развития локомоторной ловкости	Выполняют разученные комплексы упражнений для развития ловкости. Оценивают свою ловкость по приведённым показателям	
Организация и проведение пеших туристских походов. Требование к технике безопасности и бережному отношению к природе (экологические требования)	Туризм История туризма в мире и в России. Пеший туризм. Техника движения по равнинной местности. Организация привала. Бережное отношение к природе. Первая помощь при травмах в пешем туристском походе	Раскрывают историю формирования туризма. Формируют на практике туристские навыки в пешем походе под руководством преподавателя. Объясняют важность бережного отношения к природе. В парах с одноклассниками тренируются в наложении повязок и жгутов, переноске	Ценности научного познания, формирование культуры здоровья

Содержание	Тематическое	Характеристика	
курса	планирование	видов деятельности	
JI	•	учащихся	
	8 – 9 классы	унщихси	
Ф.	Что надо знать	TT	Harriager varenana
Физическое развитие человека	Влияние возрастных особенностей организма на физическое развитие и физическую подготовленность 8—9 классы Характеристика возрастных и половых особенностей организма и их связь с показателями физического развития Роль опорно-двигательного	Используют знания о своих возрастно-половых и индивидуальных особенностях, своего физического развития при осуществлении физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности	Ценности научного познания, формирование культуры здоровья.
	аппарата в выполнении физических упражнений 8—9 классы Опорно-двигательный аппарат и мышечная система, их роль в осуществлении двигательных актов. Правильная осанка как один из основных показателей физического развития человека. Основные средства формирования и профилактики нарушений осанки и коррекции телосложения	правилами профилактики нарушений осанки, подбирают и выполняют упражнения по профилактике её нарушения и коррекции	
	Значение нервной системы в управлении движениями и регуляции систем организма 8—9 классы Значение нервной системы в управлении движениями и регуляции систем дыхания, кровообращения и энергообеспечения Психические процессы в обучении двигательным	Раскрывают значение нервной системы в управлении движениями и в регуляции основных систем организма Готовятся осмысленно относиться к изучаемым	
	действиям 8—9 классы Психологические предпосылки овладения движениями. Участие в двигательной деятельности психических процессов (внимание, восприятие,	двигательным действиям	

		T	
	мышление, воображение,		
	память)		
Самонаблюдение и	Самоконтроль при занятиях	Осуществляют	
самоконтроль	физическими упражнениями	самоконтроль за	
	8—9 классы	физической нагрузкой во	
	Регулярное наблюдение	время занятий.	
	физкультурником за	Начинают вести дневник	
	состоянием своего здоровья,	самоконтроля учащегося,	
	физического развития и	куда заносят показатели	
	самочувствия при занятиях	своей физической	
	физической культурой и	подготовленности	
	спортом. Учёт данных		
	самоконтроля в дневнике		
	самоконтроля		
Оценка	Основы обучения и	Раскрывают основы	Ценности
эффективности за-	самообучения двигательным	обучения технике	научного
нятий физкультурно-	действиям	двигательных действий и	•
оздоровительной	8—9 классы	используют правила её	познания,
деятельностью	Педагогические,	освоения в	формирование
	физиологические и	самостоятельных занятиях.	культуры
Оценка техники	психологические основы	Обосновывают уровень	здоровья.
движений, способы	обучения технике	освоенности новых двига-	_
	двигательных действий.	тельных действий и	
выявления и уст-	Двигательные умения и	руководствуются правилами	
ранения ошибок в	навыки как основные	профилактики появления и	
технике выполнения	способы освоения новых	устранения ошибок	
упражнений	двигательных действий	Jerpanemar emireek	
(технических ошибок)	(движений). Техника		
	движений и её основные по-		
	казатели. Профилактика		
	появления ошибок и способы		
	их устранения		
Личная гигиена в	8—9 классы	Продолжают усваивать	A
процессе занятий	Общие гигиенические	основные гигиенические	формирование
физическими уп-	правила, режим дня,	правила.	культуры
ражнениями	утренняя зарядка и её	Определяют назначение	здоровья.
ражнениями	влияние на	физкультурно-оздорови-	
	работоспособность человека.	тельных занятий, их роль и	
	Физкультминутки	значение в режиме дня.	
	(физкультпаузы), их	Используют правила	
	значение для профилактики	подбора и составления	
	утомления в условиях	комплекса физических	
	учебной и трудовой	упражнений для физкуль-	
	деятельности. Закаливание	турно-оздоровительных	
	организма, правила	занятий.	
	безопасности и	Определяют дозировку	
	гигиенические требования во	температурных режимов	
	время закаливающих	для закаливающих	
	процедур.	процедур, руководствуются	
	Восстановительный массаж,	правилами безопасности	
	его роль в укреплении	при их проведении.	
	здоровья человека. Техника и	Характеризуют основные	
	правила выполнения	приёмы массажа, проводят	
	простейших приёмов	самостоятельные сеансы.	
	массажа. Банные процедуры	Характеризуют	
	и их задачи, связь с укреп-	оздоровительное значение	
	лением здоровья. Правила	-	
	лением здоровья. Правила	бани, руководствуются	

	породония в боло и	проридоми прородомия	
	поведения в бане и	правилами проведения	
	гигиенические требования к	банных процедур	
П	банным процедурам	D	1
Предупреждение	8—9 классы	Раскрывают причины	формирование
травматизма и	Причины возникновения	возникновения травм и	культуры
оказание первой	травм и повреждений при	повреждений при занятиях	здоровья.
помощи при травмах	занятиях физической	физической культурой и	
и ушибах	культурой и спортом.	спортом, характеризуют	
	Характеристика типовых	типовые травмы и	
	травм, простейшие приёмы и	используют простейшие	
	правила оказания первой	приёмы и правила оказания	
	помощи при травмах	первой помощи при травмах	
Совершенствование	8—9 классы	Обосновывают	формирование
физических	Физическая подготовка как	положительное влияние	культуры
способностей	система регулярных занятий	занятий физическими	здоровья.
	по развитию	упражнениями для	
	физических (кондиционных	укрепления здоровья,	
	и координационных)	устанавливают связь между	
	способностей. Основные	развитием физических	
	правила их	способностей и основных	
	совершенствования	систем организма	
Адаптивная	8—9 классы	Обосновывают	формирование
физическая культура	Адаптивная физическая	целесообразность развития	культуры
	культура как система	адаптивной физической	здоровья.
	занятий физическими упраж-	культуры в обществе, рас-	
	нениями по укреплению и	крывают содержание и	
	сохранению здоровья,	направленность занятий	
	коррекции осанки и телосло-		
	жения, профилактики		
Профессионаличе	утомления 8—9 классы	Ourouguet of heavy is	1
Профессионально-	Прикладная физическая	Определяют задачи и	формирование
прикладная	подготовка как система	содержание профессионально-	культуры
физическая подготовка	тренировочных занятий для	прикладной физической	здоровья.
подготовка	освоения профессиональной	подготовки, раскрывают её	
	деятельности, всестороннего	специфическую связь с	
	и гармоничного физического		
		TOUTOROW TESTETLUCTER	
		трудовой деятельностью	
Истопия	совершенствования	человека	W
История	совершенствования 8—9 классы	человека Раскрывают историю	Ценности
возникновения и	совершенствования 8—9 классы Появление первых	человека Раскрывают историю возникновения и формиро-	Ценности научного
возникновения и формирования	совершенствования 8—9 классы Появление первых примитивных игр и	человека Раскрывают историю возникновения и формирования физической	*
возникновения и	совершенствования 8—9 классы Появление первых примитивных игр и физических упражнений.	человека Раскрывают историю возникновения и формирования физической культуры.	научного познания,
возникновения и формирования	совершенствования 8—9 классы Появление первых примитивных игр и физических упражнений. Физическая культура в	человека Раскрывают историю возникновения и формирования физической культуры. Характеризуют	научного познания, формирование
возникновения и формирования	совершенствования 8—9 классы Появление первых примитивных игр и физических упражнений. Физическая культура в разные общественно-	человека Раскрывают историю возникновения и формирования физической культуры. Характеризуют Олимпийские игры	научного познания, формирование культуры
возникновения и формирования	совершенствования 8—9 классы Появление первых примитивных игр и физических упражнений. Физическая культура в разные общественно- экономические формации.	человека Раскрывают историю возникновения и формирования физической культуры. Характеризуют Олимпийские игры древности как явление	научного познания, формирование
возникновения и формирования	совершенствования 8—9 классы Появление первых примитивных игр и физических упражнений. Физическая культура в разные общественно- экономические формации. Мифы и легенды о	человека Раскрывают историю возникновения и формирования физической культуры. Характеризуют Олимпийские игры древности как явление культуры, раскрывают	научного познания, формирование культуры
возникновения и формирования	совершенствования 8—9 классы Появление первых примитивных игр и физических упражнений. Физическая культура в разные общественно- экономические формации. Мифы и легенды о зарождении Олимпийских	человека Раскрывают историю возникновения и формирования физической культуры. Характеризуют Олимпийские игры древности как явление культуры, раскрывают содержание и правила	научного познания, формирование культуры
возникновения и формирования	совершенствования 8—9 классы Появление первых примитивных игр и физических упражнений. Физическая культура в разные общественно- экономические формации. Мифы и легенды о зарождении Олимпийских игр древности. Исторические	человека Раскрывают историю возникновения и формирования физической культуры. Характеризуют Олимпийские игры древности как явление культуры, раскрывают	научного познания, формирование культуры
возникновения и формирования	совершенствования 8—9 классы Появление первых примитивных игр и физических упражнений. Физическая культура в разные общественно- экономические формации. Мифы и легенды о зарождении Олимпийских игр древности. Исторические сведения о развитии древних	человека Раскрывают историю возникновения и формирования физической культуры. Характеризуют Олимпийские игры древности как явление культуры, раскрывают содержание и правила	научного познания, формирование культуры
возникновения и формирования	совершенствования 8—9 классы Появление первых примитивных игр и физических упражнений. Физическая культура в разные общественно- экономические формации. Мифы и легенды о зарождении Олимпийских игр древности. Исторические сведения о развитии древних Олимпийских игр (виды	человека Раскрывают историю возникновения и формирования физической культуры. Характеризуют Олимпийские игры древности как явление культуры, раскрывают содержание и правила	научного познания, формирование культуры
возникновения и формирования	совершенствования 8—9 классы Появление первых примитивных игр и физических упражнений. Физическая культура в разные общественно- экономические формации. Мифы и легенды о зарождении Олимпийских игр древности. Исторические сведения о развитии древних Олимпийских игр (виды состязаний, правила их	человека Раскрывают историю возникновения и формирования физической культуры. Характеризуют Олимпийские игры древности как явление культуры, раскрывают содержание и правила	научного познания, формирование культуры
возникновения и формирования	совершенствования 8—9 классы Появление первых примитивных игр и физических упражнений. Физическая культура в разные общественно- экономические формации. Мифы и легенды о зарождении Олимпийских игр древности. Исторические сведения о развитии древних Олимпийских игр (виды состязаний, правила их проведения, известные	человека Раскрывают историю возникновения и формирования физической культуры. Характеризуют Олимпийские игры древности как явление культуры, раскрывают содержание и правила	научного познания, формирование культуры
возникновения и формирования физической культуры	совершенствования 8—9 классы Появление первых примитивных игр и физических упражнений. Физическая культура в разные общественно- экономические формации. Мифы и легенды о зарождении Олимпийских игр древности. Исторические сведения о развитии древних Олимпийских игр (виды состязаний, правила их проведения, известные участники и победители)	человека Раскрывают историю возникновения и формирования физической культуры. Характеризуют Олимпийские игры древности как явление культуры, раскрывают содержание и правила соревнований	научного познания, формирование культуры здоровья.
возникновения и формирования физической культуры Физическая культура	совершенствования 8—9 классы Появление первых примитивных игр и физических упражнений. Физическая культура в разные общественно- экономические формации. Мифы и легенды о зарождении Олимпийских игр древности. Исторические сведения о развитии древних Олимпийских игр (виды состязаний, правила их проведения, известные участники и победители) 8—9 классы	человека Раскрывают историю возникновения и формирования физической культуры. Характеризуют Олимпийские игры древности как явление культуры, раскрывают содержание и правила соревнований	научного познания, формирование культуры здоровья. Патриотическое
возникновения и формирования физической культуры Физическая культура и олимпийское	совершенствования 8—9 классы Появление первых примитивных игр и физических упражнений. Физическая культура в разные общественно- экономические формации. Мифы и легенды о зарождении Олимпийских игр древности. Исторические сведения о развитии древних Олимпийских игр (виды состязаний, правила их проведения, известные участники и победители) 8—9 классы Олимпийское движение в	человека Раскрывают историю возникновения и формирования физической культуры. Характеризуют Олимпийские игры древности как явление культуры, раскрывают содержание и правила соревнований Раскрывают причины возникновения олимпий-	научного познания, формирование культуры здоровья.
возникновения и формирования физической культуры Физическая культура	совершенствования 8—9 классы Появление первых примитивных игр и физических упражнений. Физическая культура в разные общественно- экономические формации. Мифы и легенды о зарождении Олимпийских игр древности. Исторические сведения о развитии древних Олимпийских игр (виды состязаний, правила их проведения, известные участники и победители) 8—9 классы	человека Раскрывают историю возникновения и формирования физической культуры. Характеризуют Олимпийские игры древности как явление культуры, раскрывают содержание и правила соревнований	научного познания, формирование культуры здоровья.

Возрождение Олимпийских игр и олимпийского движения	становлении и развитии. Первые успехи российских спортсменов на Олимпийских играх. Основные этапы развития олимпийского движения в России (СССР). Выдающиеся достижения отечественных спортсменов на Олимпийских играх. Сведения о московской Олимпиаде 1980 г. и о зимней Олимпиаде в Сочи в 2014 г. Олимпиады: странички истории 8—9 классы Летние и зимние Олимпийские игры современности. Двухкратные и трёхкратные и трёхкратные отечественные и зарубежные победители Олимпийских игр. Допинг. Концепция честного спорта	характеризуют историческую роль А. Д. Бутовского в этом процессе. Объясняют и доказывают, чем знаменателен советский период развития олимпийского движения в России Готовят рефераты на темы «Знаменитый отечественный (иностранный) победитель Олимпиады», «Удачное выступление отечественных спортсменов на одной из Олимпиад», «Олимпийский вид спорта, его рекорды на Олимпиадах»	Патриотическое воспитание
Совершенств	ование двигательных у	мений и навыков	
	Баскетбол		
Овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек	8—9 классы Дальнейшее закрепление техники передвижений, остановок, поворотов и стоек	Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности.	Патриотическое воспитание, Ценности научного познания, формирование культуры здоровья.
Освоение ловли и передач мяча	8—9 классы Дальнейшее закрепление техники ловли и передач мяча	Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности Описывают технику	
ведения мяча	Дальнейшее закрепление техники ведения мяча	изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их	

	T	Т
		самостоятельно, выявляя и
		устраняя типичные ошибки.
		Взаимодействуют со
		сверстниками в процессе
		совместного освоения
		техники игровых приёмов и
		действий, соблюдают
		правила безопасности
Овладение техникой	8—9 классы	Описывают технику
бросков мяча	Дальнейшее закрепление	изучаемых игровых
	техники бросков мяча.	приёмов и действий,
	Броски одной и двумя	осваивают их
	руками в прыжке	самостоятельно, выявляя и
		устраняя типичные ошибки.
		Взаимодействуют со
		сверстниками в процессе
		совместного освоения
		техники игровых приёмов и
		действий, соблюдают
		правила безопасности
Освоение	8 класс	Описывают технику
индивидуальной	Дальнейшее закрепление	изучаемых игровых
техники защиты	техники вырывания и	приёмов и действий,
	выбивания мяча, перехвата.	осваивают их
	9 класс	самостоятельно, выявляя и
	Совершенствование техники	устраняя типичные ошибки.
	вырывания и выбивания	Взаимодействуют со
	мяча, перехвата	сверстниками в процессе
		совместного освоения
		техники игровых приёмов и
		действий, соблюдают
		правила безопасности
Закрепление техники	8 класс	Моделируют технику
владения мячом и	Дальнейшее закрепление	освоенных игровых
развитие	техники владения мячом и	действий и приёмов,
координационных	развитие координационных	варьируют её в зависимости
способностей	способностей.	от ситуаций и условий,
	9 класс	возникающих в процессе
	Совершенствование техники	игровой деятельности
Закрепление техники	8 класс	Моделируют технику
перемещений,	Дальнейшее закрепление	освоенных игровых
владения мячом и	техники перемещений,	действий и приёмов,
развитие	владения мячом и развитие	варьируют её в зависимости
координационных	координационных	от ситуаций и условий,
способностей	способностей.	возникающих в процессе
	9 класс	игровой деятельности
	Совершенствование техники	-
Освоение тактики	8—9 классы	Взаимодействуют со
игры	Дальнейшее закрепление	сверстниками в процессе
•	тактики Позиционное	совместного освоения
	нападение и личная защита в	тактики игровых действий,
	игровых взаимодействиях	соблюдают правила
	2:2, 3:3, 4:4,5:5 на одну	безопасности.
	корзину. Нападение быстрым	Моделируют тактику
	прорывом (3:2).	освоенных игровых
	Взаимодействие двух (трёх)	действий, варьируют её в
	игроков в нападении и	зависимости от ситуаций и

Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей	защите 8—9 классы Игра по упрощённым правилам баскетбола. Совершенствование психомоторных способностей	условий, возникающих в процессе игровой деятельности Организуют совместные занятия баскетболом со сверстниками, осуществляют судейство игры. Выполняют правила игры, уважительно относятся к сопернику и управляют своими эмоциями. Определяют степень утомления организма во время игровой деятельности, используют игровые действия баскетбола для комплексного развития физических способностей. Применяют правила подбора одежды для занятий на открытом воздухе, используют игру в баскетбол как средство активного отдыха	
	Гандбол	with the company	
Овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек	8-9 классы Совершенствование передвижений, остановок, поворотов и стоек	Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности	Патриотическое воспитание, Ценности научного познания, формирование культуры здоровья.
Освоение ловли и передач мяча	8-9 классы Совершенствование ловли и передачи мяча	Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности	
Освоение техники ведения мяча	8-9 классы Совершенствование передвижений, остановок, поворотов и стоек	Правила обзопасности Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со	

	1	
		сверстниками в процессе
		совместного освоения
		техники игровых приёмов и
		действий, соблюдают
		правила безопасности
Овладение техникой	8-9 классы	Описывают технику
бросков мяча	Совершенствование техники	изучаемых игровых
	движений	приёмов и действий,
		осваивают их
		самостоятельно, выявляя и
		устраняя типичные ошибки.
		Взаимодействуют со
		сверстниками в процессе
		совместного освоения
		техники игровых приёмов и
		действий, соблюдают
		правила безопасности
Освоение	8-9 классы	Описывают технику
индивидуальной	Совершенствование	изучаемых игровых
техники защиты	индивидуальной техники	приёмов и действий,
	защиты	осваивают их
		самостоятельно, выявляя и
		устраняя типичные ошибки.
		Взаимодействуют со
		сверстниками в процессе
		совместного освоения
		техники игровых приёмов и
		действий, соблюдают
<u> </u>	0.0	правила безопасности
Совершенствование	8-9 классы	Моделируют технику
техники	Совершенствование	освоенных игровых
перемещений,	передвижений, владения	действий и приёмов,
владения мячом и	мячом и развитие	варьируют её в зависимости
развитие	кондиционных и	от ситуаций и условий,
кондиционных и	координационных	возникающих в процессе
координационных способностей	способностей.	игровой деятельности
спосооностеи		
	8 0 1010001 2	Взаимонействуют со
Освоение тактики	8-9 классы	Взаимодействуют со
	Совершенствование тактики	сверстниками в процессе
Освоение тактики	Совершенствование тактики игры. Нападение быстрым	сверстниками в процессе совместного освоения
Освоение тактики	Совершенствование тактики игры. Нападение быстрым прорывом. Взаимодействие	сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и
Освоение тактики	Совершенствование тактики игры. Нападение быстрым прорывом. Взаимодействие вратаря с защитником.	сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают
Освоение тактики	Совершенствование тактики игры. Нападение быстрым прорывом. Взаимодействие вратаря с защитником. Взаимодействие трех	сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности
Освоение тактики	Совершенствование тактики игры. Нападение быстрым прорывом. Взаимодействие вратаря с защитником.	сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности Моделируют технику
Освоение тактики	Совершенствование тактики игры. Нападение быстрым прорывом. Взаимодействие вратаря с защитником. Взаимодействие трех	сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности Моделируют технику освоенных игровых
Освоение тактики	Совершенствование тактики игры. Нападение быстрым прорывом. Взаимодействие вратаря с защитником. Взаимодействие трех	сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности Моделируют технику освоенных игровых действий и приёмов,
Освоение тактики	Совершенствование тактики игры. Нападение быстрым прорывом. Взаимодействие вратаря с защитником. Взаимодействие трех	сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности Моделируют технику освоенных игровых действий и приёмов, варьируют её в зависимости
Освоение тактики	Совершенствование тактики игры. Нападение быстрым прорывом. Взаимодействие вратаря с защитником. Взаимодействие трех	сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности Моделируют технику освоенных игровых действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий,
Освоение тактики	Совершенствование тактики игры. Нападение быстрым прорывом. Взаимодействие вратаря с защитником. Взаимодействие трех	сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности Моделируют технику освоенных игровых действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе
Освоение тактики игры	Совершенствование тактики игры. Нападение быстрым прорывом. Взаимодействие вратаря с защитником. Взаимодействие трех игроков.	сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности Моделируют технику освоенных игровых действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности
Освоение тактики игры Овладение игрой и	Совершенствование тактики игры. Нападение быстрым прорывом. Взаимодействие вратаря с защитником. Взаимодействие трех игроков.	сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности Моделируют технику освоенных игровых действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности Организуют совместные
Освоение тактики игры Овладение игрой и комплексное	Совершенствование тактики игры. Нападение быстрым прорывом. Взаимодействие вратаря с защитником. Взаимодействие трех игроков. 8-9 классы Игра по упрощенным	сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности Моделируют технику освоенных игровых действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности Организуют совместные занятия ручным мячом со
Освоение тактики игры Овладение игрой и комплексное развитие	Совершенствование тактики игры. Нападение быстрым прорывом. Взаимодействие вратаря с защитником. Взаимодействие трех игроков. 8-9 классы Игра по упрощенным правилам гандбола.	сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности Моделируют технику освоенных игровых действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности Организуют совместные занятия ручным мячом со сверстниками,
Освоение тактики игры Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных	Совершенствование тактики игры. Нападение быстрым прорывом. Взаимодействие вратаря с защитником. Взаимодействие трех игроков. 8-9 классы Игра по упрощенным правилам гандбола. Совершенствование навыков	сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности Моделируют технику освоенных игровых действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности Организуют совместные занятия ручным мячом со сверстниками, осуществляют судейство
Освоение тактики игры Овладение игрой и комплексное развитие	Совершенствование тактики игры. Нападение быстрым прорывом. Взаимодействие вратаря с защитником. Взаимодействие трех игроков. 8-9 классы Игра по упрощенным правилам гандбола. Совершенствование навыков игры и психомоторных	сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности Моделируют технику освоенных игровых действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности Организуют совместные занятия ручным мячом со сверстниками, осуществляют судейство игры. Выполняют правила
Освоение тактики игры Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных	Совершенствование тактики игры. Нападение быстрым прорывом. Взаимодействие вратаря с защитником. Взаимодействие трех игроков. 8-9 классы Игра по упрощенным правилам гандбола. Совершенствование навыков	сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности Моделируют технику освоенных игровых действий и приёмов, варьируют её в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности Организуют совместные занятия ручным мячом со сверстниками, осуществляют судейство

Овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек	Игра по упрощенным правилам гандбола Футбол 8—9 классы Совершенствование техники передвижений, остановок, поворотов и стоек	управляют своими эмоциями. Применят правила подбора одежды для занятий на открытом воздухе, используют игру в ручной мяч, как средство активного отдыха. Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности	Патриотическое воспитание, Ценности научного познания, формирование культуры здоровья.
Освоение ударов по мячу и остановок мяча	8 класс Удар по катящемуся мячу внешней стороной подъёма, носком, серединой лба (по летящему мячу). Вбрасывание мяча из-за боковой линии с места и с шагом. 9 класс Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъёма. Закрепление техники ударов по мячу и остановок мяча	Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности	
Освоение техники ведения мяча Овладение техникой ударов по воротам	8—9 классы Совершенствование техники ведения мяча 8—9 классы Совершенствование техники ударов по воротам	Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и	
		устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения	

	T		
		техники игровых приёмов и	
		действий, соблюдают	
		правила безопасности	
Закрепление техники	8—9 классы	Описывают технику	
владения мячом и	Совершенствование техники	изучаемых игровых	
развитие коор-	владения мячом	приёмов и действий,	
динационных		осваивают их	
способностей		самостоятельно, выявляя и	
		устраняя типичные ошибки.	
		Взаимодействуют со	
		сверстниками в процессе	
		совместного освоения	
		техники игровых приёмов и действий, соблюдают	
2	0 0	правила безопасности	
Закрепление техники перемещений,	8—9 классы	Моделируют технику освоенных игровых	
-	Совершенствование техники перемещений, владения	действий и приёмов,	
владения мячом и	*	_	
развитие координационных	МОРКМ	варьируют её в зависимости от ситуаций и условий,	
способностей		возникающих в процессе	
спосооностем		игровой деятельности	
Освоение тактики	8—9 классы	Взаимодействуют со	
игры	Совершенствование тактики	сверстниками в процессе	
p	игры	совместного освоения	
		тактики игровых действий,	
		соблюдают правила	
		безопасности.	
		Моделируют тактику	
		освоенных игровых	
		действий, варьируют её в	
		зависимости от ситуаций и	
		условий, возникающих в	
		процессе игровой	
		деятельности	
Овладение игрой и	8—9 классы	Организуют совместные	
комплексное	Дальнейшее развитие	занятия футболом со	
развитие психомо-	психомоторных	сверстниками,	
торных способностей	способностей	осуществляют судейство	
		игры. Выполняют правила	
		игры, учатся уважительно	
		относиться к сопернику и	
		управлять своими эмо-	
		Опродолжения стором	
		Определяют степень	
		утомления организма во время игровой	
		деятельности, используют	
		игровые действия футбола	
		для комплексного развития	
		физических способностей.	
		Применяют правила	
		подбора одежды для	
		занятий на открытом	
		воздухе, используют игру в	
		футбол как средство	
		активного отдыха	
	1		

	Волейбол		
Овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек	8—9 классы Совершенствование техники передвижений, остановок, поворотов и стоек	Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности	Патриотическое воспитание, Ценности научного познания, формирование культуры здоровья.
Освоение техники приёма и передач мяча	8 класс Передача мяча над собой, во встречных колоннах. Отбивание мяча кулаком через сетку. 9 класс Передача мяча у сетки и в прыжке через сетку. 'Передача мяча сверху, стоя спиной к цели	Описывают технику изучаемых игровых приёмов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения техники игровых приёмов и действий, соблюдают правила безопасности	
Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способностей	8 класс Игра по упрощённым правилам волейбола. Совершенствование психомоторных способностей и навыков игр 9 класс Совершенствование психомоторных способностей и навыков игр		
Развитие координационных способностей (ориентирование в пространстве, быстрота реакций и перестроение двигательных действий, дифференцирование силовых, пространственных и временных и временных параметров движений, способностей к согласованию движений и ритму)	8 класс Дальнейшее обучение технике движений. 9 класс Совершенствование координационных способностей	Используют игровые упражнения для развития названных координационных способностей	
Развитие выносливости	8 класс Дальнейшее развитие	Определяют степень утомления организма во	

	T		
	выносливости.	время игровой	
	9 класс	деятельности, используют	
	Совершенствование	игровые действия для	
	выносливости	развития выносливости	
Развитие скоростных	8—9 классы	Определяют степень	
и скоростно-силовых	Дальнейшее развитие	утомления организма во	
способностей	скоростных и скоростно-	время игровой	
	силовых способностей.	деятельности, используют	
	Совершенствование	игровые действия для	
	скоростных и скоростно-	развития скоростных и	
	силовых способностей	скоростно-силовых	
		способностей	
Освоение техники	8 класс	Описывают технику	
нижней прямой	Нижняя прямая подача мяча.	изучаемых игровых	
подачи	Приём подачи.	приёмов и действий,	
	9 класс	осваивают их	
	Приём мяча, отражённого	самостоятельно, выявляя и	
	сеткой. Нижняя прямая	устраняя типичные ошибки.	
	подача мяча в заданную	Взаимодействуют со	
	часть площадки	сверстниками в процессе	
	76	совместного освоения	
		техники игровых приёмов и	
		действий, соблюдают	
		правила безопасности	
Освоение техники	8 класс	Описывают технику	
прямого	Дальнейшее обучение	изучаемых игровых	
нападающего удара	технике прямого	приёмов и действий,	
нападающего удара	нападающего удара.	осваивают их	
	9 класс	самостоятельно, выявляя и	
	Прямой нападающий удар		
		устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со	
	при встречных передачах	· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	
		сверстниками в процессе	
		совместного освоения	
		техники игровых приёмов и	
		действий, соблюдают	
		правила безопасности	
Закрепление техники	8—9 классы	Моделируют технику	
владения мячом и	Совершенствование	освоенных игровых	
развитие	координационных	действий и приёмов,	
координационных	способностей	варьируют её в зависимости	
способностей		от ситуаций и условий,	
		возникающих в процессе	
		игровой деятельности	
Закрепление техники	8—9 классы	Моделируют технику	
перемещений,	Совершенствование	освоенных игровых	
владения мячом и	координационных	действий и приёмов,	
развитие	способностей	варьируют её в зависимости	
координационных		от ситуаций и условий,	
способностей		возникающих в процессе	
		игровой деятельности	
Освоение тактики	8 класс	Взаимодействуют со	
игры	Дальнейшее обучение	сверстниками в процессе	
*	тактике игры.	совместного освоения	
	Совершенствование тактики	тактики игровых действий,	
	освоенных игровых	соблюдают правила	
	действий.	безопасности.	
	9 класс	Моделируют тактику	
	7 KJIACC	тугоделируют тактику	

	Concentration	000000000000000000000000000000000000000	
	Совершенствование тактики освоенных игровых	освоенных игровых действий, варьируют её в	
	действий.	зависимости от ситуаций и	
	Игра в нападении в зоне 3.	условий, возникающих в	
	Игра в защите	процессе игровой	
	тпра в защите	деятельности	
n	0 0		
Знания о спортивной	8—9 классы	Характеризуют технику и	
игре	Терминология избранной	тактику выполнения	
	спортивной игры; техника	соответствующих игровых	
	ловли, передачи, ведения	двигательных действий.	
	мяча или броска; тактика	Руководствуются	
	нападений (быстрый прорыв,	правилами техники	
	расстановка игроков,	безопасности. Объясняют	
	позиционное нападение) и	правила и основы органи-	
	защиты (зонная и личная	зации игры	
	защита). Правила и		
	организация избранной игры		
	(цель и смысл игры, игровое		
	поле, количество участников,		
	поведение игроков в		
	нападении и защите).		
	Правила техники		
	безопасности при занятиях		
	спортивными играми		
Самостоятельные	8—9 классы	Используют названные	
Занятия	Упражнения по	упражнения, подвижные	
занятия	-	· -	
	совершенствованию	игры и игровые задания в	
	координационных,	самостоятельных занятиях	
	скоростно-силовых, силовых	при решении задач	
	способностей и	физической, технической,	
	выносливости. Игровые	тактической и спортивной	
	упражнения по	подготовки. Осуществляют	
	совершенствованию	самоконтроль за	
	технических приёмов (ловля,	физической нагрузкой во	
	передача, броски или удары	время этих занятий	
	в цель, ведение, сочетание		
	приёмов). Подвижные игры и		
	игровые задания,		
	приближённые к		
	содержанию разучиваемых		
	спортивных игр. Правила		
	самоконтроля		
Овладение	8—9 классы	Организуют со	
организаторскими	Организация и проведение	сверстниками совместные	
умениями	подвижных игр и игровых	занятия по подвижным	
	заданий, приближённых к	играм и игровым	
	содержанию разучиваемой	упражнениям,	
	игры, помощь в судействе,	приближённых к	
	комплектование команды,	содержанию разучиваемой	
	подготовка места проведения	игры, осуществляют	
	игры	помощь в судействе,	
		комплектовании команды,	
		подготовке мест проведения	
		игры	
	Гимнастика		
Освоение строевых	8 класс	Различают строевые	Патриотическое
	Команда «Прямо!»,	команды.	1
	,		

упражнений Освоение общеразвивающих упражнений без предметов на месте и в движении Освоение общеразвивающих	повороты в движении направо, налево. 9 класс Переход с шага на месте на ходьбу в колонне и в шеренге; перестроения из колонны по одному в колонны по два, по четыре в движении 8—9 классы Совершенствование двигательных способностей 8—9 классы Совершенствование	Чётко выполняют строевые приёмы Описывают технику общеразвивающих упражнений и составляют комбинации из числа разученных упражнений Описывают технику общеразвивающих	воспитание, Ценности научного познания, формирование культуры здоровья.
упражнений с предме- тами	двигательных способностей с помощью гантелей (3—5 кг), тренажёров, эспандеров	упражнений с предметами и составляют комбинации из числа разученных упражнений	
Освоение и совершенствование висов и упоров	8 класс Мальчики: из виса на подколенках через стойку на руках опускание в упор присев; подъём махом назад в сед ноги врозь; подъём завесом вне. Девочки: из упора на нижней жерди опускание вперёд в вис присев; из виса присев на нижней жерди махом одной и толчком другой в вис прогнувшись с опорой на верхнюю жердь; вис лёжа на нижней жерди; сед боком на нижней жерди, соскок 9 класс Мальчики: подъём переворотом в упор махом и силой; подъём махом вперёд в сед ноги врозь. Девочки: вис прогнувшись на нижней жерди с опорой ног о верхнюю; переход в упор на нижнюю жердь	Описывают технику данных упражнений и составляют гимнастические комбинации из числа разученных упражнений	
Освоение опорных прыжков	8 класс Мальчики: прыжок согнув ноги (козёл в длину, высота 110—115 см). Девочки: прыжок боком с поворотом на 90° (конь в ширину, высота 110 см). 9 класс Мальчики: прыжок согнув ноги (козёл в длину, высота 115 см). Девочки: прыжок боком	Описывают технику данных упражнений и составляют гимнастические комбинации из числа разученных упражнений	

	(ways p. wysania 110	
	(конь в ширину, высота 110	
Освоение	см) 8 класс	Описывают технику
акробатических	Мальчики: кувырок назад в	акробатических
упражнений	упор стоя ноги врозь;	упражнений и составляют
Jubanum	кувырок вперёд и назад;	акробатические комбинации
	длинный кувырок; стойка на	из числа разученных
	голове и руках.	упражнений
	Девочки: «мост» и поворот в	
	упор стоя на одном колене;	
	кувырки вперёд и назад.	
	9 класс	
	Мальчики: из упора присев	
	силой стойка на голове и	
	руках; длинный кувырок	
	вперёд с трёх шагов разбега.	
	Девочки: равновесие на	
	одной; выпад вперёд;	
Веаружи е	кувырок вперёд 8—9 классы	Иополи рудот
Развитие	8—9 классы Совершенствование	Используют гимнастические и
координационных способностей	координационных	акробатические упражнения
chocomocicn	способностей	для развития названных
	checomecien	координационных
		способностей
Развитие силовых	8—9 классы	Используют данные
способностей и	Совершенствование силовых	упражнения для развития
силовой выносли-	способностей и силовой	силовых способностей и
вости	выносливости	силовой выносливости
Развитие скоростно-	8—9 классы	Используют данные
силовых способностей	Совершенствование	упражнения для развития
	скоростно-силовых	скоростно-силовых
	способностей	способностей
Развитие гибкости	8—9 классы	Используют данные
	Совершенствование	упражнения для развития
Duanna a Ananna	двигательных способностей 8—9 классы	Роски полож видина
Знания о физической культуре	Значение гимнастических	Раскрывают значение гимнастических упражне-
культурс	упражнений для развития	ний для сохранения
	координационных спо-	правильной осанки, разви-
	собностей; страховка и	тия физических
	помощь во время занятий;	способностей. Оказывают
	обеспечение техники	страховку и помощь во
	безопасности; упражнения	время занятий, соблюдают
	для самостоятельной	технику безопасности.
	тренировки	Владеют упражнениями для
		организации
		самостоятельных
<u> </u>		тренировок
Самостоятельные	8—9 классы	Используют изученные
занятия	Совершенствование	упражнения в самостоя-
	силовых, координационных	тельных занятиях при
	способностей и гибкости	решении задач физической
		и технической подготовки. Осуществляют само-
		контроль за физической
		нагрузкой во время этих
	l .	The pysicon bo bpown STRA

		занятий	
Овладение	8—9 классы	Составляют совместно с	
организаторскими	Самостоятельное	учителем простейшие	
умениями	составление простейших	комбинации упражнений,	
умениями	комбинаций упражнений,	направленные на развитие	
	направленных на развитие	соответствующих	
	координационных и	физических способностей.	
координационных и кондиционных способн		Выполняют обязанности	
	стей. Дозировка упражнений	командира отделения.	
		Оказывают помощь в	
		установке и уборке	
		снарядов. Соблюдают	
		правила соревнований	
	Легкая атлетика	T	
Овладение техникой	8 класс	Описывают технику	Патриотическое
спринтерского бега	Низкий старт до 30 м	выполнения беговых упраж-	воспитание,
	- от 70 до 80 м	нений, осваивают её	Ценности
	- до 70 м.	самостоятельно, выявляют и	i '
	9 класс	устраняют характерные	научного
	Дальнейшее обучение	ошибки в процессе осво-	познания,
	технике спринтерского бега.	ения.	формирование
	Совершенствование	Демонстрируют	культуры
	двигательных способностей	вариативное выполнение	здоровья.
		беговых упражнений.	здоровья.
		Применяют беговые	
		упражнения для развития	
		соответствующих	
		физических качеств,	
		выбирают индивидуальный	
		режим физической	
		нагрузки, контролируют её	
		по частоте сердечных	
		_	
		сокращений.	
		Взаимодействуют со	
		сверстниками в процессе	
		совместного освоения	
		беговых упражнений, со-	
		блюдают правила	
		безопасности	
Овладение техникой	8 класс	Описывают технику	
прыжка в длину	Прыжки в длину с 11-13	выполнения прыжковых уп-	
	шагов разбега.	ражнений, осваивают её	
	9 класс	самостоятельно, выявляют и	
	Дальнейшее обучение	устраняют характерные	
	технике прыжка в длину	ошибки в процессе	
		освоения.	
		Демонстрируют	
		вариативное выполнение	
		прыжковых упражнений.	
		Применяют прыжковые	
		упражнения для развития	
		соответствующих	
		физических способностей,	
		выбирают индивидуальный	
		режим физической	
		нагрузки, контролируют её	
		по частоте сердечных	
	1	по частоте сердечных	

		сокращений.
		Взаимодействуют со
		сверстниками в процессе
		совместного освоения
		прыжковых упражнений,
		соблюдают правила
		безопасности
Овладение техникой	8 класс	Описывают технику
прыжка в высоту	Прыжки в высоту с 7—9	выполнения прыжковых уп-
	шагов разбега.	ражнений, осваивают её
	9 класс	самостоятельно, выявляют и
	Совершенствование техники	устраняют характерные
	прыжка в высоту	ошибки в процессе
		освоения.
		Демонстрируют
		вариативное выполнение
		прыжковых упражнений.
		Применяют прыжковые
		упражнения для развития
		соответствующих
		физических способностей,
		выбирают индивидуальный
		режим физической
		нагрузки, контролируют её
		по частоте сердечных
		сокращений. Взаимодействуют со
		сверстниками в процессе
		совместного освоения
		прыжковых упражнений,
		соблюдают правила
		безопасности
Овладение техникой	8 класс	Описывают технику
метания малого мяча	Дальнейшее овладение	выполнения метательных
в цель и на дальность	техникой метания малого	упражнений, осваивают её
	мяча в цель и на дальность.	самостоятельно, выявляют и
	Метание теннисного мяча в	устраняют характерные
	горизонтальную и	ошибки в процессе
	вертикальную цель (1х1м)	освоения.
	(девушки — с расстояния	Демонстрируют
	12—14м, юноши — до 16 м).	вариативное выполнение
	Бросок набивного мяча (2 кг)	метательных упражнений.
	двумя руками из различных	Применяют метательные
	исходных положений с	упражнения для развития
	места, с шага, с двух шагов, с	соответствующих
	трёх шагов, с четырёх шагов	физических способностей.
	вперёд- вверх.	Взаимодействуют со
	9 класс	сверстниками в процессе
	Метание теннисного мяча и	совместного освоения
	мяча весом 150 г с места на	метательных упражнений,
	дальность, с 4—5 бросковых	соблюдают правила
	шагов с укороченного и	безопасности
	полного разбега на	
	дальность, в коридор 10 м и	
	на заданное расстояние; в	
	горизонтальную и	
	вертикальную цель (1х1м) с	

	расстояния (юноши — до 18	
	м, девушки — 12—14м).	
	Бросок набивного мяча	
	(юноши — 3 кг, девушки - 2	
	кг) двумя руками из	
	различных и. п. с места и с	
	двух-четырёх шагов вперёд-	
	вверх	
Развитие скоростно-	8 класс	Применяют разученные
силовых способностей	Дальнейшее развитие	упражнения для развития
	скоростно-силовых	скоростно-силовых
	способностей.	способностей
	9 класс	
	Совершенствование	
	скоростно-силовых	
	способностей	
Знания о физической	Влияние легкоатлетических	Раскрывают значение
культуре	упражнений на укрепление	легкоатлетических упраж-
	здоровья и основные	нений для укрепления
	системы организма; название	здоровья и основных систем
	разучиваемых упражнений и	организма и для развития
	основы правильной техники	физических способностей.
	их выполнения; правила	Соблюдают технику
	соревнований в беге, прыж-	безопасности. Осваивают
	ках и метаниях; разминка для	упражнения для
	выполнения	организации само-
	легкоатлетических	стоятельных тренировок.
	упражнений; представления	Раскрывают понятие
	о темпе, скорости и объёме легкоатлетических упражне-	техники выполнения
	ний, направленных на	легкоатлетических упраж- нений и правила
	развитие выносливости,	соревнований
	быстроты, силы, коорди-	Соревновании
	национных способностей.	
	Правила техники	
	безопасности при занятиях	
	лёгкой атлетикой	
Самостоятельные	Упражнения и простейшие	Используют названные
занятия	программы развития	упражнения в самостоя-
	выносливости, скоростно-	тельных занятиях при
	силовых, скоростных и	решении задач физической
	координационных	и технической подготовки.
	способностей на основе	Осуществляют само-
	освоенных	контроль за физической
	легкоатлетических	нагрузкой во время этих
	упражнений. Правила	занятий
	самоконтроля и гигиены	
Овладение	Измерение результатов;	Составляют совместно с
организаторскими	подача команд;	учителем простейшие
умениями	демонстрация упражнений;	комбинации упражнений,
	помощь в оценке результатов	направленные на развитие
	и проведении соревнований,	соответствующих
	в подготовке места	физических способностей.
	проведения занятий	Измеряют результаты,
		помогают их оценивать и
		проводить соревнования.
		Оказывают помощь в

		на поториа маст чтого стот	
		подготовке мест проведения	
		занятий. Соблюдают	
		правила соревнований	
Самостоятелы			
Утренняя гимнастика	8 – 9 классы	Используют разученные	Патриотическое
	Комплексы упражнений	комплексы упражнений в	воспитание,
	утренней гимнастики без	самостоятельных занятиях.	Ценности
	предметов и с предметами	Осуществляют	· ·
		самоконтроль за	научного
		физической нагрузкой во	познания,
		время этих занятий	формирование
Выбирайте виды	8—9 классы	Выбирают вид спорта.	культуры
спорта	Примерные возрастные	Пробуют выполнить	здоровья.
•	нормы для занятий	нормативы общей физиче-	здоровьи.
	некоторыми летними видами	ской подготовленности	
	спорта.		
	Повышение общей		
	физической под-		
	готовленности для тех		
	учащихся, которые бы		
	хотели заниматься спортом.		
	Нормативы физической		
	подготовленности для		
	будущих легкоатлетов,		
	баскетболистов, футболистов		
	и волейболистов, боксёров		
Тренировку начинаем	8—9 классы	Составляют комплекс	
с разминки	Обычная разминка.	упражнений для общей	
•	Спортивная разминка.	разминки	
	Упражнения для рук,	· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	
	туловища, ног		
Повышайте	8—9 классы	Используют разученные	
физическую	Упражнения для развития	упражнения в самостоя-	
подготовленность	силы. Упражнения для	тельных занятиях.	
	развития быстроты и	Осуществляют	
	скоростно-силовых	самоконтроль за	
	возможностей. Упражнения	физической нагрузкой во	
	для развития выносливости.	время этих занятий	
	Координационные	1	
	упражнения подвижных и		
	спортивных игр. Легкоатле-		
	тические координационные		
	упражнения. Упражнения на		
	гибкость		
	INORUCID		l

ТЕМАТИЧЕСКАЯ ТАБЛИЦА РАСПРЕДЕЛЕНИЯ УЧЕБНОГО ВРЕМЕНИ

№ п/п Разделы и темы		Количество часов (уроков)				
	Класс					
	Разделы и темы	V	VI	VII	VIII	IX
		102	102	102	102	102

1	Знания о физической культуре	4	4	4	4	4
2	Способы физкультурной деятельности	Самостоятельные занятия		RN		
3	Физическое совершенствование	98	98	98	98	98
3.1	Легкая атлетика	21	21	21	21	21
3.2	Кроссовая подготовка	18	18	18	18	18
3.3	Гимнастика с элементами акробатики	18	18	18	18	18
3.4	Спортивные игры	41	41	41	41	41
3.4.1	Волейбол	15	15	15	15	15
3.4.2	Баскетбол	10	10	10	10	10
3.4.3	Гандбол	8	8	8	8	8
3.4.4	Футбол	8	8	8	8	8
4	Итого	102	102	102	102	102

Планируемые результаты изучения предмета «физическая культура» в основной школе

Выпускник научится:

- рассматривать физическую культуру как явление культуры, выделять исторические этапы её развития, характеризовать основные направления и формы её 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;
- определять базовые понятия и термины физической культуры, применять их в процессе совместных занятий физическими упражнениями со своими сверстниками, излагать с их помощью особенности выполнения техники двигательных действий и физических упражнений, развития физических качеств;
- разрабатывать содержание самостоятельных занятий 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 формы и обуви, одежды в зависимости от времени года и погодных условий;
- руководствоваться правилами оказания первой помощи при травмах и ушибах во время самостоятельных занятий физическими упражнениями. 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.

Способы двигательной (физкультурной) деятельности Выпускник научится:

- 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 учётом функциональных особенностей и возможностей 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;
- взаимодействовать со сверстниками в условиях самостоятельной учебной деятельности, оказывать помощь в организации и проведении занятий. Выпускник получит возможность научиться:
- вести дневник по физкультурной деятельности, включать в него оформление планов проведения самостоятельных занятий физическими упражнениями разной функциональной направленности, данные контроля динамики индивидуального физического развития;
- проводить занятия физической культурой с использованием оздоровительной ходьбы и бега, туристических походов;
- проводить восстановительные мероприятия с использованием банных процедур и сеансов оздоровительного массажа.

Физическое совершенствование

Выпускник научится:

- 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);

- 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 прыжках;
- выполнять основные технические действия и приёмы игры в футбол, волейбол, баскетбол в условиях учебной и игровой деятельности;
- выполнять тестовые упражнения на оценку уровня индивидуального развития основных физических качеств.

Выпускник получит возможность научиться:

- выполнять комплексы упражнений лечебной физической культуры с учётом имеющихся индивидуальных нарушений в показателях здоровья;
- преодолевать естественные и искусственные препятствия с помощью разнообразных способов лазанья, прыжков и бега;
 - осуществлять судейство по одному из осваиваемых видов спорта;
 - выполнять тестовые нормативы по физической подготовке.

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ КУРСА

- 1. Программа «Физическая культура» 5-9 классы, автор В.И. Лях, Москва, «Просвещение», 2021 год.
- 2. Примерная программа «Физическая культура» 5-9 классы, Москва, «Просвещение», 2010 год.
- 3. Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классы, авторы В.И. Лях, А.А. Зданевич, Москва, «Просвещение»,2011 год.
- 4. Учебник «Физическая культура» 5-7 классы, автор М.Я. Виленский, Москва, «Просвещение», 2019 год.
- 5. Учебник «Физическая культура» 8-9 классы, автор В.И. Лях, Москва, «Просвещение», 2019 год.
- 6. Методическое пособие для учителей общеобразовательных учреждений «Подвижные и спортивные игры в учебном процессе и во внеурочное время», авторы П.А. Киселёв, С.Б. Киселёва, Е.П. Киселёва, М., ООО «Планета», 2013 год.
- 7. Пособие для учителей «Внеурочная деятельность учащихся по волейболу», авторы Г.А. Колодницкий, В.С. Кузнецов, М.В. Маслов, М., «Просвещение», 2011 год.
- 8. Пособие для учителей «Внеурочная деятельность учащихся по футболу», авторы Г.А. Колодницкий, В.С. Кузнецов, М.В. Маслов, М., «Просвещение», 2011 год.
- 9. Пособие для учителей «Внеурочная деятельность учащихся по легкой атлетике», авторы Г.А. Колодницкий, В.С. Кузнецов, М.В. Маслов, М., «Просвещение», 2011 год.
- 10. Пособие для учителей «Внеурочная деятельность учащихся по гимнастике», авторы В.С. Кузнецов, Г.А. Колодницкий, М., «Просвещение», 2014 год.

Демонстрационные учебные пособия

- 1. Таблицы по стандартам физического развития и физической подготовленности.
- 2. Портреты выдающихся спортсменов, деятелей физической культуры, спорта и олимпийского движения.

Экранно-звуковые пособия

- 1. Аудиовизуальные пособия по основам разделам и темам учебного предмета «Физическая культура» (на цифровых носителях)
- 2. Аудиозаписи

Технические средства обучения

- 1. Мультимедийный компьютер
- 2. Сканер
- 3. Принтер лазерный
- 4. Мультимедиапроектор
- 5. Экран

Учебно-практическое оборудование

- 1. Стенка гимнастическая
- 2. Перекладина гимнастическая
- 3. Брусья гимнастические
- 4. Бревно гимнастическое
- 5. Козёл гимнастический
- 6. Конь гимнастический
- 7. Мост гимнастический
- 8. Скамейка гимнастическая
- 9. Канат для лазания
- 10. Маты гимнастические
- 11. Мяч набивной
- 12. Мяч малый (теннисный)
- 13. Скакалка гимнастическая
- 14. Палка гимнастическая
- 15. Обруч гимнастический
- 16. Планка для прыжков в высоту
- 17. Стойка для прыжков в высоту
- 18. Комплект шитов баскетбольных с кольцами и сеткой
- 19. Мячи баскетбольные
- 20. Сумка для переноса мячей
- 21. Стойки волейбольные
- 22.Сетка волейбольная
- 23. Мячи волейбольные
- 24. Ворота для футбола (мини-футбола)
- 25. Мячи футбольные
- 26. Насос для накачивания мячей

- 27. Палатки туристские 28. Рюкзаки туристские 29.Секундомер 30.Рулетка 31.Свисток

- 32. Фишки

СОГЛАСОВАНО.	СОГЛАСОВАНО.		
Протокол заседания методического	Заместитель директора по УВР		
объединения учителей от 2022			
№ Руководитель МО	«»2022 года		
•			