

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Комитет по образованию Санкт-Петербурга
Администрация Петроградского района Санкт-Петербурга
ГБОУ СОШ №77

РАССМОТРЕНО

на заседании

Педагогического совета

Протокол №1

от «30» 08. 2023 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместителем

директора по НМР

Энгель Н.И.

от «30» 08. 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

директор ОУ

Приказ № 163 от 30.08.2023

Рабочая программа
по предмету «Физическая культура»
9 класс

Автор: Гунич Дмитрий Андреевич,
учитель физической культуры

Срок реализации программы: 2023-2024 учебный год.

Санкт-Петербург

2023 г.

Пояснительная записка

Данная рабочая программа составлена на основе:

1. Закона Российской Федерации от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
2. Федеральным государственным образовательным стандарта (ФГОС) основного общего образования утв. приказом Минобрнауки России от 17.12.2010 №1897;
3. Примерной программы по физической культуре основного общего образования;
4. «Санитарно-эпидемиологические требования к условиям и СанПиН 1.2.3685-21 организации обучения в общеобразовательных учреждениях», утв. Постановлением Главного государственного врача России от 28.01.2021 №2.
5. Приказ Министерства просвещения РФ от 21 сентября 2022 г. № 858 “Об утверждении федерального перечня учебников, допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования организациями, осуществляющими образовательную деятельность и установления предельного срока использования исключенных учебников”
6. Приказа министерства образования и науки РФ №986 от 04.10.2010 г. «Об утверждении федеральных требованиях к образовательным учреждениям в части минимальной оснащенности учебного процесса и оборудования учебных помещений»;
7. Образовательной программой основного общего образования ГБОУ СОШ №77 с углубленным изучением химии;
8. Положения «О разработке, утверждении и корректировке рабочих программ по учебным предметам, курсам общего образования Государственного бюджетного общеобразовательного учреждения средней общеобразовательной школе №77 с углубленным изучением химии Петроградского района Санкт-Петербурга»;
9. Программы развития ГБОУ СОШ №77 с углубленным изучением химии;
10. Локальные акты: положение № 146 «Об оценивании и аттестации обучающихся на уроках физической культуры»

Программа соответствует общему уровню развития и подготовки учащихся данного возраста.

Настоящая программа позволяет последовательно решать задачи физического воспитания школьников на протяжении всех лет обучения в школе, формируя у учащегося целостное представление о физической культуре, её

возможностях в повышении работоспособности и улучшении состояния здоровья, а главное - воспитывать личность, способную к самостоятельной творческой деятельности.

Изучение физической культуры на базовом уровне среднего (полного) общего образования направлено на *достижение следующих целей:*

- Развитие физических качеств и способностей, совершенствование функциональных возможностей организма, укрепление индивидуального здоровья.
- Воспитание бережного отношения к собственному здоровью, потребности в занятиях физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельностью.
- Овладение технологиями современных оздоровительных систем физического воспитания, обогащение индивидуального опыта занятий специально-прикладными физическими упражнениями и базовыми видами спорта.
- Освоение системы знаний о занятиях физической культурой, их роли и значении в формировании здорового образа жизни и социальных ориентаций.
- Приобретение компетентности в физкультурно-оздоровительной и спортивной деятельности, овладение навыками творческого сотрудничества в коллективных формах занятий физическими упражнениями.

На основании требований Государственного образовательного стандарта 2008 г. в содержании тематического планирования предполагается реализовать

актуальные в настоящее время компетентный, личностно ориентированный

подходы, которые определяют *задачи* физического воспитания учащихся 8 классов:

- Содействие гармоничному физическому развитию, выработка умений использовать физические упражнения, гигиенические процедуры и условия внешней среды для укрепления состояния здоровья, противостояния стрессам.
- Формирование общественных и личностных представлений о престижности высокого уровня здоровья и разносторонней физиологической подготовленности.
- Расширение двигательного опыта посредством овладения новыми двигательными действиями и формирование умений применять их в различных по сложности условиях.

- Дальнейшее развитие кондиционных и координационных способностей.

- Формирование знаний о закономерностях двигательной активности,

спортивной тренировке, значении занятий физической культурой для будущей трудовой деятельности, выполнении функции отцовства и материнства, подготовке к службе в армии.

- Закрепление потребности к регулярным занятиям физическими упражнениями и избранным видом спорта.
- Формирование адекватной самооценки личности, нравственного самосознания, мировоззрения, коллективизма, развитие целеустремлённости, уверенности, выдержки, самообладания.
- Дальнейшее развитие психических процессов и обучение основам психической регуляции.

Цель учителя. укрепление здоровья и расширение функциональных возможностей организма учеников.

Общая характеристика учебного предмета

Предметом образования в области физической культуры является двигательная (физкультурная) деятельность, которая своей направленностью и содержанием связана с совершенствованием физической природы человека. В процессе освоения данной деятельности человек формируется как целостная личность, в единстве многообразия своих физических, психических и нравственных качеств. В соответствии со структурой двигательной деятельности, учебный предмет физической культуры структурируется по трем основным разделам: знания (информационный компонент деятельности), физическое совершенствование (мотивационно-процессуальный компонент деятельности) и способы деятельности (операциональный компонент деятельности).

Двигательная деятельность, как учебный предмет, представлена двумя содержательными линиями: физкультурно-оздоровительная деятельность и спортивно-оздоровительная деятельность с прикладно-ориентированной физической подготовкой. Каждая из этих линий имеет соответствующие свои три учебных раздела (знания, физическое совершенствование, способы деятельности).

Первая содержательная линия примерной программы *«Физкультурно-оздоровительная деятельность»* ориентирует образовательный процесс на укрепление здоровья учащихся и воспитание бережного к нему отношения. Через свое предметное содержание она нацеливается на формирование интересов и потребностей школьников в регулярных занятиях физической культурой и спортом, творческом использовании осваиваемого учебного материала в разнообразных формах активного отдыха и досуга, самостоятельной физической подготовке к предстоящей жизнедеятельности.

В разделе *«Знания о физкультурно-оздоровительной деятельности»* содержатся сведения о роли занятий физической культурой в предупреждении раннего старения организма человека, способах и средствах профилактики профессиональных заболеваний, возникающих в процессе трудовой деятельности. Здесь же приводятся знания об оздоровительных системах физического воспитания, средствах и формах активного восстановления и повышения работоспособности человека.

Во втором разделе *«Физическое совершенствование с оздоровительной направленностью»* представлено учебное содержание, ориентированное на укрепление индивидуального здоровья учащихся, повышение функциональных возможностей основных систем их организма. Данное содержание включает в себя комплексы упражнений из современных оздоровительных систем физического воспитания,

учитывающих интересы учащихся в гармоничном развитии собственных физических способностей, формировании индивидуального типа телосложения, культуры движений.

В третьем разделе *«Способы физкультурно-оздоровительной деятельности»* раскрываются способы самостоятельной организации и проведения оздоровительных форм занятий физической культурой, приемы наблюдения за показателями собственного здоровья и работоспособности, индивидуального контроля и регулирования физических нагрузок на занятиях физическими упражнениями.

Вторая содержательная линия *«Спортивно-оздоровительная деятельность с прикладно-ориентированной физической подготовкой»* соотносится с интересами учащихся в занятиях спортом и характеризуется направленностью на обеспечение оптимального и достаточного уровня физической и двигательной подготовленности учащихся. В первом разделе *«Знания о спортивно-оздоровительной деятельности с прикладно-ориентированной физической подготовкой»* приводятся сведения об основах самостоятельной подготовки учащихся к соревновательной деятельности, даются понятия тренировочного процесса и тренировочного занятия, раскрываются общие представления о прикладно-ориентированной физической подготовке и ее связи со спортивно-оздоровительной деятельностью. Во втором разделе *«Физическое совершенствование со спортивно-оздоровительной и прикладно-ориентированной физической подготовкой»* дается учебное содержание, ориентированное на повышение физической и технической подготовленности учащихся по одному из базовых видов спорта, а также физические упражнения и комплексы, нацеленные на физическую подготовку учащихся к предстоящей жизнедеятельности. В третьем разделе *«Способы физкультурно-спортивной деятельности с прикладно-ориентированной физической подготовкой»* приводятся практические умения, необходимые и достаточные для организации и проведения самостоятельных оздоровительных тренировок в режиме спортивной подготовки.

Место предмета в учебном плане

Согласно школьному учебному плану данная программа рассчитана на изучение в 9х классах и для её реализации отводится 102 часа в год , 3 часа в неделю.

Внеурочная деятельность по предмету проходит в форме индивидуальных занятий во время консультационных часов. Учащиеся имеют возможность совершенствовать приобретаемые, на уроках физической культуры, навыки во время занятий на базе отделения дополнительного образования и в рамках Школьной спартакиады.

Работа с одарёнными детьми, учащимися с ОВЗ:

Для тех, кто освобожден от уроков физической культуры по состоянию здоровья, или иным причинам, система оценивания ученика (цы) проводится по результатам интеллектуальной работы и подготовки: эссе, рефератов, докладов, презентации в электронной форме, а так же судейство простейших спортивных соревнований в качестве судьи или помощника судьи.

Для одаренных детей(спортсменов):

- 1) Контроль режимов физической нагрузки и их регулирование..
- 2) Тестирование специальных физических качеств (в соответствии с избранным видом спорта).

Формы, периодичность и порядок текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся.

Текущий контроль осуществляется на каждом уроке. Тематический контроль проводится по итогам изучения тем. Основные формы контроля: опрос, проверочных бесед, тестирования, зачет. Двигательные умения и навыками проверяются в рамках текущего и тематического контроля.

Планируемые результаты изучения учебного предмета «Физическая культура»

Личностные результаты

1. Российская гражданская идентичность (патриотизм, уважение к Отечеству, к прошлому и настоящему многонационального народа России, чувство ответственности и долга перед Родиной, идентификация себя в качестве гражданина России, субъективная значимость использования русского языка и языков народов России, осознание и ощущение личностной сопричастности судьбе. Осознание этнической принадлежности, знание истории, языка, культуры своего народа, своего края, основ культурного наследия народов России и человечества (идентичность человека с российской многонациональной культурой, сопричастность истории народов и государств, находившихся на территории современной России); интериоризация гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества. Осознанное, уважительное и

доброжелательное отношение к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира.

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

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

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

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

6. Освоенность социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах. Участие в школьном самоуправлении и общественной жизни в пределах возрастных компетенций с учетом региональных, этнокультурных, социальных и экономических особенностей (формирование готовности к участию в

процессе упорядочения социальных связей и отношений, в которые включены и которые формируют сами учащиеся; включенность в непосредственное гражданское участие, готовность участвовать в жизнедеятельности подросткового общественного объединения, продуктивно взаимодействующего с социальной средой и социальными институтами; идентификация себя в качестве субъекта социальных преобразований, освоение компетентностей в сфере организаторской деятельности; интериоризация ценностей созидательного отношения к окружающей действительности, ценностей социального творчества, ценности продуктивной организации совместной деятельности, самореализации в группе и организации, ценности "другого" как равноправного партнера, формирование компетенций анализа, проектирования, организации деятельности, рефлексии изменений, способов взаимовыгодного сотрудничества, способов реализации собственного лидерского потенциала).

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

8. Развитость эстетического сознания через освоение художественного наследия народов России и мира, творческой деятельности эстетического характера (способность понимать художественные произведения, отражающие разные этнокультурные традиции; сформированность основ художественной культуры обучающихся как части их общей духовной культуры, как особого способа познания жизни и средства организации общения; эстетическое, эмоционально-ценностное видение окружающего мира; способность к эмоционально-ценностному освоению мира, самовыражению и ориентации в художественном и нравственном пространстве культуры; уважение к истории культуры своего Отечества, выраженной в том числе в понимании красоты человека; потребность в общении с художественными произведениями, сформированность активного отношения к традициям художественной культуры как смысловой, эстетической и личностно-значимой ценности).

9. Сформированность основ экологической культуры, соответствующей современному уровню экологического мышления, наличие опыта экологически ориентированной рефлексивно-оценочной и практической деятельности в жизненных ситуациях (готовность к исследованию природы, к занятиям сельскохозяйственным трудом, к художественно-эстетическому отражению природы, к занятиям туризмом, в том числе экотуризмом, к осуществлению природоохранной деятельности).

Метапредметные результаты

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

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

Регулятивные УУД

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

Обучающийся сможет:

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

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

- определять необходимые действие(я) в соответствии с учебной и познавательной задачей и составлять алгоритм их выполнения;
- обосновывать и осуществлять выбор наиболее эффективных способов решения учебных и познавательных задач;
- определять/находить, в том числе из предложенных вариантов, условия для выполнения учебной и познавательной задачи;
- выстраивать жизненные планы на краткосрочное будущее (заявлять целевые ориентиры, ставить адекватные им задачи и предлагать действия, указывая и обосновывая логическую последовательность шагов);
- выбирать из предложенных вариантов и самостоятельно искать средства/ресурсы для решения задачи/достижения цели; - составлять план решения проблемы (выполнения проекта, проведения исследования);
- определять потенциальные затруднения при решении учебной и познавательной задачи и находить средства для их устранения;

- описывать свой опыт, оформляя его для передачи другим людям в виде технологии решения практических задач определенного класса;

- планировать и корректировать свою индивидуальную образовательную траекторию.

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

Обучающийся сможет:

- определять совместно с педагогом и сверстниками критерии планируемых результатов и критерии оценки своей учебной деятельности;

- систематизировать (в том числе выбирать приоритетные) критерии планируемых результатов и оценки своей деятельности;

- отбирать инструменты для оценивания своей деятельности, осуществлять самоконтроль своей деятельности в рамках предложенных условий и требований;

- оценивать свою деятельность, аргументируя причины достижения или отсутствия планируемого результата;

- находить достаточные средства для выполнения учебных действий в изменяющейся ситуации и/или при отсутствии планируемого результата;

- работая по своему плану, вносить коррективы в текущую деятельность на основе анализа изменений ситуации для получения запланированных характеристик продукта/результата;

- устанавливать связь между полученными характеристиками продукта и характеристиками процесса деятельности и по завершении деятельности предлагать изменение характеристик процесса для получения улучшенных характеристик продукта;

- сверять свои действия с целью и, при необходимости, исправлять ошибки самостоятельно.

4. Умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения.

Обучающийся сможет:

- определять критерии правильности (корректности) выполнения учебной задачи;

- анализировать и обосновывать применение соответствующего инструментария для выполнения учебной задачи;

- свободно пользоваться выработанными критериями оценки и самооценки, исходя из цели и имеющихся средств, различая результат и способы действий;

- оценивать продукт своей деятельности по заданным и/или самостоятельно определенным критериям в соответствии с целью деятельности;
- обосновывать достижимость цели выбранным способом на основе оценки своих внутренних ресурсов и доступных внешних ресурсов;
- фиксировать и анализировать динамику собственных образовательных результатов.

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

Обучающийся сможет:

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

Познавательные УУД

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

Обучающийся сможет:

- подбирать слова, соподчиненные ключевому слову, определяющие его признаки и свойства;
- выстраивать логическую цепочку, состоящую из ключевого слова и соподчиненных ему слов;
- выделять общий признак двух или нескольких предметов или явлений и объяснять их сходство;
- объединять предметы и явления в группы по определенным признакам, сравнивать, классифицировать и обобщать факты и явления;

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

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

Обучающийся сможет:

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

- строить схему, алгоритм действия, исправлять или восстанавливать неизвестный ранее алгоритм на основе имеющегося знания об объекте, к которому применяется алгоритм;

- строить доказательство: прямое, косвенное, от противного;

- анализировать/рефлексировать опыт разработки и реализации учебного проекта, исследования (теоретического, эмпирического) на основе предложенной проблемной ситуации, поставленной цели и/или заданных критериев оценки продукта/результата.

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

Обучающийся сможет:

- определять возможные роли в совместной деятельности;

- играть определенную роль в совместной деятельности;

- принимать позицию собеседника, понимая позицию другого, различать в его речи: мнение (точку зрения), доказательство (аргументы), факты; гипотезы, аксиомы, теории;

- определять свои действия и действия партнера, которые способствовали или препятствовали продуктивной коммуникации;

- строить позитивные отношения в процессе учебной и познавательной деятельности;

- корректно и аргументированно отстаивать свою точку зрения, в дискуссии уметь выдвигать контраргументы, перефразировать свою мысль (владение механизмом эквивалентных замен);

- критически относиться к собственному мнению, с достоинством признавать ошибочность своего мнения (если оно таково) и корректировать его;

- предлагать альтернативное решение в конфликтной ситуации;

- выделять общую точку зрения в дискуссии;

- договариваться о правилах и вопросах для обсуждения в соответствии с поставленной перед группой задачей;

- организовывать учебное взаимодействие в группе (договариваться друг с другом и т.д.);

- устранять в рамках диалога разрывы в коммуникации, обусловленные непониманием/неприятием со стороны собеседника задачи, формы или содержания диалога.

9. Умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей для планирования и

регуляции своей деятельности; владение устной и письменной речью, монологической контекстной речью.

Обучающийся сможет:

- определять задачу коммуникации и в соответствии с ней отбирать речевые средства;
- отбирать и использовать речевые средства в процессе коммуникации с другими людьми (диалог в паре, в малой группе и т.д.);
- высказывать и обосновывать мнение (суждение) и запрашивать мнение партнера в рамках диалога;
- принимать решение в ходе диалога и согласовывать его с собеседником;
- использовать вербальные средства (средства логической связи) для выделения смысловых блоков своего выступления;
- использовать невербальные средства или наглядные материалы, подготовленные/отобранные под руководством учителя;
- делать оценочный вывод о достижении цели коммуникации непосредственно после завершения коммуникативного контакта и обосновывать его.

владеть компетенциями: учебно-познавательной, личностного самосовершенствования, коммуникативной.

Предметные результаты

Выпускник научится:

- рассматривать физическую культуру как явление культуры, выделять исторические этапы ее развития, характеризовать основные направления и формы ее организации в современном обществе;
- характеризовать содержательные основы здорового образа жизни, раскрывать его взаимосвязь со здоровьем, гармоничным физическим развитием и физической подготовленностью, формированием качеств личности и профилактикой вредных привычек;
- раскрывать базовые понятия и термины физической культуры, применять их в процессе совместных занятий физическими упражнениями со своими

сверстниками, излагать с их помощью особенности техники двигательных действий и физических упражнений, развития физических качеств;

- разрабатывать содержание самостоятельных занятий с физическими упражнениями, определять их направленность и формулировать задачи, рационально планировать режим дня и учебной недели;

- руководствоваться правилами профилактики травматизма и подготовки мест занятий, правильного выбора обуви и формы одежды в зависимости от времени года и погодных условий;

- руководствоваться правилами оказания первой помощи при травмах и ушибах во время самостоятельных занятий физическими упражнениями; использовать занятия физической культурой, спортивные игры и спортивные соревнования для организации индивидуального отдыха и досуга, укрепления собственного здоровья, повышения уровня физических кондиций;

- составлять комплексы физических упражнений оздоровительной, тренирующей и корригирующей направленности, подбирать индивидуальную нагрузку с учетом функциональных особенностей и возможностей собственного организма;

- классифицировать физические упражнения по их функциональной направленности, планировать их последовательность и дозировку в процессе самостоятельных занятий по укреплению здоровья и развитию физических качеств;

- самостоятельно проводить занятия по обучению двигательным действиям, анализировать особенности их выполнения, выявлять ошибки и своевременно устранять их;

- тестировать показатели физического развития и основных физических качеств, сравнивать их с возрастными стандартами, контролировать особенности их динамики в процессе самостоятельных занятий физической подготовкой;

- выполнять комплексы упражнений по профилактике утомления и перенапряжения организма, повышению его работоспособности в процессе трудовой и учебной деятельности;

- выполнять общеразвивающие упражнения, целенаправленно воздействующие на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и координации движений);

- выполнять акробатические комбинации из числа хорошо освоенных упражнений;

- выполнять гимнастические комбинации на спортивных снарядах из числа хорошо освоенных упражнений;

- выполнять легкоатлетические упражнения в беге и в прыжках (в длину и высоту);

- выполнять спуски и торможения на лыжах с пологого склона;

- выполнять основные технические действия и приемы игры в футбол, волейбол, баскетбол в условиях учебной и игровой деятельности;

- выполнять передвижения на лыжах различными способами, демонстрировать технику последовательного чередования их в процессе прохождения тренировочных дистанций;

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

Выпускник получит возможность научиться:

- характеризовать цель возрождения Олимпийских игр и роль Пьера де Кубертена в становлении современного олимпийского движения, объяснять смысл символики и ритуалов Олимпийских игр;

- характеризовать исторические вехи развития отечественного спортивного движения, великих спортсменов, принесших славу российскому спорту;

- определять признаки положительного влияния занятий физической подготовкой на укрепление здоровья, устанавливать связь между развитием физических качеств и основных систем организма;

- вести дневник по физкультурной деятельности, включать в него оформление планов проведения самостоятельных занятий с физическими упражнениями разной функциональной направленности, данные контроля динамики индивидуального физического развития и физической подготовленности;

- проводить занятия физической культурой с использованием оздоровительной ходьбы и бега, лыжных прогулок и туристических походов, обеспечивать их оздоровительную направленность;

- проводить восстановительные мероприятия с использованием банных процедур и сеансов оздоровительного массажа;

- выполнять комплексы упражнений лечебной физической культуры с учетом имеющихся индивидуальных отклонений в показателях здоровья;

- преодолевать естественные и искусственные препятствия с помощью разнообразных способов лазания, прыжков и бега;

- осуществлять судейство по одному из осваиваемых видов спорта;

- выполнять тестовые нормативы Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне";

Уровень физической подготовленности учащихся 9-го класса

Физические способности	Контрольные упражнения	Уровень					
		Мальчики			Девочки		
		«3»	«4»	«5»	«3»	«4»	«5»
Скоростные	Бег 30м (сек.)	5,8	5,0	4,6	6,2	5,5	5,0
	Бег 60м (сек.)	11,0	10,2	9,3	11,2	10,4	9,8
Координационные	Челночный бег 3х10м (сек.)	9,3	8,6	8,3	10,0	9,1	8,8
Скоростно-силовые	Прыжок в длину с места (см)	150	185	205	140	170	195
	Метание мяча (м)	23	31	39	16	19	26
Выносливость	6-минутный бег (м)	1000	1250	1400	800	1100	1200
	Бег 1500м	8.00	7.30	7.00	8.30	8.00	7.30
Силовые	Подтягивания: мальчики - из виса, девочки - из виса лёжа	1	6	8	5	16	19
	Отжимания от пола	10	22	30	5	10	14

Основное содержание

Физкультурно-оздоровительная деятельность

Знания о физкультурно-оздоровительной деятельности (6 часов):

предупреждение раннего старения и длительного сохранения творческой активности человека, средствами физической культуры. Общие представления о современных оздоровительных системах физического воспитания (ритмическая гимнастика, аэробика, атлетическая гимнастика), их цель, задачи, содержание и формы организации. Формирование индивидуального стиля жизни, приобретение положительного психосоциального статуса и личностных качеств, культуры межличностного общения и поведения.

Физическая культура в организации трудовой деятельности человека, основные причины возникновения профессиональных заболеваний и их профилактика оздоровительными занятиями физической культурой.

Общие представления об адаптивной физической культуре, цель, задачи и формы организации, связь содержания и направленности с индивидуальными показаниями здоровья. Правила и требования по индивидуализации содержания самостоятельных форм занятий адаптивной физической культурой.

Требования к технике безопасности на занятиях физическими упражнениями разной направленности (в условиях спортивного зала и спортивных площадок).

Основы законодательства Российской Федерации в области физической культуры, спорта, туризма, охраны здоровья (извлечения из статей, касающихся соблюдения прав и обязанностей граждан в занятиях физической культурой).

На изучение раздела «Физкультурно-оздоровительная деятельность» отводится время в подготовительной части урока.

Физическое совершенствование с оздоровительной направленностью: индивидуальные комплексы упражнений адаптивной (лечебной) физической культурой в соответствии с медицинскими показаниями (при нарушениях зрения, осанки и плоскостопия; при остеохондрозе; бронхиальной астме и заболеваниях сердечно-сосудистой системы; при частых нервно-психических перенапряжениях, стрессах, головных болях; простудных заболеваниях и т.п.).

Индивидуализированные комплексы упражнений из оздоровительных систем физического воспитания: Гимнастика (юноши): комплексы упражнений на общее и избирательное развитие силы мышц, «подтягивание» отстающих в своем развитии мышц и мышечных группы; комплексы упражнений на формирование гармоничного телосложения (упражнения локального воздействия по анатомическим признакам); комплексы упражнений на развитие рельефа мышц плеча, груди, спины, бедра, брюшного пресса.

Способы физкультурно-оздоровительной деятельности

Планирование содержания и физической нагрузки в индивидуальных оздоровительных занятиях, распределение их в режиме дня и недели.

Наблюдения за индивидуальным здоровьем, физической работоспособностью и умственной работоспособностью.

Ведение дневника самонаблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью, состоянием здоровья и работоспособностью.

Спортивно-оздоровительная деятельность с прикладно-ориентированной физической подготовкой

Знания о спортивно-оздоровительной деятельности: Общие представления о самостоятельной подготовке к соревновательной деятельности, понятие физической, технической и психологической подготовки. Общие представления об индивидуализации содержания и направленности тренировочных занятий (по избранному виду спорта),

способы совершенствования техники в соревновательных упражнениях и повышения физической нагрузки (понятие режимов и динамики нагрузки). Особенности распределения тренировочных занятий в режиме дня и недели.

Общие представления о прикладно-ориентированной физической подготовке, ее цель, задачи и формы организации, связь со спортивно-оздоровительной деятельностью.

Физическое совершенствование со спортивно-оздоровительной направленностью:

Легкая атлетика: Беговые упражнения: бег на длинные, средние и короткие дистанции; высокий старт; низкий старт; спринтерский бег; равномерный бег; эстафетный бег; кроссовый бег. челночный бег

Прыжковые упражнения: прыжок в длину с места, прыжок в длину с разбега; прыжок в высоту с разбега способом «перешагивание».

Метание малого мяча: метание мяча с места в неподвижную мишень; метание мяча по движущейся мишени; метание малого мяча на дальность.

Зачеты по легкой атлетике: Бег на результат 30 м; Бег на результат 60 м.; Прыжок в длину с места; Метание мяча на дальность и в цель с 6 метров; Прыжок в длину с разбега; челночный бег 3x10 метров, прыжок в высоту способом «перешагивание».

Кроссовая подготовка: Развитие выносливости, бег по пересеченной местности до 30 минут, бег с преодолением препятствий.

Зачеты по кроссовой подготовке: Бег на результат 2000 м - мальчики. 1000м - девочки.

Волейбол: Нижняя прямая подача. Прием и передача мяча снизу, сверху, передача мяча двумя руками назад, передача мяча в прыжке. Прямой нападающий удар, индивидуальное блокирование. Тактические действия, передача мяча из зоны защиты в зону нападения. Игра по правилам волейбола.

Зачеты по волейболу: прием и передача мяча; Передача мяча сверху двумя руками; Прием мяча снизу двумя руками; Нижняя прямая подача, мяча верхняя подача мяча;

Баскетбол: Ведение мяча шагом, бегом, змейкой, с обеганием стоек. Ловля и передача мяча двумя руками от груди, передача мяча одной рукой от плеча,

передача мяча с отскоком от пола. Бросок одной рукой с места, в прыжке, штрафной бросок. Вырывание и выбивание мяча, перехват мяча, накрывание мяча.

Тактические действия: подстраховка, личная защита. Игра по правилам баскетбола.

Зачеты по баскетболу: Передвижение, остановка, стойка баскетболиста; Ловля и передачи мяча; Ведение мяча; 2 шага – бросок; Штрафной бросок; Защитные действия.

Гимнастика с основами акробатики; совершенствование техники в соревновательных упражнениях и индивидуально подобранных спортивных комбинациях (на материале основной школы). Прикладные упражнения на гимнастических снарядах с грузом на плечах (юноши): ходьба по гимнастическому бревну, с поворотами и с расхождением; лазанье по гимнастическому канату и гимнастической стенке, опорные прыжки через препятствия. Строевые команды и приемы (юноши).

Зачеты по гимнастике: сгибание разгибание рук в упоре лежа; Подтягивания на высокой перекладине (Ю), Подтягивания на низкой перекладине (Д); Лазание по канату с помощью ног(Д, Ю); Подъем туловища за 1 мин; Длинный кувырок через препятствия (Ю); Кувырок вперед и назад из положения упор присед, стойка на лопатках; Комбинация (кувырок вперед + стойка на лопатках + перекат с группировкой вперед в стойку на ногах прогнувшись); Комбинация (кувырок назад + перекат назад в положение лежа на спине + выполнение стойки «мостик» и плавное опускание корпуса тела в положение лежа на спине + перекат с группировкой вперед в стойку на ногах прогнувшись; опорный прыжок через гимнастического козла

Тематика сообщений и презентаций для детей имеющих длительное

освобождение от занятий физической культуры:

1. Режим дня и личная гигиена
2. Закаливание
3. Дыхание
4. Осанка
5. Вредные привычки

6. Первая помощь
7. Самоконтроль
8. Легкая атлетика
9. Баскетбол
10. Волейбол
11. Гимнастика
12. Подвижные игры. Игры с прыжками.
13. Правила техники безопасности на уроке

Тематический план

№	Наименование разделов и тем	Всего часов	Регулятивные УУД	Информативные УУД	Познавательные УУД	Исследовательские УУД	Коммуникативные УУД	Зачеты	Планируемые результаты
Физкультурно-оздоровительная деятельность 51 час									
1	Знания о физкультурно-оздоровительной деятельности	6 часа	Целеполагание, определение результатов своей деятельности.	Поиск информации работа с устными и письменными текстами			Умение владеть собой и регулировать свое поведение в разных обстоятельствах Умение работать в команде Умение вести и переговоры и выходить из конфликтной ситуации Умение осуществлять разного рода контактов между участниками совместной деятельности Ориентация в среде обучения, умение владеть собой, умение слушать.		Предупреждение раннего старения и длительного сохранения творческой активности человека, Формирование индивидуального стиля жизни, приобретение положительного психосоциального статуса и личностных качеств, культуры межличностного общения и поведения.

2	Физическое совершенствование с оздоровительной направленностью	39 часов	Целеполагание, определение результатов своей деятельности.	Поиск информации работа с устными и письменными текстами			Умение владеть собой и регулировать свое поведение в разных обстоятельствах Умение работать в команде Умение вести и переговоры и выходить из конфликтной ситуации Умение осуществлять разного рода контактов между участниками совместной деятельности Ориентация в среде обучения, умение владеть собой, умение слушать.	Общее и избирательное развитие силы мышц, «подтягивание» отстающих в своем развитии мышц и мышечных группы; формирование гармоничного телосложения, развитие рельефа мышц плеча, груди, спины, бедра, брюшного пресса.
3	Способы физкультурно-оздоровительной деятельности	6 часов	Целеполагание, определение результатов своей деятельности.	Поиск информации работа с устными и письменными текстами			Умение владеть собой и регулировать свое поведение в разных обстоятельствах Умение работать в команде Умение вести и переговоры и выходить из конфликтной ситуации Умение осуществлять разного рода контактов между участниками совместной деятельности Ориентация в среде обучения, умение владеть собой, умение слушать.	Планирование содержания и физической нагрузки в индивидуальных оздоровительных занятиях, распределение их в режиме дня и недели. Самостоятельные наблюдения за индивидуальным здоровьем, ведение дневника самоконтроля.
Спортивно-оздоровительная деятельность с прикладно-ориентированной физической подготовкой 102 часа								

1	Легкая атлетика	24ч	Вести дискуссию, правильно выражать свои мысли	Работа с реальными объектами, поиск информации, работа с устными и письменными текстами,	Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы	Активно включаться в общение с учителем, сверстниками. Проявлять дисциплинированность, трудолюбие	Ориентация в среде обучения, умение владеть собой, умение слушать, Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу	7	Совершенствование двигательных навыков, развитие физических качеств. Организация контроля и самоконтроля. умение самостоятельно составлять комплекс упражнений, определять последовательность их выполнения и дозировку.
2	Кроссовая подготовка	10ч		Работа с реальными объектами, поиск информации, работа с устными и письменными текстами,	Основы знаний о работе органов дыхания и сердечно-сосудистой системы	Активно включаться в общение с учителем, сверстниками. Проявлять дисциплинированность, трудолюбие	Ориентация в среде обучения, умение владеть собой, умение слушать, Эффективно сотрудничать со сверстниками, оказывать поддержку друг другу	1	Развитие выносливости, самонаблюдение и самоконтроль, измерение резервов организма и оценка результатов измерений.
3	Волейбол	22ч	Целеполагание, определение результатов своей деятельности. Организация, контроль, коррекция, саморегулирование, прогнозирование, рефлексия	Работа с реальными объектами, поиск информации, работа с устными и письменными текстами, умение пользоваться техническими средствами	Определение и решение проблем		Ориентация в среде обучения, умение владеть собой, умение работать в команде, Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	5	Организовывать совместное занятие волейболом со сверстниками, осуществлять судейство. Совершенствование игровых действий и приемов, выявление и устранение ошибок, освоение тактики игры.
4	Баскетбол	28ч	Целеполагание, определение результатов своей деятельности. Организация, контроль, коррекция, саморегулирование, прогнозирование, рефлексия	Работа с реальными объектами, поиск информации, работа с устными и письменными текстами, умение пользоваться техническими средствами	Определение и решение проблем		Ориентация в среде обучения, умение владеть собой, умение работать в команде, умение слушать, Осуществлять продуктивное взаимодействие между сверстниками и педагогами	8	Организовывать совместное занятие баскетболом со сверстниками, осуществлять судейство. Совершенствование игровых действий и приемов, выявление и устранение ошибок, освоение тактики игры.

									Использование игры баскетбол в организации активного отдыха. Определение степени утомления во время игровой деятельности.
5	Гимнастика с основами акробатики	18ч	Целеполагание, определение результатов своей деятельности. Организация, контроль, коррекция, саморегулирование, прогнозирование, рефлексия	Работа с реальными объектами, поиск информации, работа с устными и письменными текстами,			Ориентация в среде обучения, умение владеть собой, умение слушать.	8	Знать и различать строевые команды, совершенствование строевых упражнений, развитие физических качеств, умение составлять акробатические комбинации, оказывать помощь сверстникам при освоение новых упражнений, умение анализировать технику выполнения упражнений.

КРИТЕРИИ ОЦЕНИВАНИЯ ПОДГОТОВЛЕННОСТИ УЧАЩИХСЯ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

Критерии оценивания по физической культуре являются качественными и количественными.

Качественные критерии успеваемости характеризуют степень овладения программным материалом: знаниями, двигательными умениями и навыками, способами физкультурно-оздоровительной деятельности, включенными в обязательный минимум содержания образования и в школьный образовательный стандарт.

Количественные критерии успеваемости определяют сдвиги в физической подготовленности, складывающиеся из показателей развития основных физических способностей: силовых, скоростных, координационных, выносливости, гибкости и их сочетаний, что отражает направленность и уровни реализуемых образовательных программ.

Осуществляя оценивание подготовленности по физической культуре, учителя реализуют не только собственно оценочную, но и стимулирующую и воспитывающую функции, учитывая темп (динамику изменения развития физических качеств за определенный период времени, а не в данный момент) и индивидуальные особенности учащихся (типы телосложения, психические и физиологические особенности). При этом учителю необходимо быть максимально тактичным, внимательным, не унижать человеческое достоинство обучающегося, заботясь о повышении и дальнейшем развитии интереса к физической культуре.

Итоговая отметка выставляется учащимся за овладение темы, раздела, за полугодие, за учебный год. Она включает в себя текущие отметки, полученные учащимися за овладение всеми составляющими успеваемости: знаниями, двигательными умениями и навыками, а также отражает сдвиги в развитии физических способностей, умений осуществлять физкультурно-оздоровительную деятельность.

Критерии оценивания успеваемости по базовым составляющим физической подготовки учащихся:

Оценка 5	Оценка 4	Оценка 3	Оценка 2
І. Знания			
При оценивании знаний по предмету «Физическая культура» учитываются такие показатели: глубина, полнота, аргументированность, умение использовать их применительно к конкретным случаям и занятиям физическими упражнениями. С целью проверки знаний используются следующие методы: опрос, проверочные беседы (без вызова из строя), тестирование.			
За ответ, в котором учащийся демонстрирует глубокое понимание сущности материала; логично его излагает, используя в деятельности	За тот же ответ, если в нем содержатся небольшие неточности и незначительные ошибки	За ответ, в котором отсутствует логическая последовательность, имеются пробелы в знании материала, нет должной аргументации и умения использовать знания на практике	За непонимание и незнание материала программы
ІІ. Техника владения двигательными умениями и навыками			
Для оценивания техники владения двигательными умениями и навыками используются следующие методы: наблюдение, вызов из строя для показа, выполнение упражнений и комбинированный метод.			
Движение или отдельные его элементы выполнены правильно, с соблюдением всех требований, без ошибок, легко, свободно, четко,	При выполнении ученик действует так же, как и в предыдущем случае, но допустил не более двух незначительных ошибок	Двигательное действие в основном выполнено правильно, но допущена одна грубая или несколько мелких ошибок, приведших	Движение или отдельные его элементы выполнены неправильно, допущено более двух значительных или одна грубая

<p>уверенно, слитно, с отличной осанкой, в надлежащем ритме; ученик понимает сущность движения, его назначение, может разобраться в движении, объяснить, как оно выполняется, и продемонстрировать в нестандартных условиях; может определить и исправить ошибки, допущенные другим учеником; уверенно выполняет учебный норматив</p>		<p>к скованности движений, неуверенности. Учащийся не может выполнить движение в нестандартных и сложных в сравнении с уроком условиях</p>	<p>ошибка</p>
<p>III Умение осуществлять физкультурно-оздоровительную деятельность.</p>			
<p>Учащийся умеет: самостоятельно организовать место занятий; подбирать средства и инвентарь и применять их в конкретных условиях; контролировать ход выполнения деятельности и оценивать итоги</p>	<p>Исходный показатель соответствует среднему уровню подготовленности и достаточному темпу прироста</p>	<p>Исходный показатель соответствует низкому уровню подготовленности и незначительному приросту</p>	<p>Учащийся не выполняет государственный стандарт, нет темпа роста показателей физической подготовленности</p>
<p>IV. Уровень физической подготовленности учащихся</p>			
<p>Исходный показатель соответствует высокому уровню подготовленности, предусмотренному обязательным минимумом подготовки и программой</p>	<p>Исходный показатель соответствует среднему уровню подготовленности и достаточному темпу прироста</p>	<p>Исходный показатель соответствует низкому уровню подготовленности и незначительному приросту</p>	<p>Учащийся не выполняет государственный стандарт, нет темпа роста показателей физической подготовленности</p>

<p>физического воспитания, которая отвечает требованиям государственного стандарта и обязательного минимума содержания обучения по физической культуре, и высокому приросту ученика в показателях физической подготовленности за определенный период времени</p>			
<p style="text-align: center;">V. Индивидуальный доклад</p> <p>Может проводиться в форме написания реферата с последующей защитой учителю или комиссии, в форме презентации, эссе и т.д.</p>			

<p>выполнены все требования к написанию и защите реферата: обозначена проблема и обоснована её актуальность, сделан краткий анализ различных точек зрения на рассматриваемую проблему и логично изложена собственная позиция, сформулированы выводы, тема раскрыта полностью, выдержан объём, соблюдены требования к внешнему оформлению, даны правильные ответы на дополнительные вопросы.</p>	<p>основные требования к реферату и его защите выполнены, но при этом допущены недочёты. В частности, имеются неточности в изложении материала; отсутствует логическая последовательность в суждениях; не выдержан объём реферата; имеются упущения в оформлении; на дополнительные вопросы при защите даны неполные ответы.</p>	<p>имеются существенные отступления от требований к реферированию. В частности: тема освещена лишь частично; допущены фактические ошибки в содержании реферата или при ответе на дополнительные вопросы; во время защиты отсутствует вывод.</p>	<p>тема реферата не раскрыта, обнаруживается существенное непонимание проблемы</p>
---	--	---	--

Требования к написанию и оформлению реферата представлены в Приложении 1.

(При оценке физической подготовленности приоритетным показателем является темп прироста результатов. Задание учителя по улучшению показателей физической подготовленности (темп прироста) должны представлять определенную трудность для каждого учащегося, но быть реально выполнимыми. Достижение этих сдвигов при условии систематических занятий дает основание учителю для выставления высокой оценки.)

Общая оценка успеваемости складывается по видам программы: по гимнастике, баскетболу, волейболу, легкой атлетике - путем сложения конечных оценок, полученных учеником по всем видам движений, и оценок за выполнение контрольных упражнений.

Оценка успеваемости за учебный год производится на основании оценок за полугодия с учетом общих оценок по отдельным разделам программы. При этом преимущественное значение имеют оценки за умения и навыки осуществлять собственно двигательную, физкультурно-оздоровительную деятельность.

Учебно-методическая и материально-техническое обеспечение образовательного процесса

Учебно-практическое оборудование

№ п/п	Наименование инвентаря	Технические характеристики	Ед. измерения	Количество
1	Барьер легкоатлетический тренировочный	Регулируемая высота	шт.	5
2	Бревно гимнастическое напольное, 3м.	Массовое	шт.	1
3	Канат для лазания 6м.	Хлопчатобумажный диаметр 4 см	шт.	1
4	Канат для перетягивания 10м.	Хлопчатобумажный, диаметр 3 см.	шт.	2
5	Козел гимнастический	Массовый	шт.	1
6	Мат гимнастический	100х200х10 см, плотность 22-25 кг/м ³ . Чехол капротвинил	шт.	15
7	Мат школьный	100х200х5 см, плотность 80-90 кг/м ³ . Чехол капротвинил.	шт.	25
8	Мостик гимнастический пружинный	Массовый	шт.	2
9	Брусья параллельные	На станине, переменная высота брусьев	шт.	1
10	Перекладина к	Металлическая. Порошковый окрас.	шт.	3

	шведской стенке облегченная			
11	Скамейка гимнастическая (дерево, металл) 2,0 м.	На металлических ножках, 0,25x0,28x2,0 м	шт.	5
12	Скамейка гимнастическая (дерево, металл) 3,0 м.	На металлических ножках, 0,25x0,28x3,0 м	шт.	6
13	Стойки для прыжков в высоту(планка металлич.)	Металлическая планка	шт.	1
14	Зона приземления (комплект)	Для прыжков в высоту, 3x4x0,5м. Плотность наполнителя 22-25 кг/м3.	Шт.	1
15	Чехол на мат 1 *2 м.	Капротвинил	шт.	6
16	Обруч пластмассовый 80 см		шт.	14
17	Обруч пластмассовый 60 см		шт.	10
18	Обруч гимнастический алюминий 900 мм		шт.	8
19	Стенка гимнастическая 0,8*2,8 м.	Деревянная, массовая.	шт.	17
20	Мат-вкладыш для стенки гимнастической	Вкладывается в вертикальную гимнастическую стенку и крепится к перекладине.	шт.	14
21	Палка гимнастическая деревянная 100 см.		шт.	20
22	Палка гимнастическая, пластик 100 см.		шт.	
23	Скакалка резиновая 1.8 м.	Пластиковая ручка	шт.	12
24	Скакалка резиновая 2.8 м.	Пластиковая ручка	шт.	15
25	Гантель FULL RUBBER 0,5 кг	Цельная	шт.	7
26	Гантель FULL RUBBER. 1 кг	Цельная	шт.	8
	2 кг			8
28	Сетка баскетбольная мастерская	Диаметр нити 5 мм	шт.	
29	Стойка волейбольная массовая на стаканах без троса		шт.	1

30	Стойка волейбольная универсальная для бадминтона	Тренировочная, на стаканах, без троса (+бадминтон, теннис)	шт.	1
31	Сетка волейбольная мастерская	Диаметр нити 2,8 мм, белая, обшита с 4-х сторон	шт.	1
32	Трос с устройством натяжения (тарлеп) для сетки	Для сетки в/б, бадм., тенниса.	шт.	1
33	Ракетка для настольного тенниса ACT BR 11/2 Star		шт.	6
34	Сетка для настольного тенниса W201S (клипса)		шт.	2
35	Сетка для настольного тенниса W202S (струбцина)		шт.	2
36	Мячи DHS1 * белые 6 шт.	Упаковка	уп.	4
37	Ракетка для бадминтона STAR AS 104	Тренировочная	наб.	10
38	Волан перо (туба 6 шт.)		уп.	4
39	Стол теннисный «Валери Инструктор Роллер»	Подстолье алюминиевое, столешница изготовлена из МДФ 19 мм.	шт.	
	теннисный всепогодный складной «Валери Харли»	стол Столешница изготовлена из пластика 6 мм		2
41	Мяч для тенниса TB213 STAR	Упаковка 3 шт.	уп.	17
42	Шахматы обиходные с доской	Деревянные, в комплекте с доской	шт.	10
43	Мяч волейбольный GALA School BV5031L	Натуральная кожа	шт.	9
44	Мяч волейбольный GALA LightBV5021L	Натуральная кожа	шт.	9
45	Мяч волейбольный AST COMPETITION	Размер 5, клееный, синтетическая кожа	шт.	10
46	Мяч волейбольный MIKASA SV-2	Синтетическая кожа, вес 195-225 г, машинная сшивка, р.5	шт.	10
47	Мяч футбольный SELECT Viking IMS	Сверхпрочный матовый ПУ, р.5	шт.	4
48	Мяч футбольный AST MATCH PRO	Ламинированный износостойкий ПУ, р.5	шт.	
49	Мяч баскетбольный SPALDING TF-500№7.	Полиуретан-композит	шт.	10
50	Мяч баскетбольный TF-150 №5	Резина		15

51	Мяч баскетбольный СК700	Размер 7, композ. резина, оранжев.	шт.	15
52	Медицинбол 1,0 кг.	Искусственная кожа.	шт.	10
53	Медицинбол 2,0 кг	Искусственная кожа.	шт.	7
54	Медицинбол 3,0 кг	Искусственная кожа.	шт.	10
55	Медицинбол 5,0 кг	Искусственная кожа.	шт.	10
56	Мяч резиновый 100 мм.		шт.	20
57	Мяч резиновый 200 мм.		шт.	20
58	Мяч гимнастический 75 см		шт.	
59	Гантельный гриф с замками ф26.	вес 2 кг	шт.	6
60	Ролик для пресса	Двойной	шт.	
61	Степ-доска NOVUS	3-х уровневая, размеры: 76*28*10(15,20) см.	шт.	6
62	Гриф для штанги ф26	L 1250, 7.5 кг хром	шт.	2
63	Гриф для штанги W-образный ф26.	Изогнутый, ф26 мм 7.5 кг хром	шт.	2
64	Диск для штанги ф26 2,5	Обрезиненный, черный	шт.	4
65	Диск для штанги ф26 5 кг	Обрезиненный, черный.	шт.	4
66	Диск для штанги ф26 10 кг	Обрезиненный, черный	шт.	4
67	Штанга	WEIDERNUT, 55 кг 26-1500 хром	шт.	2
68	Палатка Atemi Taiga4	Каркасная двухслойная ,4 местная	шт.	
69	Тент групповой 2*3 м	Полиэтиленовый армированный, 2х3 м	шт.	2
70	Тент групповой 3*5 м	Полиэтиленовый армированный, 3х5 м	шт.	2
71	Коврик туристический складной 7 сложений	пенополиэтилен с тканью 180х60х10 мм	шт.	20
72	Спальный мешок	Без капюшона, синтепон, 190х71 см	шт.	20
73	Компас КОНТАКТ2	Жидкостной	шт.	10
74	Рюкзак ЧЕГЕТ60 К+	"Полиэстер 600 D", непромокаемый	шт.	20
75	Котлы туристические 5,5		набор	2
76	Пила двуручная		шт.	1
77	Топор туристический	С облегченной ручкой НВ-040	шт.	2
78	Веревка 10 мм Кол страх-спас, стат	Диаметр 10 мм (бухта 50 м)	шт.	3
79	Карабин ИРЕМЕЛЬ	С муфтой	шт.	20
80	Спусковое устройство восьмерка классич.	Дюраль L 3000 кг	шт.	10
81	Система страховочная ВЕНТО грудная обвязка М		шт.	20

82	Система страховочная ВЕНТО поясная		шт.	20
83	Щит баскетбол тренировочный, минибаскетбол (стритбол) 1,2x1,8 с кольцом массовым, сеткой	Для спортивных площадок и залов, ламинированная фанера темного цвета, разметка светлая, с крепежом в комплекте. Навешивается на стену зала.	комп.	3
84	Щит баскетбол тренировочный минибаскетбол (стритбол) 1,2x1,8 с кольцом массовым, сеткой	Для спортивных площадок и залов, ламинированная фанера темного цвета, разметка светлая, с крепежом в комплекте. Навешивается на гимнастическую стенку с помощью крюков, расположенных на тыльной стороне щита.	комп.	2
85	Щит на ст. раме с мет. обр.(акрил) 1,8x1,05 м с кольцом массовым, сеткой	Стальная рама, металлическое обрамление, акриловое стекло, кольцо массовое усиленное, сетка массовая	комп.	1
86	Рама выноса 1,2 м.		шт.	1

Учебно-методический комплекс

№	Наименование объектов и средств материально-технического оснащения	Необходимое количество	Примечание
1	Библиотечный фонд (книгопечатная продукция)		
1.1	Стандарт основного общего образования по физической культуре	Д	Стандарт по физической культуре
1.2	Примерные программы по учебным предметам. Физическая культура. 6 класс	Д	
1.3	Рабочие программы по физической культуре 1-11 класс	Д	
1.4	Учебники пособия, которые входят в предметную линию учебников М.Я.Виленского, В.И.Ляха Физическая культура 5.6.7 классы/под редакцией М.Я. Виленского. Учебник для общеобразовательных учреждений. В.И.Лях,. Методическое пособие. 6 класс. Базовый уровень Г.Ф.Колодницкий, В.С.Кузнецов, М.В.Маслов. Внеурочная деятельность учащихся. Легкая атлетика (серия «Работаем по новым стандартам») Г.Ф.Колодницкий, В.С.Кузнецов, М.В.Маслов Внеурочная деятельность учащихся. Футбол (серия «Работаем по	К	Учебники, рекомендованные Министерством образования и науки РФ. Методические пособия и тестовый контроль к учебникам

	новым стандартам») Г.Ф.Колодницкий, В.С.Кузнецов, М.В.Маслов Внеурочная деятельность учащихся. Волейбол (серия «Работаем по новым стандартам»)		
1.5	Учебная, научная и научно-популярная литература по физической культуре, спорту, олимпийскому движению	Д	
1.6	Методические издания по физической культуре для учителей	Д	Журнал Физическая культура в школе», «Спорт в школе»
1.7	Федеральный закон «О физической культуре и спорте»		
2	Демонстрационные учебные пособия		
2.1	Таблицы по стандартам физического развития и физической подготовленности	Д	
2.2	Плакаты методические	Д	

Список литературы для учителя

- 1) Физическая культура. 5-6-7 классы: учеб. Для общеобразовательных учреждений: базовый уровень / В.И. Лях, -М.: Просвещение,2014г.
- 2) Примерные программы основного общего образования. Физическая культура. – М. Просвещение, 2010г.
- 3) Физическая культура. 1-11 классы: развернутое тематическое планирование по комплексной программе под редакцией В.И. Ляха, Л.Б. Кофмана, Г.Б. Мейксона / авт. Сост. М.И. Васильева и др. -2-е изд., сереотип. – Волгоград: Учитель, 2008
- 4) Физическая культура. 1-11 классы: Комплексная программа физического воспитания учащихся В.И. Ляха, А.А. Зданевича / авт. Сост. А.Н. Каинов, Г.И. Курьерова. – Изд. 2-е Волгоград: учитель, 2013.
- 5) Физическая культура. Планирование и организация занятий: учебно-методическое пособие. В.С. Кузнецов, Г.А. Голодницкий.- М. Дрофа. 2010.
- 6) Физкультура. Поурочные планы \ авт.-сост. В.И. Виненко и др. Волгоград:Учитель 2006.
- 7) «Гимнастика в режиме школьников». Г.А.Василько.Москва; «Просвещение», 1976 г.
- 8) «Физическая культура 5-8 кл.» Москва; «Просвещение», 1976 г.
- 9) «Учение о тренировке». Дитрих Харре. Москва; «Физкультура и спорт», 1981 г.

10) «Освоение общей и спортивной гигиены». Москва; «Физкультура и спорт», 1972

г.

Список литературы для ученика

- 1) Основы теории физической культуры 5-9 классы: Учебное пособие Издательство; Владос, 2006 г.
- 2) Быстрее, выше, сильнее! Легкая атлетика и гимнастика для школьников
Мальцев Александр Издательство: Феникс. 2012г.
- 3) Физическая культура. 8-9 классы: учеб. Для общеобразовательных учреждений:
базовый уровень / В.И. Лях, -М.: Просвещение,2014г.

Календарно-тематическое планирование по физической культуре, 9 класс

№	Тема уроков с указанием типа урока	Содержание урока	Форма контроля	Планируемые результаты	Формирование УУД	Сроки		
						9А класс	9Б класс	9в класс
Основы знаний по физической культуре - в процессе уроков.								
Раздел 1. Легкая атлетика 10 часов								
1.	Тип урока: Вводный Спринтерский бег	Правила поведения техника безопасности на уроках. Овладение техникой бега на длинные дистанции <ul style="list-style-type: none"> • Бег до 1000м Овладение техникой спринтерского бега с высокого старта <ul style="list-style-type: none"> • Бег 30 -40м. • Бег 70-80м. 	Педагогическое наблюдение	Знать и соблюдать правила техники безопасности. Уметь: бегать с максимальной скоростью с низкого старта(60)м	Целеполагание, определение результатов своей деятельности. Организация, контроль, коррекция, саморегулирование, прогнозирование, рефлексия	2.09.23	2.09.23	2.09.23
2.	Тип урока: комплексный Спринтерский бег	Овладение техникой бега на длинные дистанции <ul style="list-style-type: none"> • Бег до 1000м Овладение техникой спринтерского бега с высокого, низкого старта <ul style="list-style-type: none"> • Бег 30 -40м. 	Зачет	Уметь: бегать с максимальной скоростью с низкого старта (60м)	Целеполагание, определение результатов своей деятельности. Ориентация в среде обучения, умение владеть собой, ,	4.09.23	4.09.23	4.09.23

		<ul style="list-style-type: none"> • Тест-прыжок в длину с места 			умение слушать.			
3.	Тип урока: комплексный Спринтерский бег	<p>Овладение техникой бега на длинные дистанции</p> <ul style="list-style-type: none"> • Бег до 1000 м <p>Тестирование Бег 30м</p>	Зачет	Уметь: бегать с максимальной скоростью с низкого старта 60м	Целеполагание, определение результатов своей деятельности. Ориентация в среде обучения, умение владеть собой, умение слушать.	7.09.23	7.09.23	7.09.23
4.	Тип урока: контрольный Спринтерский бег	<p>Овладение техникой бега на длинные дистанции</p> <ul style="list-style-type: none"> • Бег до 1500 м <p>Овладение техникой спринтерского бега с высокого, низкого старта</p> <ul style="list-style-type: none"> • Бег 30 -40м • Бег 60 м на результат 	Зачет	Уметь: бегать с максимальной скоростью с низкого старта 60м	Целеполагание, определение результатов своей деятельности. Определение и решение проблем	9.09.23	9.09.23	9.09.23
5.	Тип урока: вводный Прыжок в длину	<p>Освоение техники прыжка в длину с разбега</p> <ul style="list-style-type: none"> • Разбег с 7-9 шагов • Отталкивание <p>Тройной прыжок с места Правила соревнований по прыжкам в длину.</p>	Педагогическое наблюдение	Уметь: прыгать в длину с 13-15 беговых шагов	Целеполагание, определение результатов своей деятельности. Ориентация в среде обучения, умение владеть собой, умение слушать.	11.09.23	11.09.23	11.09.23
6.	Тип урока: комплексный	Освоение техники прыжка в длину с разбега	Педагогическое наблюдение	Уметь: прыгать в длину с 13-15	Целеполагание, определение	14.09.23	14.09.23	14.09.23

	Прыжок в длину	<ul style="list-style-type: none"> • Разбег с 7-9 шагов • Отталкивание Тройной прыжок с места		беговых шагов	результатов своей деятельности. Ориентация в среде обучения, умение владеть собой, умение слушать.			
7.	Тип урока: контрольный Прыжок в длину на результат.	Освоение техники прыжка в длину с разбега <ul style="list-style-type: none"> • Разбег с 11-13 шагов • Отталкивание Тройной прыжок с места	Зачет	Уметь: прыгать в длину с 13-15 беговых шагов	Целеполагание, определение результатов своей деятельности. Определение и решение проблем	16.09.23	16.09.23	16.09.23
8.	Тип урока: Вводный Метание	Метание мяча на дальность с 3-6 беговых шагов. ОРУ. Челночный бег. Развитие скоростно-силовых качеств. Биохимическая основа метания	Фронтальный опрос	Уметь: метать мяч на дальность	Целеполагание, определение результатов своей деятельности. Ориентация в среде обучения, умение владеть собой, , умение слушать.	18.09.23	18.09.23	18.09.23
9.	Тип урока: комплексный Метание.	Метание мяча из различных положений. ОРУ. Челночный бег-тестирование. Развитие скоростно-силовых качеств.	Педагогическое наблюдение	Уметь: метать мяч на дальность	Целеполагание, определение результатов своей деятельности. Ориентация в среде обучения, умение владеть собой, , умение слушать.	21.09.23	21.09.23	21.09.23
10	Тип урока: контрольный	Метание мяча на дальность. ОРУ. Развитие	Зачет	Уметь: метать мяч на дальность	Целеполагание, определение	23.09.23	23.09.23	23.09.23

	Метание	скоростно-силовых качеств			результатов своей деятельности. Определение и решение проблем			
Раздел 2. Кроссовая подготовка						8 часов		
11	Тип урока: Вводный Бег по пересеченной местности	Развитие выносливости Бег по пересеченной местности 10 минут Преодоление препятствий. Специальные беговые упражнения. Правила соревнований в беге на средние дистанции Спортивные игры (футбол).	Фронтальный опрос	Уметь: бегать в равномерном темпе 10-15 мин.	Целеполагание, определение результатов своей деятельности. Ориентация в среде обучения, умение владеть собой, , умение слушать.	25.09.23	25.09.23	25.09.23
12	Тип урока: Совершенствование ЗУН Бег по пересеченной местности	Развитие выносливости. Бег 10 минут. Преодоление горизонтальных препятствий. Специальные беговые упражнения. Спортивные игры (футбол).	Педагогическое наблюдение	Уметь: бегать в равномерном темпе 10-15 мин	Организация, контроль, коррекция, саморегулирование, прогнозирование, рефлексия	28.09.23	28.09.23	28.09.23
13	Тип урока: Совершенствование ЗУН Бег по пересеченной местности	Развитие выносливости. Бег 10-15 минут. Преодоление горизонтальных препятствий. Специальные беговые упражнения. Спортивные	Педагогическое наблюдение	Уметь: бегать в равномерном темпе 15-20 мин	Организация, контроль, коррекция, саморегулирование, прогнозирование, рефлексия	30.09.23	30.09.23	30.09.23

		игры (футбол)						
14	Тип урока: контроль. Бег по пересеченной местности	Развитие выносливости – бег 1500м (М) , 1500м (Д)	Зачет	Уметь: бегать в равномерном темпе 10-15 мин	Организация, контроль, коррекция, саморегулирование, прогнозирование, рефлексия	2.10.23	2.10.23	2.10.23
15	Тип урока: освоение новой темы Прыжок в высоту способом «перешагивание»	Освоение техники прыжка в высоту способом «перешагивания» Разбег 5 – 7 шагов. Развитие скоростно - силовых качеств.	Фронтальный опрос	Уметь: прыгать в высоту с 3-5 шагов разбега.	Организация, контроль, коррекция, саморегулирование, прогнозирование, рефлексия	5.10.23	5.10.23	5.10.23
16	Тип урока: Совершенствование ЗУН Прыжок в высоту способом «перешагивание»	Освоение техники прыжка в высоту способом «перешагивания» Разбег 5 – 7 шагов Тест - челночный бег	Педагогическое наблюдение	Уметь: прыгать в высоту с 3-5 шагов разбега	Организация, контроль, коррекция, саморегулирование, прогнозирование, рефлексия	7.10.23	7.10.23	7.10.23
17	Тип урока: Совершенствование ЗУН Прыжок в высоту способом	Освоение техники прыжка в высоту способом «перешагивания» Разбег 5 – 7 шагов.	Педагогическое наблюдение	Уметь: прыгать в высоту с 3-5 шагов разбега	Организация, контроль, коррекция, саморегулирование, прогнозирование,	9.10.23	9.10.23	9.10.23

	«перешагивание»	Тест – подъем туловища за 30 сек Развитие скоростно - силовых качеств			рефлексия			
18	Тип урока: контрольный Прыжок в высоту способом «перешагивание»	Освоение техники прыжка в высоту способом «перешагивания» Разбег 5 – 7 шагов. Развитие скоростно - силовых качеств	Зачет	Уметь: прыгать в высоту с 3-5 шагов разбега	Организация, контроль, коррекция, саморегулирование, прогнозирование, рефлексия Определение и решение проблем	12.10.23	12.10.23	12.10.23
Раздел 3. Спортивные игры						20 часов		
19	Тип урока: вводный Волейбол	Правила поведения техника безопасности на уроках. Овладение техникой передвижений Чередование способов перемещений (лицом, боком, спиной, вперед)	Беседа	Выполнять правила техники безопасности во время игры. Пересказывать правила игры. Уметь: играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические действия.	Целеполагание, определение результатов своей деятельности. Работа с реальными объектами Ориентация в среде обучения, умение владеть собой, умение работать в команде	14.10.23	14.10.23	14.10.23
20.	Тип урока: совершенствование ЗУН Волейбол	Овладение техникой передвижений Чередование способов перемещений (лицом, боком, спиной, вперед)	Педагогическое наблюдение	Уметь: играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять	Целеполагание, определение результатов своей деятельности. Работа с реальными	16.10.23	16.10.23	16.10.23

				технические действия.	объектами Ориентация в среде обучения, умение владеть собой, умение работать в команде			
21.	Тип урока: контрольный Волейбол	Овладение техникой передвижений Чередование способов перемещений (лицом, боком, спиной, вперед)	Зачет	Уметь: играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические действия.	Целеполагание, определение результатов своей деятельности. Определение и решение проблем Работа с реальными объектами	19.10.23	19.10.23	19.10.23
22.	Тип урока: совершенствование ЗУН Волейбол	Освоение техники приема и передачи мяча -передача мяча над собой -в парах через сетку -прием передачи мяча с низу	Педагогическое наблюдение	Уметь: играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические действия.	Целеполагание, определение результатов своей деятельности. Работа с реальными объектами Ориентация в среде обучения, умение владеть собой, умение работать в команде	21.10.23	21.10.23	21.10.23
23.	Тип урока: комплексный Волейбол	Освоение техники приема и передачи мяча -передача мяча над собой -в парах через сетку -прием передачи мяча с	Педагогическое наблюдение	Уметь: играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять	Целеполагание, определение результатов своей деятельности. Работа с реальными	23.10.23	23.10.23	23.10.23

		низу		технические действия.	объектами Ориентация в среде обучения, умение владеть собой, умение работать в команде			
24.	Тип урока: совершенствование ЗУН Волейбол	Освоение техники приема и передачи мяча -передача мяча над собой - в парах через сетку -прием передачи мяча с низу Игра по упрощенным правилам.	Педагогическое наблюдение	Уметь: играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические действия.	Целеполагание, определение результатов своей деятельности. Работа с реальными объектами Ориентация в среде обучения, умение владеть собой, умение работать в команде	26.10.23	26.10.23	26.10.23
25.	Тип урока: совершенствование ЗУН Волейбол	Освоение техники приема и передачи мяча -передача мяча над собой -в парах через сетку Игра по упрощенным правилам.	Педагогическое наблюдение	Уметь: играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические действия.	Целеполагание, определение результатов своей деятельности. Работа с реальными объектами Ориентация в среде обучения, умение владеть собой, умение работать в команде	9.11.23	9.11.23	9.11.23
26.	Тип урока: совершенствование ЗУН	Освоение техники приема и передачи мяча -передача мяча над собой	Педагогическое наблюдение	Уметь: играть в волейбол по упрощенным	Целеполагание, определение результатов своей	11.11.23	11.11.23	11.11.23

	Волейбол	- в парах через сетку -прием передачи мяча с низу.		правилам, выполнять технические действия.	деятельности. Определение и решение проблем Работа с реальными объектами			
27.	Тип урока: комплексный Волейбол	Освоение техники приема и передачи мяча -передача мяча над собой -в парах через сетку -прием передачи мяча с низу.	Педагогическое наблюдение	Уметь: играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические действия.	Целеполагание, определение результатов своей деятельности. Работа с реальными объектами Ориентация в среде обучения, умение владеть собой, умение работать в команде	13.11.23	13.11.23	13.11.23
28.	Тип урока: совершенствование ЗУН Волейбол	Освоение техники приема и передачи мяча -передача мяча над собой - в парах через сетку -прием передачи мяча с низу Игра по упрощенным правилам	Педагогическое наблюдение	Уметь: играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические действия.	Целеполагание, определение результатов своей деятельности. Работа с реальными объектами Ориентация в среде обучения, умение владеть собой, умение работать в команде	16.11.23	16.11.23	16.11.23
29.	Тип урока: контрольный Волейбол	Освоение техники приема и передачи мяча -передача мяча над собой	Зачет	Уметь: играть в волейбол по упрощенным	Целеполагание, определение результатов своей	18.11.23	18.11.23	18.11.23

		- в парах через сетку -прием передачи мяча с низу Игра по упрощенным правилам		правилам, выполнять технические действия.	деятельности. Работа с реальными объектами Ориентация в среде обучения, умение владеть собой, умение работать в команде			
30.	Тип урока: совершенствование ЗУН Волейбол	Освоение техники нижней прямой подачи <ul style="list-style-type: none"> из-за лицевой линии 	Педагогическое наблюдение	Уметь: играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические действия.	Целеполагание, определение результатов своей деятельности. Работа с реальными объектами Ориентация в среде обучения, умение владеть собой, умение работать в команде	20.11.23	20.11.23	20.11.23
31.	Тип урока: совершенствование ЗУН Волейбол	Освоение техники нижней прямой подачи <ul style="list-style-type: none"> из-за лицевой линии 	Педагогическое наблюдение	Уметь: играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические действия.	Целеполагание, определение результатов своей деятельности. Работа с реальными объектами Ориентация в среде обучения, умение владеть собой, умение работать в команде	23.11.23	23.11.23	23.11.23

32.	Тип урока: совершенствование ЗУН Волейбол	Освоение техники нижней прямой подачи <ul style="list-style-type: none"> • из-за лицевой линии • прием мяча снизу двумя руками через сетку 	Педагогическое наблюдение	Уметь: играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические действия.	Целеполагание, определение результатов своей деятельности. Работа с реальными объектами Ориентация в среде обучения, умение владеть собой, умение работать в команде	25.11.23	25.11.23	25.11.23
33.	Тип урока: совершенствование ЗУН Волейбол	Освоение техники нижней прямой подачи <ul style="list-style-type: none"> • из-за лицевой линии прием подачи <ul style="list-style-type: none"> • прием мяча снизу двумя руками через сетку 	Педагогическое наблюдение	Уметь: играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические действия.	Целеполагание, определение результатов своей деятельности. Определение и решение проблем Работа с реальными объектами	27.11.23	27.11.23	27.11.23
34.	Тип урока: контрольный Волейбол	Освоение техники нижней прямой подачи <ul style="list-style-type: none"> • из-за лицевой линии прием подачи прием мяча снизу двумя руками через сетку	Зачет	Уметь: играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические действия.	Целеполагание, определение результатов своей деятельности. Работа с реальными объектами Ориентация в среде обучения, умение владеть собой, умение работать в команде	30.11.23	30.11.23	30.11.23

35.	Тип урока: комплексный Волейбол	Освоение техники прямого нападающего удара - после подбрасывания партнером Освоение тактики игры	Фронтальный опрос	Уметь: играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические действия.	Целеполагание, определение результатов своей деятельности. Работа с реальными объектами Ориентация в среде обучения, умение владеть собой, умение работать в команде	2.12.23	2.12.23	2.12.23
36.	Тип урока: комплексный Волейбол	Освоение техники прямого нападающего удара - после подбрасывания партнером Освоение тактики игры	Педагогическое наблюдение	Уметь: играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические действия.	Целеполагание, определение результатов своей деятельности. Определение и решение проблем Работа с реальными объектами	4.12.23	4.12.23	4.12.23
37.	Тип урока: совершенствование ЗУН Волейбол	Освоение техники прямого нападающего удара - после подбрасывания партнером Освоение тактики игры	Педагогическое наблюдение	Уметь: играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические действия.	Целеполагание, определение результатов своей деятельности. Работа с реальными объектами Ориентация в среде обучения, умение владеть собой, умение работать в команде	7.12.23	7.12.23	7.12.23

38.	Тип урока: Контрольный Волейбол	Освоение техники прямого нападающего удара - после подбрасывания партнером Освоение тактики игры	Зачет	Уметь: играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические действия.	Целеполагание, определение результатов своей деятельности. Работа с реальными объектами Ориентация в среде обучения, умение владеть собой, умение работать в команде	9.12.23	9.12.23	9.12.23
Раздел 4. Баскетбол						20 часов		
39.	Тип урока: вводный Баскетбол	Правила поведения техника безопасности на уроках. Передвижение игрока. Повороты, остановка прыжком. Освоение техники ловли и передачи мяча -передача на месте, при встречном движении -с отскоком от пола	Беседа	Уметь: играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять технические действия.	Организация, контроль, коррекция, саморегулирование, прогнозирование, рефлексия Работа с реальными объектами Ориентация в среде обучения, умение владеть собой, умение работать в команде	11.12.23	11.12.23	11.12.23
40.	Тип урока: совершенствование ЗУН Баскетбол	Освоение техники ловли и передачи мяча Передвижение игрока. Повороты, остановка прыжком. -передача на месте, при	Педагогическое наблюдение	Уметь: играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять технические	Организация, контроль, коррекция, саморегулирование, прогнозирование, рефлексия	14.12.23	14.12.23	14.12.23

		встречном движении -с отскоком от пола		действия.	Работа с реальными объектами Ориентация в среде обучения, умение владеть собой, умение работать в команде			
41.	Тип урока: совершенствование ЗУН Баскетбол	Освоение техники ловли и передачи мяча Передвижение игрока. Повороты, остановка прыжком. -передача на месте, при встречном движении -с отскоком от пола	Педагогическое наблюдение	Уметь: играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять технические действия.	Целеполагание, определение результатов своей деятельности. Определение и решение проблем Работа с реальными объектами	16.12.23	16.12.23	16.12.23
42.	Тип урока: совершенствование ЗУН Баскетбол	Освоение техники ловли и передачи мяча Передвижение игрока. Повороты, остановка прыжком. -передача на месте, при встречном движении -с отскоком от пола	Педагогическое наблюдение	Уметь: играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять технические действия.	Организация, контроль, коррекция, саморегулирование, прогнозирование, рефлексия Работа с реальными объектами Ориентация в среде обучения, умение владеть собой, умение работать в команде	18.12.23	18.12.23	18.12.23
43.	Тип урока: комплексный	Освоение техники ловли и передачи мяча	Зачет	Уметь: играть в баскетбол по	Организация, контроль,	21.12.23	21.12.23	21.12.23

	Баскетбол	Передвижение игрока. Повороты, остановка прыжком. -передача на месте, при встречном движении -с отскоком от пола		упрощенным правилам, выполнять технические действия.	коррекция, саморегулирование, прогнозирование, рефлексия Работа с реальными объектами Ориентация в среде обучения, умение владеть собой, умение работать в команде			
44.	Тип урока: комплексный Баскетбол	Освоение техники ведения мяча - ведение мяча в движении со средней высотой отскока -изменение направления Правила игры	Педагогическое наблюдение	Уметь: играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять технические действия.	Целеполагание, определение результатов своей деятельности. Определение и решение проблем Работа с реальными объектами	23.12.23	23.12.23	23.12.23
45.	Тип урока: комплексный Баскетбол	Освоение техники ведения мяча - ведение мяча в движении со средней высотой отскока -изменение направления	Педагогическое наблюдение	Уметь: играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять технические действия.	Организация, контроль, коррекция, саморегулирование, прогнозирование, рефлексия Работа с реальными объектами Ориентация в среде обучения, умение владеть собой,	25.12.23	25.12.23	25.12.23

					умение работать в команде			
46.	Тип урока: совершенствование ЗУН Баскетбол	Освоение техники ведения мяча -ведение мяча в движении со средней высотой отскока -изменение направления	Педагогическое наблюдение	Уметь: играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять технические действия.	Организация, контроль, коррекция, саморегулирование, прогнозирование, рефлексия Работа с реальными объектами Ориентация в среде обучения, умение владеть собой, умение работать в команде	28.12.23	28.12.23	28.12.23
47.	Тип урока: совершенствование ЗУН Баскетбол	Освоение техники ведения мяча - ведение мяча в движении со средней высотой отскока -изменение направления	Педагогическое наблюдение	Уметь: играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять технические действия.	Целеполагание, определение результатов своей деятельности. Определение и решение проблем Работа с реальными объектами	11.01.24	11.01.24	11.01.24
48.	Тип урока: комбинированный Баскетбол	Освоение техники ведения мяча -ведение мяча в движении со средней высотой отскока -изменение направления	Педагогическое наблюдение	Уметь: играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять технические действия.	Организация, контроль, коррекция, саморегулирование, прогнозирование, рефлексия Работа с реальными объектами	13.01.24	13.01.24	13.01.24

					объектами Ориентация в среде обучения, умение владеть собой, умение работать в команде			
49.	Тип урока: контрольный Баскетбол	Освоение техники ведения мяча - ведение мяча в движении со средней высотой отскока -изменение направления	Зачет	Уметь: играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять технические действия.	Организация, контроль, коррекция, саморегулирование, прогнозирование, рефлексия Работа с реальными объектами Ориентация в среде обучения, умение владеть собой, умение работать в команде	15.01.24	15.01.24	15.01.24
50.	Тип урока: совершенствование ЗУН Баскетбол	Освоение техники бросков - бросок в движении двумя руками от головы -штрафные броски -броски с точек	Фронтальный опрос	Уметь: играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять технические действия.	Целеполагание, определение результатов своей деятельности. Определение и решение проблем Работа с реальными объектами	18.01.24	18.01.24	18.01.24
51.	Тип урока: комбинированный	Освоение техники бросков	Педагогическое наблюдение	Уметь: играть в баскетбол по упрощенным	Организация, контроль, коррекция,	20.01.24	20.01.24	20.01.24

	Баскетбол	- бросок в движении двумя руками от головы - штрафные броски - броски с точек Сочетание приемов ведения, передачи, броска в кольцо		правилам, выполнять технические действия.	саморегулирование, прогнозирование, рефлексия Работа с реальными объектами Ориентация в среде обучения, умение владеть собой, умение работать в команде			
52.	Тип урока: совершенствование ЗУН Баскетбол	Освоение техники бросков - бросок в движении двумя руками от головы - штрафные броски - броски с точек Сочетание приемов ведения, передачи, броска в кольцо	Педагогическое наблюдение	Уметь: играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять технические действия.	Организация, контроль, коррекция, саморегулирование, прогнозирование, рефлексия Работа с реальными объектами Ориентация в среде обучения, умение владеть собой, умение работать в команде	22.01.24	22.01.24	22.01.24
53.	Тип урока: контрольный Баскетбол	Освоение техники бросков - бросок в движении двумя руками от головы - штрафные броски - броски с точек Сочетание приемов	Зачет	Уметь: играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять технические действия.	Целеполагание, определение результатов своей деятельности. Определение и решение проблем Работа с реальными	25.01.24	25.01.24	25.01.24

		ведения, передачи, броска в кольцо			объектами			
54.	Тип урока: комбинированный Баскетбол	Освоение техники бросков Сочетание приемов ведения, передачи, броска в кольцо	Педагогическое наблюдение	Уметь: играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять технические действия.	Организация, контроль, коррекция, саморегулирование, прогнозирование, рефлексия Работа с реальными объектами Ориентация в среде обучения, умение владеть собой, умение работать в команде	27.01.24	27.01.24	27.01.24
55.	Тип урока: совершенствование ЗУН Баскетбол	Освоение техники бросков Сочетание приемов ведения, передачи, броска в кольцо	Педагогическое наблюдение	Уметь: играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять технические действия.	Организация, контроль, коррекция, саморегулирование, прогнозирование, рефлексия Работа с реальными объектами Ориентация в среде обучения, умение владеть собой, умение работать в команде	29.01.24	29.01.24	29.01.24
56.	Тип урока: совершенствование ЗУН	Освоение техники бросков Сочетание приемов ведения,	Педагогическое наблюдение	Уметь: играть в баскетбол по упрощенным	Целеполагание, определение результатов своей	1.02.24	1.02.24	1.02.24

	Баскетбол	передачи, броска в кольцо. Игровые задания. Правила баскетбола		правилам, выполнять технические действия.	деятельности. Определение и решение проблем Работа с реальными объектами			
57.	Тип урока: совершенствование ЗУН Баскетбол	Освоение техники бросков Сочетание приемов ведения, передачи, броска в кольцо Игровые задания. Правила баскетбола Игра в мини-баскетбол	Педагогическое наблюдение	Уметь: играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять технические действия.	Организация, контроль, коррекция, саморегулирование, прогнозирование, рефлексия Работа с реальными объектами Ориентация в среде обучения, умение владеть собой, умение работать в команде	3.02.24	3.02.24	3.02.24
58.	Тип урока: контрольный Баскетбол	Освоение техники бросков Сочетание приемов ведения, передачи, броска в кольцо Игровые задания. Правила баскетбола	Зачет	Уметь: играть в баскетбол по упрощенным правилам, выполнять технические действия.	Организация, контроль, коррекция, саморегулирование, прогнозирование, рефлексия Работа с реальными объектами Ориентация в среде обучения, умение владеть собой, умение работать в	5.02.24	5.02.24	5.02.24

					команде			
Раздел 5. Гимнастика						18 часов		
59.	Тип урока: вводный Строевая подготовка	Инструктаж по технике безопасности. Овладение техникой строевых упражнений <ul style="list-style-type: none"> • Пол-оборота на право! • Пол оборота налево! перестроение из колонны по одному в колонну по два -упражнения на гимнастической скамейке	Беседа	Уметь: выполнять строевые упражнения	Целеполагание, определение результатов своей деятельности. Работа с реальными объектами, поиск информации Определение и решение проблем Ориентация в среде обучения, умение владеть собой	8.02.24	8.02.24	8.02.24
60.	Тип урока: совершенствование ЗУН Строевая подготовка	Овладение техникой строевых упражнений <ul style="list-style-type: none"> • Пол-оборота на право! • Пол оборота налево! перестроение из колонны по одному в колонну по два -упражнения на гимнастической скамейке	Педагогическое наблюдение	Уметь: выполнять строевые упражнения	Целеполагание, определение результатов своей деятельности. Работа с реальными объектами, поиск информации Определение и решение проблем Ориентация в среде обучения, умение владеть собой	10.02.24	10.02.24	10.02.24

61.	Тип урока: комплексный Гимнастика	Освоение и совершенствование висов и упоров <ul style="list-style-type: none"> • подъем переворотом в упор махом и силой (М) • вис прогнувшись на нижней жерди с опорой о верхнюю, переход в упор (Д) 	Педагогическое наблюдение	Уметь: выполнять строевые упражнения, комбинацию на перекладине.	Целеполагание, определение результатов своей деятельности. Работа с реальными объектами, поиск информации Определение и решение проблем	12.02.24	12.02.24	12.02.24
62.	Тип урока: совершенствование ЗУН Гимнастика	Освоение и совершенствование висов и упоров <ul style="list-style-type: none"> • подъем переворотом в упор махом и силой (М) • вис прогнувшись на нижней жерди с опорой о верхнюю, переход в упор (Д) 	Педагогическое наблюдение	Уметь: выполнять строевые упражнения, комбинацию на перекладине.	Целеполагание, определение результатов своей деятельности. Работа с реальными объектами, поиск информации Определение и решение проблем Ориентация в среде обучения, умение владеть собой	15.02.24	15.02.24	15.02.24
63.	Тип урока: совершенствование	Освоение и совершенствование	Педагогическое наблюдение	Уметь: выполнять	Целеполагание, определение	17.02.24	17.02.24	17.02.24

	ЗУН Гимнастика	висов и упоров <ul style="list-style-type: none"> • подъем переворотом в упор махом и силой • вис прогнувшись на нижней жерди с опорой о верхнюю, переход в упор (Д) 		строевые упражнения, комбинацию на перекладине.	результатов своей деятельности. Работа с реальными объектами, поиск информации Определение и решение проблем			
64.	Тип урока: Контрольный Гимнастика	Освоение и совершенствование висов и упоров <ul style="list-style-type: none"> • подъем переворотом в упор махом и силой (М) • вис прогнувшись на нижней жерди с опорой о верхнюю, переход в упор(Д) 	Зачет	Уметь: выполнять строевые упражнения, комбинацию на перекладине.	Целеполагание, определение результатов своей деятельности. Работа с реальными объектами, поиск информации Определение и решение проблем Ориентация в среде обучения, умение владеть собой	19.02.24	19.02.24	19.02.24
65.	Тип урока: Комплексный Гимнастика с элементами акробатики	Освоение акробатических упражнений <ul style="list-style-type: none"> • кувырок вперед в стойку на 	Фронтальный опрос	Уметь: выполнять строевые упражнения, комбинацию из	Целеполагание, определение результатов своей деятельности. Работа с реальными	22.02.24	22.02.24	22.02.24

		лопатках (М) <ul style="list-style-type: none"> • равновесие на одной ноге, выпад вперед, кувырок вперед. «Мост» из положения лежа (Д) 		освоенных акробатических элементов.	объектами, поиск информации Определение и решение проблем Ориентация в среде обучения, умение владеть собой			
66.	Тип урока: комплексный Гимнастика с элементами акробатики	Освоение акробатических упражнений <ul style="list-style-type: none"> • кувырок вперед в стойку на лопатках (М) • равновесие на одной ноге, выпад вперед, кувырок вперед. «Мост» из положения лежа (Д) 	Педагогическое наблюдение	Уметь: выполнять строевые упражнения, комбинацию из освоенных акробатических элементов.	Целеполагание, определение результатов своей деятельности. Работа с реальными объектами, поиск информации Определение и решение проблем Ориентация в среде обучения, умение владеть собой	24.02.24	24.02.24	24.02.24
67.	Тип урока: совершенствование ЗУН Гимнастика с элементами акробатики	Освоение акробатических упражнений <ul style="list-style-type: none"> • кувырок вперед в стойку на лопатках (М) 	Педагогическое наблюдение	Уметь: выполнять строевые упражнения, комбинацию из освоенных акробатических	Целеполагание, определение результатов своей деятельности. Работа с реальными объектами, поиск информации	26.02.24	26.02.24	26.02.24

		<ul style="list-style-type: none"> • равновесие на одной ноге, выпад вперед, кувырок вперед. «Мост» из положения лежа (Д) 		элементов.	Определение и решение проблем Ориентация в среде обучения, умение владеть собой			
68.	<p>Тип урока: контрольный</p> <p>Гимнастика с элементами акробатики</p>	<p>Освоение акробатических упражнений</p> <ul style="list-style-type: none"> • кувырок вперед в стойку на лопатках (М) • равновесие на одной ноге, выпад вперед, кувырок вперед. «Мост» из положения лежа (Д) 	Зачет	Уметь: выполнять строевые упражнения, комбинацию из освоенных акробатических элементов.	Целеполагание, определение результатов своей деятельности. Работа с реальными объектами, поиск информации Определение и решение проблем Ориентация в среде обучения, умение владеть собой	29.02.24	29.02.24	29.02.24
69.	<p>Тип урока: комплексный</p> <p>Опорный прыжок</p>	<p>Освоение техники опорного прыжка</p> <ul style="list-style-type: none"> • Прыжок «ноги врозь» (козел в ширину h=100-110см. • Эстафеты. Развитие скоростно- 	Педагогическое наблюдение	Уметь: выполнять строевые упражнения, опорный прыжок.	Целеполагание, определение результатов своей деятельности. Работа с реальными объектами, поиск информации Определение и решение проблем	2.03.24	2.03.24	2.03.24

		силовых способностей						
70.	Тип урока: совершенствование ЗУН Опорный прыжок	Освоение техники опорного прыжка <ul style="list-style-type: none"> Прыжок «ноги врозь» (козел в ширину h=100-110см. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей	Педагогическое наблюдение	Уметь: выполнять строевые упражнения, опорный прыжок	Целеполагание, определение результатов своей деятельности. Работа с реальными объектами, поиск информации Определение и решение проблем Ориентация в среде обучения, умение владеть собой	4.03.24	4.03.24	4.03.24
71.	Тип урока: совершенствование ЗУН Опорный прыжок	Освоение техники опорного прыжка <ul style="list-style-type: none"> Прыжок «ноги врозь» (козел в ширину h=100-110см. Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей Тестирование - сгибание разгибание рук в упоре лежа	Педагогическое наблюдение	Уметь: выполнять строевые упражнения, опорный прыжок	Целеполагание, определение результатов своей деятельности. Работа с реальными объектами, поиск информации Определение и решение проблем Ориентация в среде обучения, умение владеть собой	7.03.24	7.03.24	7.03.24
72.	Тип урока: контрольный	Освоение техники опорного прыжка	Зачет	Уметь: выполнять	Целеполагание, определение	9.03.24	9.03.24	9.03.24

	Опорный прыжок	<ul style="list-style-type: none"> • Прыжок «ноги врозь» (козел в ширину h=100-110см. • Эстафеты. Развитие скоростно-силовых способностей 		строевые упражнения, опорный прыжок	результатов своей деятельности. Работа с реальными объектами, поиск информации Определение и решение проблем Ориентация в среде обучения, умение владеть собой			
73.	Тип урока: Комплексный Гимнастика	Развитие координационных способностей <ul style="list-style-type: none"> • Упражнения на гимнастическом бревне (Д) Параллельные брусья – силовые упражнения (М)	Фронтальный опрос	Уметь: выполнять комбинацию из разученных элементов.	Целеполагание, определение результатов своей деятельности. Работа с реальными объектами, поиск информации Определение и решение проблем	11.03.24	11.03.24	11.03.24
74.	Тип урока: совершенствование ЗУН Гимнастика	Развитие координационных способностей <ul style="list-style-type: none"> • Упражнения на гимнастическом бревне (Д) Параллельные брусья – силовые упражнения (М)	Педагогическое наблюдение	Уметь: выполнять комбинацию из разученных элементов.	Целеполагание, определение результатов своей деятельности. Работа с реальными объектами, поиск информации Определение и решение проблем Ориентация в среде обучения, умение	14.03.24	14.03.24	14.03.24

					владеть собой			
75.	Тип урока: совершенствование ЗУН Гимнастика	Развитие координационных способностей <ul style="list-style-type: none"> Упражнения на гимнастическом бревне (Д) Параллельные брусья – силовые упражнения (М)	Педагогическое наблюдение	Уметь: выполнять силовые упражнения	Целеполагание, определение результатов своей деятельности. Работа с реальными объектами, поиск информации Определение и решение проблем	16.03.24	16.03.24	16.03.24
76.	Тип урока: контрольный Гимнастика	Развитие координационных способностей <ul style="list-style-type: none"> Упражнения на гимнастическом бревне (Д) Параллельные брусья – силовые упражнения (М)	Зачет	Уметь: выполнять силовые упражнения.	Целеполагание, определение результатов своей деятельности. Работа с реальными объектами, поиск информации Определение и решение проблем Ориентация в среде обучения, умение владеть собой	18.03.24	18.03.24	18.03.24
Раздел 6 Спортивные игры						8 часов		
77.	Тип урока: вводный Волейбол	Освоение техники нижней прямой подачи <ul style="list-style-type: none"> из-за лицевой линии прием подачи	Беседа	Уметь: играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические действия.	Целеполагание, определение результатов своей деятельности. Работа с реальными объектами Ориентация в среде	21.03.24	21.03.24	21.03.24

					обучения, умение владеть собой, умение работать в команде			
78.	Тип урока: Совершенствование ЗУН Волейбол	Освоение техники нижней прямой подачи <ul style="list-style-type: none"> из-за лицевой линии прием подачи 	Педагогическое наблюдение	Уметь: играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические действия.	Целеполагание, определение результатов своей деятельности. Работа с реальными объектами Ориентация в среде обучения, умение владеть собой, умение работать в команде	23.03.24	23.03.24	23.03.24
79.	Тип урока: Совершенствование ЗУН Волейбол	Освоение техники нижней прямой подачи <ul style="list-style-type: none"> из-за лицевой линии прием подачи 	Педагогическое наблюдение	Уметь: играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические действия.	Целеполагание, определение результатов своей деятельности. Работа с реальными объектами Ориентация в среде обучения, умение владеть собой, умение работать в команде	1.04.24	1.04.24	1.04.24
80.	Тип урока: Совершенствование ЗУН Волейбол	Освоение техники нижней прямой подачи <ul style="list-style-type: none"> из-за лицевой линии прием подачи 	Педагогическое наблюдение	Уметь: играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять	Целеполагание, определение результатов своей деятельности. Работа с реальными	4.04.24	4.04.24	4.04.24

				технические действия.	объектами Ориентация в среде обучения, умение владеть собой, умение работать в команде			
81.	Тип урока: контрольный Волейбол	Освоение техники нижней прямой подачи <ul style="list-style-type: none"> из-за лицевой линии прием подачи	Зачет	Уметь: играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические действия.	Целеполагание, определение результатов своей деятельности. Определение и решение проблем Работа с реальными объектами	6.04.24	6.04.24	6.04.24
82.	Тип урока: Совершенствование ЗУН Волейбол	Освоение техники прямого нападающего удара нападающий удар после подбрасывания партнером Освоение тактики игры	Фронтальный опрос	Уметь: играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические действия.	Целеполагание, определение результатов своей деятельности. Работа с реальными объектами Ориентация в среде обучения, умение владеть собой, умение работать в команде	8.04.24	8.04.24	8.04.24
83.	Тип урока: Совершенствование ЗУН Волейбол	Освоение техники прямого нападающего удара нападающий удар после подбрасывания	Педагогическое наблюдение	Уметь: играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять	Целеполагание, определение результатов своей деятельности. Работа с реальными	11.04.24	11.04.24	11.04.24

		партнером Освоение тактики игры		технические действия.	объектами Ориентация в среде обучения, умение владеть собой, умение работать в команде			
84.	Тип урока: контрольный Волейбол	Освоение техники прямого нападающего удара нападающий удар после подбрасывания партнером Освоение тактики игры	Зачет	Уметь: играть в волейбол по упрощенным правилам, выполнять технические действия.	Целеполагание, определение результатов своей деятельности. Работа с реальными объектами Ориентация в среде обучения, умение владеть собой, умение работать в команде	13.04.24	13.04.24	13.04.24
Раздел 7 Легкая атлетика						18 часов		
85.	Тип урока: Вводный Бег на длинные дистанции, спринтерский бег	Правила поведения техника безопасности на уроках. Освоение техники бега на длинные дистанции Бег до 1500 м Овладение техникой спринтерского бега с низкого старта Специальные беговые упражнения. Низкий старт (30-40м)	Беседа	Уметь: бегать с максимальной скоростью с низкого старта (60м)	Целеполагание, определение результатов своей деятельности. Организация, контроль, коррекция, саморегулирование, прогнозирование, рефлексия	15.04.24	15.04.24	15.04.24

		Бег 60 м						
86.	Тип урока: комплексный Бег на длинные дистанции	Освоение техники бега на длинные дистанции (развитие выносливости) Бег до 1500м Овладение техникой спринтерского бега с низкого старта Специальные беговые упражнения. Низкий старт (30-40м) • Бег 60 м	Педагогическое наблюдение	Уметь: пробежать дистанцию 1500м; 2000м бегать с максимальной скоростью с низкого старта (60м)	Целеполагание, определение результатов своей деятельности. Ориентация в среде обучения, умение владеть собой, , умение слушать.	18.04.24	18.04.24	18.04.24
87.	Тип урока: контрольный Бег на длинные дистанции (тест-бмин бег)	Освоение техники бега на длинные дистанции (кроссовая подготовка) Бег до 1500 м Овладение техникой спринтерского бега с низкого старта Специальные беговые упражнения. Низкий старт (30-40м) • Бег 60 м	Педагогическое наблюдение	Уметь: пробежать дистанцию 1500м; 2000м Уметь: бегать с максимальной скоростью с низкого старта (60м)	Целеполагание, определение результатов своей деятельности. Определение и решение проблем	20.04.24	20.04.24	20.04.24
88.	Тип урока: комплексный Спринтерский бег	Овладение техникой спринтерского бега с низкого старта. Специальные беговые	Педагогическое наблюдение	Уметь: бегать с максимальной скоростью с низкого старта	Целеполагание, определение результатов своей деятельности.	22.04.24	22.04.24	22.04.24

		упражнения. Бег по дистанции 50-60м • Бег 60 м		(60м)	Ориентация в среде обучения, умение владеть собой, , умение слушать.			
89.	Тип урока: совершенствование ЗУН Спринтерский бег	Овладение техникой спринтерского бега с низкого старта. Специальные беговые упражнения. Бег по дистанции 50-60м • Бег 60 м • Тест- прыжок в длину с места	Педагогическое наблюдение	Уметь: бегать с максимальной скоростью с низкого старта (60м)	Целеполагание, определение результатов своей деятельности. Ориентация в среде обучения, умение владеть собой, , умение слушать.	25.04.24	25.04.24	25.04.24
90.	Тип урока: контрольный Спринтерский бег	Овладение техникой спринтерского бега с низкого старта Специальные беговые упражнения. Бег по дистанции 50-60м • Бег 60 м на результат	Зачет	Уметь: бегать с максимальной скоростью с низкого старта (60м)	Целеполагание, определение результатов своей деятельности. Определение и решение проблем	27.04.24	27.04.24	27.04.24
91.	Тип урока: комплексный Прыжок в длину	Освоение техники прыжка в длину с 11-13 шагов разбега	Фронтальный опрос	Уметь: прыгать в длину с 11-13 шагов разбега.	Целеполагание, определение результатов своей деятельности. Ориентация в среде обучения, умение владеть собой, ,	2.05.24	2.05.24	2.05.24

					умение слушать.			
92.	Тип урока: совершенствование ЗУН Прыжок в длину	Освоение техники прыжка в длину с 11-13 шагов разбега	Педагогическое наблюдение	Уметь: прыгать в длину с 11-13 шагов разбега.	Целеполагание, определение результатов своей деятельности. Ориентация в среде обучения, умение владеть собой, , умение слушать.	4.05.24	4.05.24	4.05.24
93.	Тип урока: совершенствование ЗУН Прыжок в длину	Освоение техники прыжка в длину с 11-13 шагов разбега	Педагогическое наблюдение	Уметь: прыгать в длину с 11-13 шагов разбега.	Целеполагание, определение результатов своей деятельности. Ориентация в среде обучения, умение владеть собой, , умение слушать.	6.05.24	6.05.24	6.05.24
94.	Тип урока: контрольный Прыжок в длину	Освоение техники прыжка в длину с 11-13 шагов разбега	Зачет	Уметь: прыгать в длину с 11-13 шагов разбега.	Целеполагание, определение результатов своей деятельности. Определение и решение проблем	11.05.24	11.05.24	11.05.24
95.	Тип урока: комбинированный Метание	Освоение техники метания мяча <ul style="list-style-type: none"> • В цель с 10-12 м На дальность(150г)	Фронтальный опрос	Уметь: метать мяч	Целеполагание, определение результатов своей деятельности. Ориентация в среде обучения, умение владеть собой, , умение слушать.	13.05.24	13.05.24	13.05.24

96.	Тип урока: комбинированный Метание	Освоение техники метания мяча <ul style="list-style-type: none"> В цель с 10-12 м На дальность(150г)	Педагогическое наблюдение	Уметь: метать мяч	Целеполагание, определение результатов своей деятельности. Ориентация в среде обучения, умение владеть собой, , умение слушать.	16.05.24	16.05.24	16.05.24
97.	Тип урока: контрольный Метание	Освоение техники метания мяча <ul style="list-style-type: none"> В цель с 10-12 м На дальность(150г)	Зачет	Уметь: метать мяч	Целеполагание, определение результатов своей деятельности. Ориентация в среде обучения, умение владеть собой, , умение слушать.	18.04.24	18.04.24	18.04.24
98.	Тип урока: Совершенствование ЗУН Бег по пересеченной местности	Бег 10 минут. Преодоление горизонтальных препятствий. Специальные беговые упражнения. Спортивные игры (футбол). Развитие выносливости.	Педагогическое наблюдение	Уметь: бегать в равномерном темпе	Целеполагание, определение результатов своей деятельности. Ориентация в среде обучения, умение владеть собой, , умение слушать.	6.05.24	6.05.24	6.05.24
99.	Тип урока: Совершенствование ЗУН Бег по пересеченной местности	Бег 11 минут. Преодоление горизонтальных препятствий. Специальные беговые упражнения. Спортивные игры (футбол). Развитие	Педагогическое наблюдение	Уметь: бегать в равномерном темпе	Целеполагание, определение результатов своей деятельности. Ориентация в среде обучения, умение владеть собой, ,	11.05.24	11.05.24	11.05.24

		выносливости.			умение слушать.			
100.	Тип урока: Совершенствование ЗУН Бег по пересеченной местности	Бег 12 минут. Преодоление горизонтальных препятствий. Специальные беговые упражнения. Челночный бег - тест Спортивные игры (футбол). Развитие выносливости.	Педагогическое наблюдение	Уметь: бегать в равномерном темпе	Целеполагание, определение результатов своей деятельности. Ориентация в среде обучения, умение владеть собой, , умение слушать.	13.05.24	13.05.24	13.05.24
101.	Тип урока: контрольный Бег по пересеченной местности	Развитие выносливости. Бег на результат 1500 м-мальчики. 1000 м - девочки. Развитие выносливости	зачет	Уметь: бегать в равномерном темпе	Целеполагание, определение результатов своей деятельности. Ориентация в среде обучения, умение владеть собой, , умение слушать.	16.05.24	16.05.24	16.05.24
102.	Тип урока: Совершенствование ЗУН Эстафетный бег. Подвижные игры по выбору.	Бег по виражу, бег по этапам. Итоги учебного года	Педагогическое наблюдение	Уметь: бегать в равномерном темпе	Целеполагание, определение результатов своей деятельности. Ориентация в среде обучения, умение владеть собой, умение слушать.	18.04.24	18.04.24	18.04.24

Требования к написанию реферата

Общие положения

Реферат это одна из форм устной итоговой аттестации. Содержание доклада должно быть логичным; изложение материала носит информационный характер.

Цель

Реферат как форма промежуточной аттестации стимулирует раскрытие исследовательского потенциала учащегося, способность к творческому поиску, сотрудничеству, самораскрытию и проявлению возможностей.

Требования к реферату

Автор доклада должен продемонстрировать понимание сути реферата, проявить самостоятельность и усердие, подготовиться к сообщению и творчески подойти к презентации реферата.

1. Необходимо правильно сформулировать тему, отобрать по ней необходимый материал.
2. Использовать только тот материал, который отражает сущность темы.
3. Изложение должно быть последовательным. Недопустимы нечеткие формулировки, речевые и орфографические ошибки.
4. В подготовке доклада необходимо использовать материалы современных изданий не старше 5 лет.
5. Оформление реферата (в том числе титульный лист, литература) должно быть грамотным.
6. Список литературы оформляется с указанием автора, названия источника, места издания, года издания, названия издательства, использованных страниц.

Требования к оформлению реферата

- Изложение текста и оформление доклада выполняют в соответствии с требованиями ГОСТ 7.32 – 2001, ГОСТ 2.105 – 95 и ГОСТ 6.38 – 90. Страницы текстовой части и включенные в нее иллюстрации и таблицы должны соответствовать формату А4 по ГОСТ 9327-60.
- Реферат должен быть выполнен любым печатным способом на пишущей машинке или с использованием компьютера и принтера на одной стороне бумаги формата А4 через полтора интервала. Цвет шрифта должен быть черным, высота букв, цифр и других знаков не менее 1.8 (шрифт Times New Roman, 14 пт.).
- Текст следует печатать, соблюдая следующие размеры полей: верхнее и нижнее — 20 мм, левое — 30 мм, правое — 10 мм. Абзацный отступ должен быть одинаковым по всему тексту и составлять 1,25 см.
- Выравнивание текста по ширине.
- Разрешается использовать компьютерные возможности акцентирования внимания на определенных терминах, формулах, применяя выделение жирным шрифтом, курсив, подчеркивание.
- Перенос слов недопустим!
- Точку в конце заголовка не ставят. Если заголовок состоит из двух предложений,

их разделяют точкой.

- Подчеркивать заголовки не допускается.
- Расстояние между заголовками раздела, подраздела и последующим текстом так же, как и расстояние между заголовками и предыдущим текстом, должно быть равно 15мм (2 пробела).
- Название каждой главы и параграфа в тексте работы можно писать более крупным шрифтом, жирным шрифтом, чем весь остальной текст. Каждая глава начинается с новой страницы, параграфы (подразделы) располагаются друг за другом.
- В тексте реферат рекомендуется чаще применять красную строку, выделяя законченную мысль в самостоятельный абзац.
- Перечисления, встречающиеся в тексте реферата, должны быть оформлены в виде маркированного или нумерованного списка.

Пример:

Цель работы:

- 1). *Научиться организовывать свою работу;*
- 2). *Поставить достижимые цели;*
- 3). *Составить реальный план;*
- 4). *Выполнить его и оценить его результаты*

- Все страницы обязательно должны быть пронумерованы. Нумерация листов должна быть сквозной. Номер листа проставляется арабскими цифрами.
- Нумерация листов начинается с третьего листа (после содержания) и заканчивается последним. На третьем листе ставится номер «3».
- Номер страницы на титульном листе не проставляется!
- Номера страниц проставляются в центре нижней части листа без точки. Список использованной литературы и приложения включаются в общую нумерацию листов.
- Рисунки и таблицы, расположенные на отдельных листах, включают в общую нумерацию листов и помещают по возможности следом за листами, на которых приведены ссылки на эти таблицы или иллюстрации. Таблицы и иллюстрации нумеруются последовательно арабскими цифрами сквозной нумерацией. Допускается нумеровать рисунки и таблицы в пределах раздела. В этом случае номер таблицы (рисунка) состоит из номера раздела и порядкового номера таблицы, разделенных точкой.

Оформление литературы:

Каждый источник должен содержать следующие обязательные реквизиты:

- фамилия и инициалы автора;
- наименование;
- издательство;
- место издания;
- год издания.

Все источники, включенные в библиографию, должны быть последовательно пронумерованы и расположены в следующем порядке:

- законодательные акты;
- постановления Правительства;
- нормативные документы;
- статистические материалы;
- научные и литературные источники – в алфавитном порядке по первой букве фамилии автора.

В конце работы размещаются приложения. В тексте на все приложения должны быть даны ссылки. Каждое приложение следует начинать с новой страницы с указанием наверху посередине страницы слова «Приложение» и его номера. Приложение должно иметь заголовок, который записывают симметрично относительно текста с прописной буквы отдельной строкой.

Критерии оценок докладов и сообщений учащихся на аттестации

Критерии оценки:

- Презентация реферата
- Соответствие содержания теме
- Глубина проработки материала
- Правильность и полнота использования источников
- Соответствие оформления доклада стандартом.

На «отлично»:

1. Присутствие всех вышеперечисленных требований;
2. Знание учащимся, изложенного в докладе материала, умение грамотно и аргументировано изложить суть;
3. Присутствие личной заинтересованности в раскрываемой теме, собственную точку зрения, аргументы и комментарии, выводы;
4. Умение свободно беседовать по любому пункту плана, отвечать на вопросы, поставленные членами комиссии, по теме доклада; основной текст защитного слова, а являющегося его иллюстративным фоном.

Т.е. при защите доклада показать не только «знание - воспроизведешь», но и «знание - понимание», «знание - умение».

На «хорошо»:

1. мелкие замечания по оформлению реферата;
2. незначительные трудности по одному из перечисленных выше требований.

На «удовлетворительно»:

1. тема реферата раскрыта недостаточно полно;
2. неполный список литературы и источников;
3. затруднения в изложении, аргументировании.

Порядок подготовки к защите реферата

Работа сдается руководителю не позже чем за I неделю до срока экзамена.
Руководитель готовит рецензию, решает вопрос о допуске к защите доклада.

Задачи аттестационной комиссии

1. Обеспечение объективности оценки знаний учащихся по предмету.
2. Соблюдение основных принципов аттестации: открытость, коллегиальность, гуманное, доброжелательное отношение к аттестуемым.

Порядок защиты реферата

1. Председатель экзаменационной комиссии объявляет о начале защиты:
 - называет Ф.И. ученика;
 - тему работы;
 - Ф.И.О. руководителя и рецензента.
2. Изложение автором существа доклада (кратко актуальность, цель, задачи, кратко основные идеи реферата) на 5-10 минут.
3. Ответы на вопросы членов комиссии.
4. Выступление руководителя с характеристикой реферата. Выступление рецензента.
5. Принятие решения комиссии об оценке.

Содержание реферата

1. Титульный лист должен содержать наименование учреждения, в котором выполнялся доклад, Ф.И.О. автора, Ф.И.О. руководителя, год написания.
2. В докладе в обязательном порядке должно быть представлено:
 - I раздел
Введение (не более 1-2 стр.), где отражены:
 - цели и задачи работы
 - основной замысел.
 - II раздел
Основная часть (2-4 стр.), обусловлена задачами исследования
 - III раздел
Заключительные выводы (1-2 стр.)
 - IV раздел
Список литературы
 - V раздел
Приложения (таблицы, графики, схемы, рисунки)