

Муниципальное общеобразовательное казенное учреждение
Лугоболотная средняя общеобразовательная школа
п. Юбилейный Оричевского района Кировской области

**Рабочая программа по физической культуре
(предметная область «Физическая культура и
основы безопасности жизнедеятельности»)
для 7 класса
на 2022 – 2023 учебный год**

Составитель: Бакулина Елена Алексеевна,
учитель физической культуры
Лугоболотной средней школы

п.Юбилейный
2022 год

Пояснительная записка

Рабочая программа по учебному курсу «Физическая культура» для 7 классов разработана на основе:

- ФГОС ООО утверждённый приказом Министерства образования и науки РФ от 17 декабря 2010 года № 1897;
- примерной программы «Физическая культура 5-9 классы», издание 3. Примерная программа по физической культуре. (Стандарты нового поколения) - Москва, «Просвещение», 2011г. Примерная основная образовательная программа образовательного учреждения, М. «Просвещение», 2011;
- Закона Российской Федерации «Об образовании» от 29.12.2012 N 273-ФЗ "Об образовании в Российской Федерации".
- Федеральный закон «О физической культуре и спорте в РФ» от 04.12.2007г. №329-ФЗ (ред. От 21.04 2011г.).
- стратегия развития физической культуры и спорта на период до 2020г. Распоряжение правительства РФ от. 07.08.2009г. № 1101-р.
- Программа ориентирована на использование учебника «Физическая культура 6-7 класс» А.П. Матвеев, М., «Просвещение», 2012

Целью предмета «Физическая культура» в основной школе является формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.

Учебный процесс направлен на формирование устойчивых мотивов и потребностей школьников в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни. Активно развиваются мышление, творчество и самостоятельность.

Учебный предмет «Физическая культура» в основной школе строится так, чтобы были решены следующие **задачи**:

- - развитие основных физических качеств и способностей, укрепление здоровья, расширение функциональных возможностей организма;
- - формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью; приобретение навыков в физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности;
- - воспитание устойчивых интересов и положительного эмоционально-ценностного отношения к физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности;
- - освоение знаний о физической культуре и спорте, их истории и современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни.
- подготовка к выполнению видов испытаний (тестов) и нормативов, предусмотренных Всероссийским физкультурно-спортивным комплексом "Готов к труду и обороне" (ГТО).

Общая характеристика учебного предмета

Предлагаемая программа характеризуется направленностью:

- на реализацию принципа вариативности, обосновывающего планирование учебного материала в соответствии с возрастными особенностями учащихся, материально-технической оснащённостью процесса (спортивный зал, спортивные пришкольные площадки, стадион), регионально климатическими условиями и видом учебного учреждения (городские, малокомплектные и сельские школы);
- на реализацию принципа достаточности и сообразности, связанного с распределением учебного материала, обеспечивающего развитие познавательной и предметной активности учащихся;
- на соблюдение дидактических правил «от известного к неизвестному» и «от простого к сложному», ориентирующих выбор и планирование учебного содержания в логике поэтапного его освоения, перевода учебных знаний в практические навыки и умения, в том числе и в самостоятельной деятельности;

- на достижение меж предметных связей, нацеливающих планирование учебного материала на целостное формирование мировоззрения учащихся в области физической культуры, всестороннее раскрытие взаимосвязи и взаимообусловленности изучаемых явлений и процессов;
- на усиление оздоровительного эффекта образовательного процесса, достигаемого в ходе активного использования школьниками освоенных знаний, умений и физических упражнений в физкультурно-оздоровительных мероприятиях в режиме дня, самостоятельных занятий физическими упражнениями.

Программа состоит из трех разделов: «Знания о физической культуре» (информационный компонент), «Способы физкультурной деятельности» (операционный компонент) и «Физическое совершенствование» (мотивационный компонент).

Содержание первого раздела «Знания о физической культуре» соответствует основным направлениям развития познавательной активности человека: знания о природе (медико-биологические основы деятельности), знания о человеке (психолого-педагогические основы деятельности), знания об обществе (историко-социологические основы деятельности).

Раздел «Способы физкультурной деятельности» соотносится с представлениями о самостоятельных занятиях физическими упражнениями, способах организации исполнения и контроля за физическим развитием и физической подготовленностью учащихся.

Содержание раздела «Физическое совершенствование» ориентировано на гармоничное физическое развитие, всестороннюю физическую подготовку и укрепление здоровья школьников. Данный раздел включает в себя освоение жизненно важных навыков и умений, подвижных игр и двигательных действий из программных видов спорта, а так же общеразвивающих упражнений с различной функциональной направленностью.

Место предмета в учебном плане

Согласно базисному (образовательному) плану образовательных учреждений РФ всего на изучение физической культуры в основной школе выделяется 68 ч, (2 ч в неделю, 34 учебных недели).

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного предмета «Физическая культура»

Ценностные ориентиры содержания учебного предмета.

Базовым результатом образования в области физической культуры в основной школе является освоение учащимися основ физкультурной деятельности. Кроме того, предмет «Физическая культура» способствует развитию личностных качеств учащихся и является средством формирования у обучающихся универсальных способностей (компетенций). Эти способности (компетенции) выражаются в метапредметных результатах образовательного процесса и активно проявляются в разнообразных видах деятельности (культуры), выходящих за рамки предмета «Физическая культура».

Универсальными компетенциями учащихся образования по физической культуре являются:

- умения организовывать собственную деятельность, выбирать и использовать средства для достижения её цели;
- умения активно включаться в коллективную деятельность, взаимодействовать со сверстниками в достижении общих целей;
- умение доносить информацию в доступной, эмоционально-яркой форме в процессе общения и взаимодействия со сверстниками и взрослыми людьми.

Содержание учебного предмета «Физическая культура» направлено на воспитание творческих, компетентных и успешных граждан России, способных к активной самореализации в личной, общественной и профессиональной деятельности.

В соответствии со структурой двигательной деятельности предмет включает в себя три основных учебных раздела: «Знания о физической культуре» (информационный компонент деятельности),

«Способы двигательной деятельности» (операционный компонент деятельности), «Физическое совершенствование» (процессуально-мотивационный компонент деятельности).

Результаты освоения предмета «Физическая культура».

Личностные результаты:

- положительное отношение школьников к занятиям двигательной деятельностью, накопление необходимых знаний, а также в умении использовать ценности физической культуры для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей, достижения личностно значимых результатов в физическом совершенстве.
- проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;
- проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;
- оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов.

В области познавательной культуры:

- владение знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности.
- владение знаниями об особенностях индивидуального здоровья и о способах профилактики заболеваний средствами физической культуры.
- знакомство с традициями и национальными играми

В области нравственной культуры: - способность активно включаться в совместные физкультурно-оздоровительные и спортивные мероприятия, принимать участие в их организации и проведении; - способность управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой, игровой и соревновательной деятельности;

В области трудовой культуры: - умение содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование, спортивную одежду, осуществлять их подготовку к занятиям и спортивным соревнованиям; - соблюдать технику безопасности на уроке, в школе, вне школы;

В области эстетики: - красивая и правильная осанка, умение ее длительно сохранять при разных формах движений и передвижений; - хорошее телосложение, желание поддерживать его в рамках принятых норм и представлений посредством занятий физической культурой;

В области коммуникативной культуры: - анализировать и творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой; - находить адекватные способы поведения и взаимодействия с партнерами во время учебной и игровой деятельности.

В области физической культуры: - владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений (ходьба, бег, прыжки, лазанья и др.) различными способами, а различных изменяющихся внешних условий; - владение навыками выполнения разнообразных физических упражнений различной функциональной направленности, технических действий базовых видов спорта, а также применения их в игровой и соревновательной деятельности; - умение максимально проявлять физические качества при выполнении тестовых упражнений по физической культуре. - владение навыками традиционных игр

Метапредметные результаты:

В области познавательной культуры:

- понимание физической культуры как средства организации здорового образа жизни, профилактика вредных привычек и девиантного поведения;
- понимание здоровья как важнейшего условия саморазвития и самореализации человека.

В области нравственной культуры:

- бережное отношение к собственному здоровью и здоровью окружающих, проявление доброжелательности и отзывчивости к людям, имеющим ограниченные возможности и нарушения в состоянии здоровья;
- уважительное отношение к окружающим, проявление культуры взаимодействия, терпимости и толерантности в достижении общих целей при совместной деятельности;
- ответственное отношение к порученному делу, проявление осознанной

дисциплинированности и готовности отстаивать собственные позиции, отвечать за результаты собственной деятельности.

В области трудовой культуры:- добросовестное выполнение учебных заданий, осознанное стремление к освоению новых знаний и умений, качественно повышающих результативность выполнения заданий.

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

В области коммуникативной культуры:- владение культурой речи, ведение диалога в доброжелательной и открытой форме;

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

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

Предметные результаты:

В области познавательной культуры:- знания по истории и развитию спорта и олимпийского движения, о положительном влиянии на укрепление мира и дружбы между народами;- знания о здоровом образе жизни, его связи с укреплением здоровья и профилактикой вредных привычек, о роли и месте физической культуры в организации здорового образа жизни.

В области нравственной культуры:

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

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

В области трудовой культуры:- способность преодолевать трудности, выполнять учебные задания по технической и физической подготовке в полном объеме;

- обеспечивать безопасность мест занятий, спортивного инвентаря и оборудования, спортивной одежды.

В области эстетической культуры:- способности вести наблюдения за динамикой показателей физического развития и осанки, объективно оценивать их, соотносить с общепринятыми нормами и представлениями.

В области коммуникативной культуры:- способность интересно и доступно излагать знания о физической культуре, грамотно пользоваться понятийным аппаратом;

В области физической культуры:- способность проводить самостоятельные занятия по освоению новых двигательных действий и развитию основных физических качеств, контролировать и анализировать эффективность этих занятий

Тематическое планирование и содержание образования по учебному предмету «Физическая культура» в 7 классе

Содержание курса	Тематическое планирование	Характеристика видов деятельности учащихся
VII класс (68 ч)		
Знания о физической культуре (2 ч)		

<p>История физической культуры. Олимпийское движение в России (СССР)</p>	<p>Знания о физической культуре. Олимпийское движение в России. Основные этапы развития олимпийского движения в России (СССР). <i>Развитие олимпийского движения в послереволюционной России. Введение комплекса ГТО как основа создания отечественной системы физического воспитания. Успехи советских спортсменов на Олимпийских играх современности</i></p>	<p>Демонстрировать знания о развитии физической культуры и спорта в послереволюционной России. Характеризовать успехи отечественных спортсменов до распада СССР. Определять и обосновывать перспективы развития олимпийского движения в Российской Федерации на ближайшую перспективу</p>
<p>Краткая характеристика видов спорта, входящих в программу Олимпийских игр</p>	<p>Краткая характеристика видов спорта, входящих в программу Олимпийских игр. <i>История становления и развития гимнастики, лёгкой атлетики, спортивных игр, лыжных гонок.</i> <i>Выдающиеся спортсмены СССР и России.</i> Олимпийские игры в Москве. <i>Олимпийские игры в Москве как историческое событие в жизни страны, особенности их организации и проведения</i></p>	<p>Демонстрировать знания по истории становления и развития видов спорта, входящих в программу Олимпийских игр, в олимпийском движении и в России. Проявлять интерес к личности выдающихся спортсменов, называть их фамилии, интересоваться их биографиями и спортивными победами. Характеризовать особенности организации и проведения Олимпийских игр в Москве</p>
<p>Физическая культура (основные понятия). Техническая подготовка. Техника движения и её основные показатели</p>	<p>Техническая подготовка. Двигательные действия и техническая подготовка. <i>Двигательные действия как осознанная форма проявления двигательной активности человека, способ решения двигательной задачи.</i> <i>Техническая подготовка.</i> <i>Техника двигательных действий как наиболее эффективный способ их выполнения.</i> <i>Подводящие упражнения как двигательные действия, содержащие в себе элементы разучиваемых упражнений.</i> <i>Двигательное умение и двигательный навык как результат качества освоения новых двигательных действий</i></p>	<p>Раскрывать понятие «двигательные действия». Характеризовать техническую подготовку как целенаправленный процесс обучения двигательным действиям. Следовать правилам «от простого к сложному» и «от освоенного к неосвоенному». Приводить примеры подводящих упражнений. Выявлять общность и различия двигательного умения и двигательного навыка, приводить примеры</p>
<p>Физическая культура человека. Влияние занятий физической культурой на формирование положительных качеств личности</p>	<p>Физическая культура человека. Влияние занятий физической культурой на формирование положительных качеств личности. <i>Волевые качества и их проявление в поведении человека. Моральные качества, их проявление в поведении человека</i></p>	<p>Характеризовать качества личности, приводить примеры их проявления в условиях учебной и соревновательной деятельности. Объяснять необходимость самовоспитания качеств личности в подростковом возрасте</p>

Способы двигательной (физкультурной) деятельности (4 ч)		
<p>Организация и проведение самостоятельных занятий физической культурой. Организация досуга средствами физической культуры</p>	<p>Организация и проведение самостоятельных занятий. Организация досуга средствами физической культуры <i>Досуг как организованный отдых, содействующий восстановлению организма и укреплению здоровья; его цель, задачи и основное содержание. Занятия оздоровительной ходьбой и бегом</i></p>	<p>Организовывать и самостоятельно проводить досуг с использованием оздоровительной ходьбы и бега</p>

<p>Оценка эффективности занятий физической культурой.</p> <p>Оценка техники движений, выявление ошибок в выполнении и способы устранения в технике</p>	<p>Оценка техники движений.</p> <p><i>Оценка техники движений, основанная на внутренних ощущениях.</i></p> <p><i>Оценка техники движений способом сравнения. Роль внимания и памяти в освоении и оценке техники двигательного действия.</i></p> <p><i>Внимание как способность человека воспринимать информацию; её роль и значение в процессе освоения новых двигательных действий.</i></p> <p><i>Память как способность человека сохранять и воспроизводить информацию; её роль и значение в процессе освоения новых двигательных действий.</i></p> <p>Причины появления ошибок в технике движений и способы их предупреждения.</p> <p><i>Основные причины появления грубых ошибок при самостоятельном освоении новых двигательных действий.</i></p> <p><i>Правила подбора подводящих и подготовительных упражнений</i></p>	<p>Определять уровень сформированности техники двигательных действий по своим внутренним ощущениям.</p> <p>Определять уровень сформированности техники двигательных действий способом сравнения.</p> <p>Раскрывать роль и значение внимания в процессе освоения новых двигательных действий.</p> <p>Учитывать особенности проявления внимания при самостоятельном освоении двигательных действий.</p> <p>Раскрывать роль и значение памяти в процессе освоения новых двигательных действий.</p> <p>Учитывать особенности запоминания двигательных действий при самостоятельном их освоении.</p> <p>Выявлять причины появления грубых ошибок при выполнении разучиваемых двигательных действий и эффективно их устранять.</p> <p>Подбирать подготовительные и подводящие упражнения для качественного освоения техники новых двигательных действий.</p>
<p>Оценка эффективности занятий физкультурно-оздоровительной деятельностью</p>	<p>Оценка эффективности занятий физкультурно-оздоровительной деятельностью.</p> <p><i>Оценка общего состояния организма как изменение показателей его жизнедеятельности в течение учебного дня, недели и месяца.</i></p> <p><i>Упражнения для определения общего состояния организма</i></p>	<p>Определять общее состояние организма в разные временные периоды и оценивать его посредством сравнения с ранее полученными результатами.</p> <p>Оценивать изменения состояния организма с помощью контрольных упражнений.</p>
<p>Самонаблюдение и самоконтроль</p>	<p>Ведение дневника самонаблюдения.</p> <p><i>Оформление распределения занятий технической подготовкой на весь учебный год в соответствии с освоением программного материала на уроках физической культуры.</i></p> <p><i>Показатели физической подготовленности учащихся VII классов</i></p>	<p>Планировать занятия технической подготовкой на текущий учебный год.</p> <p>Вести дневник самонаблюдения.</p> <p>Определять уровень физической подготовленности по уровню развития основных физических качеств.</p> <p>Проводить тестирование основных физических качеств и выявлять уровень их развития на основе сравнительного анализа с возрастными нормативами (достаточный, опережающий или отстающий)</p>
<p>Физическое совершенствование (62 ч)</p>		

<p>Физкультурно-оздоровительная деятельность</p>	<p>Виды двигательной деятельности. Физкультурно-оздоровительная деятельность (8 ч).</p> <p>Упражнения для коррекции фигуры. <i>Комплексы упражнений № 1, 2 с гантелями для развития основных мышечных групп.</i></p> <p>Упражнения для профилактики нарушений зрения.</p> <p>Упражнения для профилактики нарушения осанки</p>	<p>Выполнять упражнения, подбирать их дозировку и включать в самостоятельные занятия с учётом индивидуальных показателей физического развития.</p> <p>Выполнять комплексы упражнений для профилактики нарушений зрения.</p> <p>Подбирать и выполнять упражнения с учётом индивидуальной формы осанки</p>
<p>Спортивно-оздоровительная деятельность.</p> <p>Акробатические упражнения комбинации и</p>	<p>Спортивно-оздоровительная деятельность (54 ч). Гимнастика с основами акробатики.</p> <p><i>Акробатические комбинации. Гимнастическая комбинация № 1. Правила самостоятельного освоения акробатических комбинаций</i></p>	<p>Описывать технику выполнения упражнений, входящих в акробатическую комбинацию, анализировать правильность их выполнения.</p> <p>Демонстрировать акробатическую комбинацию в стандартных условиях и в соответствии с образцом эталонной техники.</p>
<p>Опорные прыжки.</p>	<p><i>Техника выполнения опорного прыжка согнув ноги через гимнастического козла.</i></p> <p><i>Техника выполнения опорного прыжка ноги врозь через гимнастического козла</i></p>	<p>Демонстрировать технику выполнения опорного прыжка через гимнастического козла согнув ноги и технику выполнения опорного прыжка через гимнастического козла ноги врозь в условиях соревновательной деятельности</p>
<p>Упражнения и комбинации на гимнастическом бревне (девочки)</p>	<p><i>Техника выполнения комбинации на гимнастическом бревне</i></p>	<p>Описывать технику выполнения упражнений на гимнастическом бревне, анализировать правильность их выполнения, находить ошибки и способы их исправления.</p> <p>Демонстрировать технику выполнения упражнений из гимнастической комбинации на бревне в соответствии с образцом эталонной техники</p>
<p>Упражнения и комбинации на гимнастических брусках: упражнения на параллельных брусках (мальчики)</p>	<p><i>Техника выполнения гимнастической комбинации на параллельных брусках.</i></p> <p><i>Подводящие упражнения для самостоятельного освоения техники выполнения упражнений, входящих в гимнастическую комбинацию</i></p>	<p>Описывать технику выполнения упражнений на параллельных брусках, анализировать правильность их выполнения, находить ошибки и способы их исправления.</p> <p>Демонстрировать технику выполнения упражнений на параллельных брусках в соответствии с образцом эталонной техники</p>
<p>Упражнения на разновысоких брусках (девочки)</p>	<p><i>Техника выполнения гимнастической комбинации на разновысоких брусках</i></p>	<p>Описывать технику выполнения упражнений на разновысоких брусках, анализировать правильность их выполнения, находить ошибки и способы их исправления.</p> <p>Демонстрировать технику выполнения гимнастической комбинации на разновысоких брусках в условиях соревновательной деятельности</p>

<p>Ритмическая гимнастика (девочки)</p>	<p>Техника выполнения упражнений ритмической гимнастики</p>	<p>Выполнять композиции из хорошо освоенных упражнений ритмической гимнастики</p>
<p>Упражнения с прикладной направленностью</p>	<p>Прикладные упражнения как двигательные действия, которые используются человеком в его повседневной или профессиональной деятельности.</p> <p>Упражнения на кольцах. Подводящие упражнения. Лазанье по канату. Подготовительные упражнения с резиновым бинтом. Техника лазанья по канату в два приёма. Лазанье по гимнастической стенке</p>	<p>Выполнять прикладные упражнения в условиях учебной, соревновательной и повседневной деятельности.</p> <p>Выполнять подводящие и подготовительные упражнения</p>
<p>Лёгкая атлетика. Беговые упражнения</p>	<p>Лёгкая атлетика. Техника спринтерского бега. Техника гладкого равномерного бега в условиях преодоления соревновательной дистанции (мальчики – 3000 м; девочки – 1500 м). Техника эстафетного бега.</p> <p>Подводящие упражнения для самостоятельного освоения техники эстафетного бега</p>	<p>Демонстрировать технику спринтерского бега в условиях соревновательной деятельности.</p> <p>Демонстрировать технику гладкого равномерного бега.</p> <p>Описывать технику передачи эстафетной палочки, анализировать правильность её выполнения, находить ошибки и способы их исправления.</p> <p>Демонстрировать технику эстафетного бега в условиях учебной деятельности</p>
<p>Прыжковые упражнения</p>	<p>Техника прыжка в длину с разбега способом «прогнувшись».</p> <p>Подводящие упражнения для самостоятельного освоения техники прыжка в длину с разбега способом «прогнувшись»</p>	<p>Описывать технику прыжка в длину с разбега способом «прогнувшись», анализировать правильность её выполнения, находить ошибки и способы их исправления.</p> <p>Демонстрировать технику прыжка в длину с разбега способом «прогнувшись» в условиях соревновательной деятельности</p>
<p>Метание малого мяча</p>	<p>Техника метания малого мяча по движущейся мишени с небольшого расстояния (мальчики – 16 м; девочки – 12 м), стоя на месте.</p> <p>Техника метания малого мяча по летящему большому мячу.</p> <p>Правила самостоятельного освоения техники метания малого мяча по летящему на высоте 2–3 м большому мячу с небольшого расстояния (мальчики – 12 м; девочки – 10 м), стоя на месте.</p> <p>Подводящие упражнения для самостоятельного освоения техники метания малого мяча по летящему большому мячу</p>	<p>Метать малый мяч точно в движущуюся мишень.</p> <p>Описывать технику метания малого мяча по летящему большому мячу, анализировать правильность её выполнения, находить ошибки и способы их исправления.</p> <p>Метать малый мяч точно в летящий большой мяч.</p> <p>Выполнять подводящие упражнения для самостоятельного освоения техники метания малого мяча</p>

<p>Лыжные гонки. Передвижение на лыжах</p>	<p>Лыжные гонки. <i>Техника передвижения одновременным одношажным ходом.</i> <i>Совершенствование техники чередования различных лыжных ходов.</i> <i>Техника передвижения одновременным двухшажным ходом.</i> <i>Подводящие упражнения для самостоятельного освоения техники лыжных ходов</i></p>	<p>Демонстрировать технику передвижения одновременным одношажным ходом и попеременным двухшажным ходом во время прохождения соревновательной дистанции. Использовать чередование различных лыжных ходов во время прохождения соревновательной дистанции. Демонстрировать технику передвижения на лыжах одновременным двухшажным ходом во время прохождения соревновательной дистанции</p>
<p>Торможение и повороты, спуски и подъёмы на лыжах</p>	<p><i>Техника торможения упором.</i> <i>Техника поворота упором (повторение материала VI класса).</i> <i>Техника поворота переступанием.</i> <i>Техника подъёма «лесенкой».</i> <i>Техника спуска с пологого склона в основной стойке.</i> <i>Техника преодоления небольших трамплинов в низкой стойке</i></p>	<p>Использовать «вспомогательные» технические приёмы на лыжах во время прохождения соревновательных дистанций</p>
<p>Спортивные игры. Баскетбол</p>	<p>Баскетбол. <i>Техника ловли мяча после отскока от пола.</i> <i>Техника броска мяча в корзину двумя руками снизу после ведения.</i> <i>Техника броска мяча в корзину двумя руками от груди после ведения.</i> <i>Подводящие упражнения для самостоятельного освоения техники броска мяча в корзину двумя руками от груди после ведения.</i> <i>Техника броска мяча в корзину двумя руками в прыжке.</i> <i>Подводящие упражнения для самостоятельного освоения техники броска мяча в корзину двумя руками в прыжке.</i> <i>Техника ведения мяча с изменением направления движения.</i> <i>Техника поворотов на месте без мяча и с мячом.</i> <i>Подводящие упражнения для самостоятельного освоения техники поворотов на месте без мяча и с мячом.</i> <i>Подготовительные упражнения для укрепления суставов ног.</i> <i>Техника броска мяча в корзину одной рукой в прыжке.</i> <i>Подводящие упражнения для самостоятельного освоения техники броска мяча в корзину одной рукой в прыжке.</i> <i>Технико-тактические действия баскетболиста при вбрасывании мяча судьёй и передаче мяча с лицевой линии. Технико-тактические действия игроков обороняющейся команды.</i> <i>Технико-тактические действия игроков атакующей команды.</i> <i>Игра в баскетбол по правилам</i></p>	<p>Использовать технические приёмы игры в баскетбол в условиях игровой деятельности. Описывать технику бросков мяча в корзину двумя руками снизу и от груди после ведения, анализировать правильность её исполнения, находить ошибки и способы их исправления. Описывать технику броска мяча в корзину двумя руками в прыжке, анализировать правильность её исполнения, находить ошибки и способы их исправления. Описывать технику ведения мяча с изменением направления движения, поворотов на месте без мяча и с мячом, анализировать правильность её выполнения, находить ошибки и способы исправления. Выполнять упражнения для укрепления суставов и связок ног. Описывать технику броска мяча в корзину одной рукой в прыжке, анализировать правильность её исполнения, находить Взаимодействовать с игроками своей команды в стандартных и вариативных условиях игры в баскетбол, моделировать технику игровых действий в зависимости от задач и игровых ситуаций. Проявлять дисциплинированность на площадке, уважение к соперникам и игрокам своей команды. Взаимодействовать с игроками своей команды при атакующих и защитных действиях. Управлять эмоциями и чётко соблюдать правила игры</p>

<p>Волейбол</p>	<p>Волейбол.</p> <p><i>Совершенствование техники нижней боковой подачи.</i></p> <p><i>Совершенствование техники приёма и передачи мяча.</i></p> <p><i>Техника верхней прямой передачи.</i></p> <p><i>Подводящие упражнения для самостоятельного освоения техники верхней прямой передачи. Техничко-тактические действия в волейболе при подаче и передаче мяча через сетку</i></p> <p><i>Игра в волейбол по правилам</i></p>	<p>Использовать технические приёмы игры в волейбол в условиях игровой деятельности, моделировать их технику в зависимости от игровых задач и ситуаций.</p> <p>Описывать технику верхней прямой передачи, анализировать правильность её выполнения, находить ошибки и способы их исправления.</p> <p>Выполнять неожиданные передачи мяча через сетку на площадку соперника.</p> <p>Выполнять усложнённые подачи мяча в условиях игровой деятельности.</p> <p>Взаимодействовать с игроками своей команды в стандартных и вариативных условиях игры в волейбол, моделировать технику игровых действий в зависимости от задач и игровых ситуаций.</p> <p>Проявлять дисциплинированность на площадке.</p> <p>Уважать соперников и игроков своей команды.</p> <p>Взаимодействовать с игроками своей команды при атакующих и защитных действиях.</p> <p>Управлять эмоциями.</p> <p>Соблюдать правила игры</p>
<p>Футбол</p>	<p>Футбол.</p> <p><i>Совершенствование техники ведения мяча с ускорением.</i></p> <p><i>Совершенствование техники передачи мяча в разных направлениях на большое расстояние.</i></p> <p><i>Совершенствование техники удара с разбега по катящемуся мячу.</i></p> <p><i>Техничко-тактические действия в футболе при выполнении углового удара и при вбрасывании мяча из-за боковой линии.</i></p> <p><i>Игра в футбол по правилам</i></p>	<p>Использовать технические приёмы игры в футбол в условиях игровой деятельности, моделировать их технику в зависимости от игровых задач и ситуаций.</p> <p>Выполнять технико-тактические действия при угловом ударе.</p> <p>Выполнять технико-тактические действия при вбрасывании мяча из-за боковой линии.</p> <p>Взаимодействовать с игроками своей команды в стандартных и вариативных условиях игры в волейбол, моделировать технику игровых действий в зависимости от задач и игровых ситуаций.</p> <p>Проявлять дисциплинированность на площадке.</p> <p>Уважать соперников и игроков своей команды.</p> <p>Взаимодействовать с игроками своей команды при атакующих и защитных действиях.</p> <p>Управлять эмоциями.</p> <p>Соблюдать правила игры</p>
<p>Прикладно-ориентированная физкультурная деятельность.</p> <p>Прикладно ориентированная физическая подготовка</p>	<p><i>Совершенствование техники лазанья по канату.</i></p> <p><i>Совершенствование техники лазанья по гимнастической стенке.</i></p> <p><i>Техника выполнения упражнений на кольцах: 1) из виса, стоя под углом к месту крепления колец, поочерёдное отталкивание ногами вперёд и назад, раскачивание в висе; 2) при каче вперёд, в момент высшей точки положения туловища, поворот влево на 180 °; 3)</i></p>	<p>Выполнять прикладные упражнения в структуре искусственных и естественных полос препятствий.</p> <p>Описывать технику выполнения упражнений на кольцах, анализировать правильность её выполнения, находить ошибки и способы их исправления.</p> <p>Выполнять упражнения на кольцах, проявлять смелость и хладнокровие.</p>

	<p>при каче назад, в момент высшей точки положения туловища, поворот направо на 180°;</p> <p>4) при каче вперёд, в момент касания пола ногами, соскок сбегаем.</p> <p>Подводящие упражнения для самостоятельного освоения техники упражнений на кольцах.</p> <p>Техника преодоления препятствий прыжковым бегом.</p> <p>Подводящие упражнения для самостоятельного освоения техники преодоления препятствий прыжковым бегом.</p> <p>Техника кроссового бега.</p> <p>Подводящие упражнения для самостоятельного освоения техники бега по сыпучему грунту.</p> <p>Техника преодоления естественных препятствий на лыжах способами «перешагивание», «перешагивание широким шагом в сторону», «перелезание».</p> <p>Полосы препятствий естественного и искусственного характера. Варьирование способов их выполнения в зависимости от возникающих задач и изменяющихся условий. Проявление воли, смелости и терпимости к трудностям при преодолении полос препятствий</p>	<p>Описывать технику преодоления препятствий прыжковым бегом, продемонстрировать её в условиях учебной деятельности и в структуре полосы препятствий.</p> <p>Демонстрировать технику бега по сыпучему грунту во время преодоления учебной дистанции.</p> <p>Описывать технику преодоления препятствий на лыжах изученными способами, анализировать правильность их выполнения, находить ошибки и способы их исправления.</p> <p>Демонстрировать технику преодоления препятствий на лыжах изученными способами при прохождении естественных и искусственных полос препятствий.</p> <p>Выполнять прикладные упражнения, варьировать способы их выполнения в зависимости от возникающих задач и изменяющихся условий.</p> <p>Проявлять личные качества (волю, смелость и терпимость) в процессе преодоления полос препятствий.</p> <p>Включать прикладно-ориентированные упражнения в соревновательную деятельность при организации активного отдыха и досуга</p>
<p>Общая физическая подготовка</p>	<p>Физические упражнения из базовых видов спорта, направленно ориентированные на развитие основных физических качеств.</p> <p>Физические упражнения общеразвивающей направленности, обеспечивающие повышение функциональных и адаптивных свойств основных систем организма</p>	<p>Организовывать и проводить самостоятельные занятия физической подготовкой, определять их содержание и планировать в системе занятий физической культурой.</p> <p>Демонстрировать ежегодные приросты в развитии основных физических качеств</p>
<p>Упражнения культурно-этнической направленности</p>	<p>Подвижные игры, национальные виды спорта: русская лапта</p>	<p>Организовывать и проводить подвижные игры, определять их содержание и планировать в системе занятий</p> <p>Взаимодействовать с игроками своей команды в стандартных и вариативных условиях игры в баскетбол, моделировать технику игровых действий в зависимости от задач и игровых ситуаций.</p> <p>Проявлять дисциплинированность на площадке, уважение к соперникам и игрокам своей команды.</p> <p>Взаимодействовать с игроками своей команды при атакующих и защитных действиях.</p> <p>Управлять эмоциями и чётко соблюдать правила игры</p>

Критерии и нормы оценки знаний обучающихся

При оценивании успеваемости учитываются индивидуальные возможности, уровень физического развития и двигательные возможности, последствия заболеваний учащихся.

Классификация ошибок и недочетов, влияющих на снижение оценки

Мелкими ошибками считаются такие, которые не влияют на качество и результат выполнения. К мелким ошибкам в основном относятся неточность отталкивания, нарушение ритма, неправильное исходное положение, «заступ» при приземлении.

Значительные ошибки – это такие, которые не вызывают особого искажения структуры движений, но влияют на качество выполнения, хотя количественный показатель ниже предполагаемого ненамного. К значительным ошибкам относятся:

- старт не из требуемого положения;
- отталкивание далеко от планки при выполнении прыжков в длину, высоту;
- бросок мяча в кольцо, метание в цель с наличием дополнительных движений;
- несинхронность выполнения упражнения.

Грубые ошибки – это такие, которые искажают технику движения, влияют на качество и результат выполнения упражнения.

Характеристика цифровой оценки (отметки)

Оценка «5» выставляется за качественное выполнение упражнений, допускается наличие мелких ошибок.

Оценка «4» выставляется, если допущено не более одной значительной ошибки и несколько мелких.

Оценка «3» выставляется, если допущены две значительные ошибки и несколько грубых. Но ученик при повторных выполнениях может улучшить результат.

Оценка «2» выставляется, если упражнение не выполнено. Причиной невыполнения является наличие грубых ошибок.

В 5 классе оценка за технику ставится лишь при выполнении упражнений в равновесии, лазанье, с элементами акробатики, при построениях, перестроениях, в ходьбе.

В остальных видах спорта (бег, прыжки, метание, броски, ходьба), необходимо учитывать результат: секунды, количество, длину, высоту.

Уровень подготовки учащихся:

Контрольные упражнения	мальчики			девочки		
	3	4	5	3	4	5
Бег 60 метров	10,5	9,8	9,0	11,0	10,4	9,8
Бег 1000 метров	6.00	5.30	5.00	7,20	7,00	6,40
Челночный бег 3*10м	8,5	8,2	7,8	9,6	9,0	8,4
Прыжки в длину с места	165	170	175	150	155	160
Прыжки в длину с разбега	290	291	380	240	241	350
Прыжки в высоту	100	105	125	90	95	115
Прыжки через скакалку за 1 минуту	94 и меньше	95	105	104 и меньше	105	120
Метание мяча	25	26	39	17	18	26
Подтягивание на высокой перекладине	5	6	8	-	-	-
Подтягивание на низкой перекладине				7	8	16
Сгибание разгибание рук в упоре лежа	12	13	18	8	9	12
гибкость	3	6	10	4	7	12

Поднимание туловища из положения лежа за 30 сек	13	14	24	11	12	18
Лыжные гонки 1000метров	7,00	6,30	6.00	7,30	7,00	6,30
Лыжные гонки 2000 метров	14,01	14,00	13,00	14,31	14,30	14,00

№ урока	Тема урока	Тип урока	Содержание образования	Основные виды деятельности	Планируемые результаты			Дата проведения	
					Предметные	Метапредметные (коммуникат-ые, регулятивные, познавательные)	Личностные	План	Факт
1	Олимпийское движение в России (СССР) Краткая характеристика видов спорта, входящих в программу Олимпийских игр	Изучение и первичное закрепление	Олимпийские игры древности	Работа с учебником, просмотр видео, интеллектуальная игра.	<p>Демонстрировать знания о развитии физической культуры и спорта в послереволюционной России, истории становления и развития видов спорта, входящих в программу Олимпийских игр, в олимпийском движении и в России.</p> <p>Характеризовать успехи отечественных спортсменов до распада СССР.</p> <p>Определять и обосновывать перспективы развития олимпийского движения в Российской Федерации на ближайшую перспективу</p>	<p>Р: целеполагание – формулировать и удерживать учебную задачу; планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.</p> <p>П: общеучебные – использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. К: <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью</p>	положительное отношение школьников к занятиям двигательной деятельностью, накопление необходимых знаний, а также в умении использовать ценности физической культуры для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей, достижения лично значимых результатов в физическом совершенстве.		
2	Техника безопасности на уроках физической культуры и занятиях лёгкой атлетикой Требования и гигиенические правила на занятиях лёгкой атлетикой. <i>Техника гладкого</i>	Комбинированный	Правила поведения и техники безопасности при выполнении физических упражнений.	Изучение техники безопасности на уроках лёгкой атлетики; факторы нарушения ТБ при занятиях физической культурой и	бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения; Демонстрировать технику гладкого равномерного бега.	<p>Р: целеполагание – формулировать и удерживать учебную задачу; планирование – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.</p> <p>П: общеучебные – использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. К:</p>	положительное отношение школьников к занятиям двигательной деятельностью, накопление необходимых знаний, а также в умении использовать ценности физической культуры для удовлетворения индивидуальных		

	<i>равномерного бега</i>					<i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью	х интересов и потребностей, достижения лично значимых результатов в физическом совершенстве		
3	Равномерный бег с последующим ускорением	Актуализ. знаний и умений	Бег на длинные дистанции	ОРУ в движении. СУ. Специальные беговые упражнения. Бег с преодолением горизонтальных и вертикальных препятствий Игры с бегом.	Уметь выполнять технику равномерного бега и демонстрировать финальное усилие в беге.	Р: <i>планирование</i> – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. П: <i>общеучебные</i> – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. К: <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач	проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;		
4	Техника спринтерского бега.	Изучение и первичное закрепление	Бег на короткие дистанции	ОРУ в движении. Специальные беговые упражнения. Бег с ускорением 2 – 3 серии по 20 – 40 метров. Эстафеты, встречная эстафета. Разучивание техники низкого старта Эстафеты, из различных исходных положений используя бег, прыжки, много скоки.	Уметь демонстрировать низкий старт и финальное усилие в беге.	Р: <i>целеполагание</i> – формулировать и удерживать учебную задачу. <i>планирование</i> – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. П: <i>общеучебные</i> – использовать общие приемы решения поставленных задач К: <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью; <i>взаимодействие</i> – формулировать собственное мнение	проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;		
5	Бег на короткую дистанцию 60 м. Подготовка к сдаче норм ГТО	Контроль коррекция ЗиУ	Бег на короткие дистанции	Тестирование развития выносливости и соотношение их с показателями физического развития. Определение прироста этих показателей по учебным четвертям и	Уметь демонстрировать финальное усилие в беге.	Р Р: <i>контроль и самоконтроль</i> – сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона. П: <i>общеучебные</i> – выбирать	- умение максимально проявлять физические качества при выполнении тестовых		

				соотношение их с содержанием и направленностью занятий физической культурой.		наиболее эффективные способы решения задач. К: <i>планирование учебного сотрудничества</i> – задавать вопросы, обращаться за помощью; определять общую цель и пути ее достижения	упражнений по физической культуре.		
6	Упражнения на развитие выносливости Основы туристской подготовки.	Обобщение и систематизация знаний	Бег на длинные дистанции. Туристические прикладные упражнения	Бег в равномерном темпе по слабопересеченной местности; ОРУ в движении. СУ. Специальные беговые упражнения. Бег с преодолением горизонтальных и вертикальных препятствий Игры с бегом. .	Уметь составлять комплексы утренней зарядки	Р: <i>планирование</i> – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. П: <i>общеучебные</i> – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. К: <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач	проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; оказание помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов.		
7	Бег на длинную дистанцию 2000м. Подготовка к сдаче норм ГТО	Контроль коррекция ЗИУ	Бег на длинные дистанции	Тестирование развития выносливости и соотношение их с показателями физического развития. Определение прироста этих показателей по учебным четвертям и соотношение их с содержанием и направленностью занятий физической культурой.	Уметь демонстрировать физические кондиции	Р: <i>планирование</i> – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. П: <i>общеучебные</i> – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. К: <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач	- умение максимально проявлять физические качества при выполнении тестовых упражнений по физической культуре.		
8	Развитие выносливости Упражнения для коррекции телосложения	Комбинированный	Бег на длинные дистанции Комплекс упражнений для регулирования массы тела.	Беговые упражнения Упражнения для регулирования массы тела.	Уметь демонстрировать физические кондиции	Р: <i>планирование</i> – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. П: <i>общеучебные</i> – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.	- умение максимально проявлять физические качества при выполнении тестовых упражнений по		

						К: <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач	физической культуре.		
9	Техника эстафетного бега	Комбинированный	Эстафетный бег. Подводящие упражнения для самостоятельного освоения техники преодоления препятствий прыжковым бегом	Беговые упражнения	<p>Демонстрировать технику эстафетного в условиях соревновательной деятельности.</p> <p>Описывать технику передачи эстафетной палочки, анализировать правильность её выполнения, находить ошибки и способы их исправления.</p> <p>Демонстрировать технику эстафетного бега в условиях учебной деятельности</p>	<p>: <i>планирование</i> – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.</p> <p>П: <i>общеучебные</i> – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.</p> <p>К: <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач</p>	<p>Взаимодействовать с членами своей команды моделировать технику передачи эстафетной палочки в зависимости от задач.</p> <p>Проявлять дисциплинированность, уважение к соперникам и членам своей команды.</p> <p>Взаимодействовать с членами своей команды Управлять эмоциями и четко соблюдать правила.</p>		
10	Беговые эстафеты Подвижные игры.	Актуализ. знаний и умений	Упражнения культурно-этнической направленности: сюжетно-образные и обрядовые игры	ОРУ. Разучивание подвижных игр	организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;	<p>Р: <i>планирование</i> – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.</p> <p>П: <i>общеучебные</i> – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.</p> <p>К: <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач</p>	оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов.		
11	Прыжки в высоту с	Актуализ. знаний и	Прыжки в длину и высоту с разбега	Прыжки в длину и высоту с разбега	Уметь демонстрировать	Р: <i>планирование</i> – выбирать действия в соответствии с	проявление дисциплиниров		

	разбега способом «перешагивания»	умений			технику прыжка в высоту.	поставленной задачей и условиями ее реализации. П: <i>общеучебные</i> – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. К: <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач	анности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;		
12	Прыжки в высоту с разбега способом «перешагивания»	Актуализ. знаний и умений	Прыжки в длину и высоту с разбега	Прыжки в длину и высоту с разбега	Уметь демонстрировать технику прыжка в высоту.	Р: <i>планирование</i> – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. П: <i>общеучебные</i> – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. К: <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач	проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;		
13	Организуя команду и приёмы. Перестроение в движении. Техники безопасности при занятии гимнастикой. Комплексы гимнастики для глаз.	Актуализ. знаний и умений	Правила поведения и техники безопасности при выполнении физических упражнений. Комплексы гимнастики для глаз.	Различают строевые команды, чётко выполняют строевые приёмы. Овладевают правилами ТБ и страховки во время занятий физическими упражнениями. Комплексы гимнастики для глаз.	бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения; Уметь составлять комплексы упражнений и дозировать их	Р: <i>планирование</i> – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. П: <i>общеучебные</i> – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. К: <i>взаимодействие</i> – слушать собеседника, формулировать свои затруднения	умение содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование, спортивную одежду, осуществлять их подготовку к занятиям и спортивным соревнованиям; - соблюдать технику безопасности на уроке, в школе, вне школы;		

14	Обучение опорным прыжкам через гимнастического козла в ширину.	Изучение и первичное закрепление	Опорные прыжки	Изучение техники опорного прыжка через гимнастического козла	Корректировка техники выполнения упражнений.	Р: <i>планирование</i> – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. П: <i>общеучебные</i> – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. К: <i>взаимодействие</i> – слушать собеседника, формулировать свои затруднения	проявление дисциплинованности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов.		
15	Совершенствование опорных прыжков через гимнастического козла в ширину.	Актуализация знаний и умений	Опорные прыжки	Совершенствование техники и опорного прыжка через гимнастического козла	Корректировка техники выполнения упражнений.	Р: <i>планирование</i> – ориентироваться в разнообразии способов решения задач; <i>коррекция</i> – вносить дополнения и изменения в план действия. П: <i>знаково-символические</i> – использовать знаково-символические средства, в том числе модели и схемы, для решения задач. К: <i>планирование учебного сотрудничества</i> – определять цели, функции участников, способы взаимодействия; координировать и принимать различные позиции во взаимодействии	проявление дисциплинованности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов.		
16	Подтягивание на низкой перекладине (д), на высокой (ю). Подготовка к сдаче норм ГТО	Контроль коррекция ЗиУ	Комплексы упражнений для развития основных физических качеств	Тестирование развития силы и соотношение их с показателями физического развития. Определение прироста этих показателей по учебным четвертям и соотношению их с содержанием и направленностью занятий физической культурой.	Корректировка техники выполнения упражнений.	Р: <i>контроль и самоконтроль</i> – сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона. П: <i>общеучебные</i> – выбирать наиболее эффективные способы решения задач. К: <i>планирование учебного сотрудничества</i> – задавать	- умение максимально проявлять физические качества при выполнении тестовых упражнений по физической культуре.		

						вопросы, обращаться за помощью; определять общую цель и пути ее достижения			
17	Гимнастическая комбинация на бревне(д), перекладине (ю)	Комбинированный	Комплексы упражнений для развития основных физических качеств	Упражнения для развития координационных способностей	<p>Описывать технику выполнения упражнений на гимнастическом бревне, перекладине</p> <p>анализировать правильность их выполнения, находить ошибки и способы их исправления.</p> <p>Демонстрировать технику выполнения упражнений из гимнастической комбинации на бревне, перекладине в соответствии с образцом эталонной техники</p> <p>Корректировка техники выполнения упражнений</p>	<p>Р: <i>планирование</i> – ориентироваться в разнообразии способов решения задач; <i>коррекция</i> – вносить дополнения и изменения в план действия.</p> <p>П: <i>знаково-символические</i> – использовать знаково-символические средства, в том числе модели и схемы, для решения задач.</p> <p>К: <i>планирование учебного сотрудничества</i> – определять цели, функции участников, способы взаимодействия; координировать и принимать различные позиции во взаимодействии</p>	хорошее телосложение, желание поддерживать его в рамках принятых норм и представлений посредством занятий физической культурой;		
18	Гимнастическая комбинация на бревне	Контроль коррекция ЗиУ	Комплексы упражнений для развития основных физических качеств	Упражнения для развития координационных способностей	<p>Описывать технику выполнения упражнений на гимнастическом бревне, перекладине</p> <p>анализировать правильность их выполнения, находить ошибки и способы их исправления.</p> <p>Демонстрировать технику выполнения упражнений из гимнастической комбинации на бревне, перекладине в соответствии с образцом эталонной техники</p>	<p>Р: <i>планирование</i> – ориентироваться в разнообразии способов решения задач; <i>коррекция</i> – вносить дополнения и изменения в план действия.</p> <p>П: <i>знаково-символические</i> – использовать знаково-символические средства, в том числе модели и схемы, для решения задач.</p> <p>К: <i>планирование учебного сотрудничества</i> – определять цели, функции участников, способы взаимодействия; координировать и принимать различные позиции во взаимодействии</p>	хорошее телосложение, желание поддерживать его в рамках принятых норм и представлений посредством занятий физической культурой;		

					Корректировка техники выполнения упражнений				
19	Изучение акробатических комбинаций из ранее изученных упражнений.	Актуализ. знаний и умений	Акробатические упражнения (кувырок вперед, кувырок назад, стойка на лопатках, прыжки с поворотом) и комбинации	Комплекс упражнения тонического стретчинга. Комбинации из ранее освоенных акробатических элементов.	Уметь демонстрировать комплекс акробатических упражнений.	Р: <i>планирование</i> – ориентироваться в разнообразии способов решения задач; <i>коррекция</i> – вносить дополнения и изменения в план действия. П: <i>знаково-символические</i> – использовать знаково-символические средства, в том числе модели и схемы, для решения задач. К: <i>планирование учебного сотрудничества</i> – определять цели, функции участников, способы взаимодействия; координировать и принимать различные позиции во взаимодействии	хорошее телосложение, желание поддерживать его в рамках принятых норм и представлений посредством занятий физической культурой;		
20	Акробатическая комбинация	Актуализ. знаний и умений	Акробатические упражнения (кувырок вперед, кувырок назад, стойка на лопатках, прыжки с поворотом) и комбинации	Комплекс упражнения тонического стретчинга. Комбинации из ранее освоенных акробатических элементов.	Уметь демонстрировать комплекс акробатических упражнений.	Р: <i>планирование</i> – ориентироваться в разнообразии способов решения задач; <i>коррекция</i> – вносить дополнения и изменения в план действия. П: <i>знаково-символические</i> – использовать знаково-символические средства, в том числе модели и схемы, для решения задач. К: <i>планирование учебного сотрудничества</i> – определять цели, функции участников, способы взаимодействия; координировать и принимать различные позиции во взаимодействии	хорошее телосложение, желание поддерживать его в рамках принятых норм и представлений посредством занятий физической культурой;		
21	Акробатическая комбинация	Контроль коррекция ЗиУ	Гимнастические упражнения и комбинации на спортивных	Упражнения для мышц брюшного пресса на гимнастической скамейке и стенке. Подтягивание из виса (юноши), из виса лежа (девушки).	Уметь демонстрировать упражнения на перекладине.	Р: <i>планирование</i> – ориентироваться в разнообразии способов решения задач; <i>коррекция</i> – вносить дополнения и изменения в план действия. П: <i>знаково-символические</i> –	хорошее телосложение, желание поддерживать его в рамках принятых норм и		

						использовать знаково-символические средства, в том числе модели и схемы, для решения задач. К: <i>планирование учебного сотрудничества</i> – определять цели, функции участников, способы взаимодействия; координировать и принимать различные позиции во взаимодействии	представлений посредством занятий физической культурой;		
22	Ритмическая гимнастика. Прыжки через короткую скакалку (тестирование).	Комбинированный	Упражнения и композиции ритмической гимнастики, танцевальные движения. Комплексы упражнений для развития основных физических качеств	Упражнения и композиции ритмической гимнастики, танцевальные движения. Тестирование развития выносливости и соотношение их с показателями физического развития. Определение прироста этих показателей по учебным четвертям и соотношение их с содержанием и направленностью занятий физической культурой.	Уметь демонстрировать ритмические упражнения. Уметь демонстрировать прыжки через скакалку	Р: <i>планирование</i> – ориентироваться в разнообразии способов решения задач; <i>коррекция</i> – вносить дополнения и изменения в план действия. <i>контроль и самоконтроль</i> – сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона. П: <i>знаково-символические</i> – использовать знаково-символические средства, в том числе модели и схемы, для решения задач. К: <i>планирование учебного сотрудничества</i> – определять цели, функции участников, способы взаимодействия; координировать и принимать различные позиции во взаимодействии	хорошее телосложение, желание поддерживать его в рамках принятых норм и представлений посредством занятий физической культурой; - умение максимально проявлять физические качества при выполнении тестовых упражнений по физической культуре.		
23	Комплексы упражнений для развития гибкости.	Актуализ. знаний и умений	Комплексы упражнений для развития основных физических качеств	Упражнения для развития гибкости, ОРУ,	Уметь составлять комплексы физических упражнений и дозировать их	Р: <i>планирование</i> – ориентироваться в разнообразии способов решения задач; <i>коррекция</i> – вносить дополнения и изменения в план действия. П: <i>знаково-символические</i> – использовать знаково-символические средства, в том числе модели и схемы, для решения задач.	хорошее телосложение, желание поддерживать его в рамках принятых норм и представлений посредством занятий физической		

						К: <i>планирование учебного сотрудничества</i> – определять цели, функции участников, способы взаимодействия; координировать и принимать различные позиции во взаимодействии	культурой;		
24	Прикладные упражнения. Основы туристской подготовки.	Комбинированный	Гимнастическая полоса препятствий, туристические прикладные упражнения	Полоса препятствий, эстафеты, подвижные игры.	Уметь применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.	Р: <i>планирование</i> – ориентироваться в разнообразии способов решения задач; <i>коррекция</i> – вносить дополнения и изменения в план действия. П: <i>знаково-символические</i> – использовать знаково-символические средства, в том числе модели и схемы, для решения задач. К: <i>планирование учебного сотрудничества</i> – определять цели, функции участников, способы взаимодействия; координировать и принимать различные позиции во взаимодействии	проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;		
25	Комплекс упражнений с предметами для формирования правильной осанки	Комбинированный	Комплексы упражнений для профилактики нарушений опорно-двигательного аппарата	Комплексы упражнений для профилактики нарушений опорно-двигательного аппарата с предметами	Уметь составлять комплексы физических упражнений и дозировать их	Р: <i>целеполагание</i> – формулировать и удерживать учебную задачу; <i>планирование</i> – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. П: <i>общеучебные</i> – использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. К: <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью	красивая и правильная осанка, умение ее длительно сохранять при разных формах движений и передвижений;		
26	Комплекс	Комбини	Упражнения на брусьях	Комплекс упражнений на	Описывать технику	Р: <i>планирование</i> –	проявление		

	упражнений на параллельных (м) и разновысоких брусьях (д)	рованный		параллельных (м) и разновысоких брусьях (д) Подводящие упражнения для самостоятельного освоения техники выполнения упражнений, входящих в гимнастическую комбинацию	выполнения упражнений на параллельных брусьях, анализировать правильность их выполнения, находить ошибки и способы их исправления. Демонстрировать технику выполнения упражнений на параллельных брусьях в соответствии с образцом эталонной техники	ориентироваться в разнообразии способов решения задач; <i>коррекция</i> – вносить дополнения и изменения в план действия. П: <i>знаково-символические</i> – использовать знаково-символические средства, в том числе модели и схемы, для решения задач. К: <i>планирование учебного сотрудничества</i> – определять цели, функции участников, способы взаимодействия; координировать и принимать различные позиции во взаимодействии	дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;		
27	Комплекс упражнений на параллельных (м) и разновысоких брусьях (д)	Контроль коррекция ЗиУ	Комплекс упражнений на параллельных (м) и разновысоких брусьях (д)	Комплекс упражнений на параллельных (м) и разновысоких брусьях (д)	Описывать технику выполнения упражнений на параллельных брусьях, анализировать правильность их выполнения, находить ошибки и способы их исправления. Демонстрировать технику выполнения упражнений на параллельных брусьях в соответствии с образцом эталонной техники	Р: <i>планирование</i> – ориентироваться в разнообразии способов решения задач; <i>коррекция</i> – вносить дополнения и изменения в план действия. П: <i>знаково-символические</i> – использовать знаково-символические средства, в том числе модели и схемы, для решения задач. К: <i>планирование учебного сотрудничества</i> – определять цели, функции участников, способы взаимодействия; координировать и принимать различные позиции во взаимодействии	проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;		
28	Контрольное упражнение на гибкость – наклон вперёд из положения сидя. Подъём туловища из положения лёжа (тестирование)	Контроль коррекция ЗиУ	Комплексы упражнений для развития основных физических качеств	Тестирование развития гибкости и силы, соотношение их с показателями физического развития. Определение прироста этих показателей по учебным четвертям и соотношением их с содержанием и направленностью занятий физической культурой.	Уметь демонстрировать контрольное упражнение, определять прирост показателей	Р: <i>контроль и самоконтроль</i> – сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона. П: <i>общеучебные</i> – выбирать наиболее эффективные способы решения задач. К: <i>планирование учебного сотрудничества</i> – задавать	- умение максимально проявлять физические качества при выполнении тестовых упражнений по физической культуре.		

). Подготовка к сдаче норм ГТО					вопросы, обращаться за помощью; определять общую цель и пути ее достижения			
29	Прикладные упражнения.	Комбинированный	Гимнастическая полоса препятствий	Полоса препятствий, эстафеты, подвижные игры.	Уметь применять жизненно важные двигательные навыки и умения различными способами, в различных изменяющихся, вариативных условиях.	Р: <i>планирование</i> – ориентироваться в разнообразии способов решения задач; <i>коррекция</i> – вносить дополнения и изменения в план действия. П: <i>знаково-символические</i> – использовать знаково-символические средства, в том числе модели и схемы, для решения задач. К: <i>планирование учебного сотрудничества</i> – определять цели, функции участников, способы взаимодействия; координировать и принимать различные позиции во взаимодействии	проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;		
30	Самоконтроль. Измерение ЧСС.	Комбинированный	Функциональных возможностей сердечно-сосудистой и дыхательной систем.	Измерение ЧСС, заполнение дневника самонаблюдения, работа с учебником	Уметь характеризовать физическую нагрузку по показателю частоты пульса, регулировать её напряжённость во время занятий по развитию физических качеств;	Р: <i>целеполагание</i> – формулировать и удерживать учебную задачу; <i>планирование</i> – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. П: <i>общеучебные</i> – использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. К: <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью	положительное отношение школьников к занятиям двигательной деятельностью, накопление необходимых знаний, а также в умении использовать ценности физической культуры для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей, достижения личностно значимых результатов в физическом совершенстве.		
31	Знакомство с	Актуализ.	Правила	Инструктаж по ТБ. Подбор	бережно обращаться с	Р.: применять правила	умение		

	нормативами и требованиями по лыжной подготовке. Техника безопасности, подбор лыжного инвентаря.	знаний и умений	поведения и техники безопасности при выполнении физических упражнений.	лыжного инвентаря.	инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;	подбора одежды для занятий по лыжной подготовке. П.: давать оценку погодным условиям и подготовке к уроку на свежем воздухе. К.: осуществлять взаимный контроль и оказывать в сотрудничестве необходимую взаимопомощь.	содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование, спортивную одежду, осуществлять их подготовку к занятиям и спортивным соревнованиям; - соблюдать технику безопасности на уроке, в школе, вне школы;		
32	Попеременный двухшажный ход.	Актуализ. знаний и умений	Основные способы передвижения на лыжах	Скользкий шаг. Изучение попеременного двухшажного хода. Прохождение дистанции 1 км.	Уметь правильно передвигаться на лыжах. Оказывать помощь при обморожении	Р.: использовать передвижение на лыжах в организации активного отдыха. П.: моделировать способы передвижения на лыжах в зависимости от особенностей лыжной трассы. К.: Соблюдать правила безопасности.	проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; оказание бескорыстной помощи своим сверстникам		
33	Одновременный одношажный ход.	Комбинированный	Основные способы передвижения на лыжах	Скользкий шаг. Изучение одновременно одношажного хода. Прохождение дистанции 1 км.	Уметь правильно передвигаться на лыжах. Оказывать помощь при обморожении	Р.: использовать передвижение на лыжах в организации активного отдыха. П.: моделировать способы передвижения на лыжах в зависимости от особенностей лыжной трассы. К.: Соблюдать правила безопасности.	проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; оказание бескорыстной помощи своим сверстникам		
34	Переход с попеременного хода на одновременный.	Комбинированный	Основные способы передвижения на лыжах	Освоение перехода с попеременного хода на одновременный. Эстафеты на лыжах	Уметь правильно передвигаться на лыжах. Оказывать помощь при обморожении	Р.: использовать передвижение на лыжах в организации активного отдыха. П.: моделировать способы передвижения на лыжах в	проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении		

						зависимости от особенностей лыжной трассы. К.: Соблюдать правила безопасности.	поставленных целей; оказание бескорыстной помощи своим сверстникам		
35	Обучение поворотам махом на месте через лыжу вперёд и через лыжу назад	Изучение и первичное закрепление	Техника выполнения спусков, подъемов, поворотов, торможений.	Обучение поворотам махом на месте через лыжу вперёд и через лыжу назад. Прохождение дистанции 1 км.	Уметь правильно передвигаться на лыжах. Оказывать помощь при обморожении	Р.: использовать передвижение на лыжах в организации активного отдыха. П.: моделировать способы передвижения на лыжах в зависимости от особенностей лыжной трассы. К.: Соблюдать правила безопасности.	проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; оказание бескорыстной помощи своим сверстникам		
36	Преодоление подъёмов способами «полуёлочкой», «ёлочкой» и «лесенкой».	Обобщение и систематизация знаний	Техника выполнения спусков, подъемов, поворотов, торможений.	Преодоление подъёмов способами «полуёлочкой», «ёлочкой» и «лесенкой». Подвижные игры на лыжах.	Уметь правильно передвигаться на лыжах. Оказывать помощь при обморожении	Р.: использовать передвижение на лыжах в организации активного отдыха. П.: моделировать способы передвижения на лыжах в зависимости от особенностей лыжной трассы. К.: Соблюдать правила безопасности.	проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; оказание бескорыстной помощи своим сверстникам		
37	Прохождение дистанции 2000м.	Комплексное применение ЗиУ	Основные способы передвижения на лыжах	Прохождение дистанции 2 км.	Уметь правильно передвигаться на лыжах	Р.: использовать передвижение на лыжах в организации активного отдыха. П.: моделировать способы передвижения на лыжах в зависимости от особенностей лыжной трассы. К.: Соблюдать правила безопасности.	проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; оказание бескорыстной помощи своим сверстникам		
38	Преодоление спусков в основной стойке, торможения «плугом»	Актуализация знаний и умений	Техника выполнения спусков, подъемов, поворотов, торможений.	Преодоление спусков в основной стойке, торможения «плугом». Подвижные игры на лыжах.	Уметь правильно передвигаться на лыжах	Р.: использовать передвижение на лыжах в организации активного отдыха. П.: моделировать способы передвижения на лыжах в зависимости от особенностей лыжной трассы.	проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; оказание		

						К.: Соблюдать правила безопасности.	бескорыстной помощи своим сверстникам		
39	Упражнения на развитие выносливости	Актуализ. знаний и умений	Комплексы упражнений для развития основных физических качеств	Прохождение дистанции 2 км.	Уметь составлять комплексы физических упражнений и дозировать их	Р.: использовать передвижение на лыжах в организации активного отдыха. П.: моделировать способы передвижения на лыжах в зависимости от особенностей лыжной трассы. К.: Соблюдать правила безопасности.	проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; оказание бескорыстной помощи своим сверстникам		
40	Контрольное прохождение дистанции 1000м. Подготовка к сдаче норм ГТО	Контроль коррекция ЗиУ	Основные способы передвижения на лыжах	Тестирование развития выносливости и соотношение их с показателями физического развития. Определение прироста этих показателей по учебным четвертям и соотношение их с содержанием и направленностью занятий физической культурой.	Уметь демонстрировать контрольное упражнение, определять прирост показателей	Р.: использовать передвижение на лыжах в организации активного отдыха. П.: моделировать способы передвижения на лыжах в зависимости от особенностей лыжной трассы. К.: Соблюдать правила безопасности.	- умение максимально проявлять физические качества при выполнении тестовых упражнений по физической культуре.		
41	Подвижные игры на лыжах.	Актуализ. знаний и умений	Упражнения культурно-этнической направленности: сюжетно-образные и обрядовые игры	ОРУ. Разучивание подвижных игр	организовывать и проводить со сверстниками подвижные игры на лыжах и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;	Р: <i>планирование</i> – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. П: <i>общеучебные</i> – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. К: <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач	оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов.		
42	Развитие выносливости Преодоление препятствий на лыжах	Комбинированный	Бег на лыжах. Упражнения прикладного характера	Техника преодоления препятствий на лыжах	Уметь демонстрировать физические кондиции	Р: <i>планирование</i> – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. П: <i>общеучебные</i> – самостоятельно выделять и	- умение максимально проявлять физические качества при выполнении		

						формулировать познавательную цель. К: <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач	тестовых упражнений по физической культуре.		
43	Техника безопасности на занятиях спортивными играми. Стойка баскетболиста . Упражнения без мяча.	Актуализ. знаний и умений	Правила поведения и техники безопасности при выполнении физических упражнений.	Техника безопасности на занятиях спортивными играми. Стойка баскетболиста. Упражнения без мяча.	бережно обращаться с инвентарём и оборудованием, соблюдать требования техники безопасности к местам проведения;	Р.: использовать игровые действия баскетбола для развития физических качеств. П.: моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий. К.: соблюдать правила безопасности.	умение содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование, спортивную одежду, осуществлять их подготовку к занятиям и спортивным соревнованиям; - соблюдать технику безопасности на уроке, в школе, вне школы;		
44	Технические приёмы в баскетболе (передачи, ведения, броски)	Комбинированный	Подводящие упражнения для самостоятельного освоения техники броска мяча в корзину двумя руками в прыжке. Подводящие упражнения для самостоятельного освоения техники поворотов на месте без мяча и с мячом. Подготовительные упражнения для укрепления суставов ног. Подводящие упражнения для	.	Уметь выполнять различные варианты передачи, ловли и бросков мяча	Р.: использовать игровые действия баскетбола для развития физических качеств. П.: моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий. К.: соблюдать правила безопасности.	активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания		

			самостоятельного освоения техники броска мяча в корзину одной рукой в прыжке.						
45	Комплексы упражнений для развития координационных движений.	Комбинированный	Комплексы упражнений для развития основных физических качеств	Сочетание приемов: ловля мяча двумя руками на месте – ведение с переводом мяча за спиной на месте – ведение с переводом мяча за спиной на месте – передача; Ловля мяча двумя руками на месте – бросок одной или двумя руками с места; Ловля мяча – ведение – бросок в два шага в корзину.	Уметь составлять комплексы физических упражнений и дозировать их	Р.: использовать игровые действия баскетбола для развития физических качеств. П.: моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий. К.: соблюдать правила безопасности.	активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания		
46	Технические приёмы в баскетболе (передачи, ведения, броски)	Актуализ. знаний и умений	Подводящие упражнения для самостоятельного освоения техники броска мяча в корзину двумя руками в прыжке. Подводящие упражнения для самостоятельного освоения техники поворотов на месте без мяча и с мячом. Подготовительные упражнения для укрепления суставов ног. Подводящие упражнения для самостоятельного освоения техники броска мяча в корзину одной рукой в прыжке.	ОРУ с мячом. Ведения мяча. Ловля и передача мяча. Сочетание приемов: ловля мяча двумя руками на месте – ведение с переводом мяча за спиной на месте – передача; Ловля мяча двумя руками на месте – бросок одной или двумя руками с места; Ловля мяча – ведение – бросок в два шага в корзину. Учебная игра.	Уметь выполнять ведение мяча	Р.: использовать игровые действия баскетбола для развития физических качеств. П.: моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий. К.: соблюдать правила безопасности.	активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания		
47	Бросок мяча в корзину двумя руками	Комбинированный	Технические приемы и тактические действия в баскетболе	ОРУ с мячом. Ведения мяча. Ловля и передача мяча. Сочетание приемов:	Уметь выполнять броски мяча. Уметь	Р.: использовать игровые действия баскетбола для развития физических качеств.	активно включаться в общение и		

	от груди. Бросок набивного мяча весом 1кг. из-за головы			ловля мяча двумя руками на месте – ведение с переводом мяча за спиной на месте – передача; Ловля мяча двумя руками на месте – бросок одной или двумя руками с места; Ловля мяча – ведение – бросок в два шага в корзину. Учебная игра. Тестирование развития силы рук и соотношение их с показателями физического развития. Определение прироста этих показателей по учебным четвертям и соотношением их с содержанием и направленностью занятий физической культурой.	демонстрировать контрольное упражнение, определять прирост показателей	<i>контроль и самоконтроль</i> – сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона. П.: <i>общеучебные</i> – выбирать наиболее эффективные способы решения задач. моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий. К.: соблюдать правила безопасности.	взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания умение максимально проявлять физические качества при выполнении тестовых упражнений по физической культуре.		
48	Учебная игра в баскетбол по правилам.	Комплекс применен ЗиУ	Нормы этического общения и коллективного взаимодействия в игровой и соревновательной деятельности	Укрепление мышц рук, верхнего плечевого пояса и спины. Развитие координационных способностей и специальной выносливости.	Уметь выполнять технические действия в баскетболе и применять их в игровой и соревновательной деятельности;	Р.: уважительно относиться к сопернику и управлять своими эмоциями. П.: моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игры деятельности. К.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технического действий баскетбола	активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания		
49	Стойка волейболиста. Упражнения без мяча.	Актуализ. знаний и умений	Технические приемы и тактические действия в волейболе	Обучение технике прыжков, стоек, поворотов, подходу к мячу. Укрепление мышц рук и верхнего плечевого пояса Развитие координационных способностей при изучении стоек, перемещений, остановок, поворотов.	Уметь демонстрировать стойку волейболиста	Р.: использовать игру волейбол в организации активного отдыха. П.: моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий. К.: соблюдать правила безопасности.	активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи		

							и сопереживания		
50	Приём и передача мяча снизу и сверху. Передача мяча из зоны в зону.	Комбинированный	Технические приемы и тактические действия в волейболе	Ознакомление с техникой верхней передачи мяча и обучение стойке. Укрепление мышц рук и верхнего плечевого пояса. Развитие координационных способностей при выполнении верхней передачи мяча.	Уметь демонстрировать технику приема и передачи мяча.	Р.: использовать игру волейбол в организации активного отдыха. П.: моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий. К.: соблюдать правила безопасности.	активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания		
51	Прямая нижняя и верхняя передача мяча через сетку.	Комбинированный	Технические приемы и тактические действия в волейболе	Ознакомление с техникой верхней передачи мяча и обучение стойке. Передача мяча из зоны в зону. Укрепление мышц рук и верхнего плечевого пояса. Развитие координационных способностей при выполнении верхней передачи мяча.	Уметь демонстрировать технику приема и передачи мяча.	Р.: использовать игру волейбол в организации активного отдыха. П.: моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий. К.: соблюдать правила безопасности.	активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания		
52	Тактические действия игроков.	Комплекс применен ЗиУ	Технические приемы и тактические действия в волейболе	Тактические действия игроков. Развитие координационных способностей и специальной выносливости, учебная игра «Пионербол» с элементами волейбола	Уметь демонстрировать тактику приема и передачи мяча.	Р.: уважительно относиться к сопернику и управлять своими эмоциями. П.: моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игры деятельности. К.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технических действий волейбола.	активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания		
53	Учебная игра в волейбол по правилам.	Комплекс применен ЗиУ	Нормы этического общения и коллективного взаимодействия в	Укрепление мышц рук, верхнего плечевого пояса и спины. Развитие координационных	Уметь выполнять технические действия в волейболе и применять их в	Р.: уважительно относиться к сопернику и управлять своими эмоциями. П.: моделировать технику	активно включаться в общение и взаимодействие		

			игровой и соревновательной деятельности	способностей и специальной выносливости, учебная игра «Пионербол» с элементами волейбола	игровой и соревновательной деятельности;	игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игрой деятельности. К.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технический действий волейбола.	со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания		
54	Учебная игра в волейбол по правилам.	Комплекс . применен ЗиУ	Нормы этического общения и коллективного взаимодействия в игровой и соревновательной деятельности	Укрепление мышц рук, верхнего плечевого пояса и спины. Развитие координационных способностей и специальной выносливости, учебная игра «Пионербол» с элементами волейбола	Уметь выполнять технические действия в волейболе и применять их в игровой и соревновательной деятельности;	Р.: уважительно относиться к сопернику и управлять своими эмоциями. П.: моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игрой деятельности. К.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технический действий волейбола.	активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания		
55	Эстафеты с мячами	Комплекс . применен ЗиУ	Сюжетно-образные (подвижные) игры	Эстафеты с мячами	Уметь выполнять технические действия в волейболе и применять их в игровой и соревновательной деятельности;	Р.: уважительно относиться к партнеру. П.: моделировать технику игровых действий и приемов. К.: взаимодействовать со сверстниками в процессе игры	находить адекватные способы поведения и взаимодействия с партнерами во время учебной и игровой деятельности.		
56	Футбол. Упражнения без мяча и с мячом.	Актуализ. знаний и умений	Технические приемы и тактические действия в футболе	Изучение и отработка технических приемов в футболе	Уметь демонстрировать технические действия в футболе	Р.: уважительно относиться к сопернику и управлять своими эмоциями. П.: моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игрой деятельности. К.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технический действий в	активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и сопереживания		

						футболе			
57	Тактические действия: взаимодействие игроков в нападении и защите.	Комбинированный	Технические приемы и тактические действия в футболе	Изучение и отработка тактических действий в футболе	Уметь демонстрировать технические и тактические действия в футболе	Р.: уважительно относиться к сопернику и управлять своими эмоциями. П.: моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игрой деятельности. К.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техникой действий в футболе	активно включаться в общение и взаимодействие со сверстниками на принципах уважения и доброжелательности, взаимопомощи и соперничества		
58	Игра в мини-футбол по правилам	Комплекс применен ЗиУ	Нормы этического общения и коллективного взаимодействия в игровой и соревновательной деятельности.	Игра в мини-футбол по правилам	Уметь выполнять технические действия в футболе и применять их в игровой и соревновательной деятельности;	Р.: уважительно относиться к сопернику и управлять своими эмоциями. П.: моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игрой деятельности. К.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технических действий в футболе	проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях;		
59	Челночный бег 3Х10 (тестирование) Подготовка к сдаче норм ГТО	Контроль коррекция ЗиУ	Комплексы упражнений для развития основных физических качеств	Тестирование развития ловкости и соотношение их с показателями физического развития. Определение прироста этих показателей по учебным четвертям и соотношение их с содержанием и направленностью занятий физической культурой.	Уметь демонстрировать контрольное упражнение, определять прирост показателей	Р: <i>контроль и самоконтроль</i> – сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона. П: <i>общеучебные</i> – выбирать наиболее эффективные способы решения задач. К: <i>планирование учебного сотрудничества</i> – задавать вопросы, обращаться за помощью; определять общую цель и пути ее достижения	умение максимально проявлять физические качества при выполнении тестовых упражнений по физической культуре.		
60	Основные способы плавания:	Изучение и первично	Основные способы плавания: кроль на груди и спине, брасс.	Работа с учебником, просмотр видео,	Характеризовать плавание как вид спорта, иметь	Р: <i>целеполагание</i> – формулировать и удерживать учебную задачу; <i>планирование</i>	положительное отношение школьников к		

	кроль на груди и спине, брасс.	е закрепление			представление о способах плавания: кроль, брасс	– выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. П: <i>общеучебные</i> – использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. К: <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью	занятиям двигательной деятельностью, накопление необходимых знаний, а также в умении использовать ценности физической культуры для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей, достижения личностно значимых результатов в физическом совершенстве.		
61	Техникой метания малого мяча на дальность с разбега Подготовка к сдаче норм ГТО	Изучение и первичное закрепление	Метание малого мяча.	ОРУ для рук и плечевого пояса в ходьбе. Метание теннисного мяча с 4 – 5 шагов разбега на дальность. Метание в горизонтальную и вертикальную цели (1x1) с расстояния 6 – 8 м.	Уметь демонстрировать отведение руки для замаха.	Р: <i>целеполагание</i> – формулировать и удерживать учебную задачу; <i>планирование</i> – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. П: <i>общеучебные</i> – использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. К: <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью	проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов.		
62	Совершенствование техники метания мяча	Актуализация знаний и умений	Метание малого мяча.	Прыжковые упражнения, выполняемые сериями (с ноги на ногу, толкаясь вверх; то же но через набивные мячи,	Уметь демонстрировать технику в целом	Р: <i>целеполагание</i> – формулировать и удерживать учебную задачу; <i>планирование</i> – выбирать действия в соответствии с поставленной	проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в		

				расставленные низкие барьеры; то же, но на скамью высотой 20 -40 см). Метание теннисного мяча с 4 – 5 шагов разбега на дальность.		задачей и условиями ее реализации. П: <i>общеучебные</i> – использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. К: <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью	достижении поставленных целей; оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов.		
63	Обучение прыжкам в длину с разбега способом «прогнувшись»	Изучение и первичное закрепление	Прыжки в длину и высоту с разбега	Прыжок через 2 или 4 шага (серийное выполнение отталкивания); повторное подпрыгивание и прыжки на одной ноге, делая активный мах другой; Прыжки с места и с разбега – доставать подвешенные предметы, ветки рукой, головой. Игры с прыжками.	Уметь демонстрировать технику прыжка в длину	Р: <i>целеполагание</i> – формулировать и удерживать учебную задачу; <i>планирование</i> – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. П: <i>общеучебные</i> – использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. К: <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью	проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; оказание бескорыстной помощи своим сверстникам, нахождение с ними общего языка и общих интересов.		
64	Совершенствование прыжков в длину с разбега способом «прогнувшись»	Актуализация знаний и умений	Прыжки в длину и высоту с разбега	Специальные беговые упражнения. Прыжок через 2 или 4 шага (серийное выполнение отталкивания). Прыжок через препятствие (с 5 -7 беговых шагов), установленное у места приземления, с целью отработки движения ног вперед.	Уметь демонстрировать технику прыжка в длину	Р: <i>целеполагание</i> – формулировать и удерживать учебную задачу; <i>планирование</i> – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. П: <i>общеучебные</i> – использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко	проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей; оказание бескорыстной помощи своим сверстникам,		

						характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. К: <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью	нахождение с ними общего языка и общих интересов.		
65	Контрольный тест на выносливость Подготовка к сдаче норм ГТО	Контроль коррекция ЗиУ	Комплексы упражнений для развития основных физических качеств	Тестирование развития выносливости и соотношение их с показателями физического развития. Определение прироста этих показателей по учебным четвертям и соотношение их с содержанием и направленностью занятий физической культурой.	Уметь демонстрировать контрольное упражнение, определять прирост показателей	Р: <i>контроль и самоконтроль</i> – сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона. П: <i>общеучебные</i> – выбирать наиболее эффективные способы решения задач. К: <i>планирование учебного сотрудничества</i> – задавать вопросы, обращаться за помощью; определять общую цель и пути ее достижения	проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;		
66	Упражнения на развитие быстроты. Бег 60м Подготовка к сдаче норм ГТО	Обобщение и систематизация знаний	Комплексы упражнений для развития основных физических качеств	Специальные беговые упражнения. Бег на месте с высоким подниманием бедра и опорой руками о стенку. Выполнять в среднем темпе сериями по 10 – 20 сек. Бег от 200 до 1000 м.	Уметь демонстрировать финальное усилие в беге.	Р.: включать беговые упражнения в различные формы занятий физической культурой. П.: применять беговые упражнения для развития физических качеств. К.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения беговых упражнений.	проявление положительных качеств личности и управление своими эмоциями в различных (нестандартных) ситуациях и условиях; проявление дисциплинированности, трудолюбие и упорство в достижении поставленных целей;		
67	Подвижные игры. Национальные	Комплекс применен	Упражнения культурно-этнической направленности:	Разучивание подвижных игр	организовывать и проводить со сверстниками	Р.: уважительно относиться к партнеру. П.: моделировать технику	находить адекватные способы		

	е виды спорта: русская лапта	ЗиУ	сюжетно-образные и обрядовые игры		подвижные игры и элементы соревнований, осуществлять их объективное судейство;	игровых действий и приемов. К.: взаимодействовать со сверстниками в процессе игры	поведения и взаимодействия с партнерами во время учебной и игровой деятельности.		
68	Техническая подготовка. Техника движения и её основные показатели	Изучение и первичное закрепление		Работа с учебником и тетрадь, просмотр видео	<p>Раскрывать понятие «двигательные действия».</p> <p>Характеризовать техническую подготовку как целенаправленный процесс обучения двигательным действиям.</p> <p>Следовать правилам «от простого к сложному» и «от освоенного к неосвоенному».</p> <p>Приводить примеры подводящих упражнений.</p> <p>Выявлять общность и различия двигательного умения и двигательного навыка, приводить примеры</p>	<p>Р: <i>целеполагание</i> – формулировать и удерживать учебную задачу; <i>планирование</i> – выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации.</p> <p>П: <i>общеучебные</i> – использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми.</p> <p>К: <i>инициативное сотрудничество</i> – ставить вопросы, обращаться за помощью</p>	<p>положительное отношение школьников к занятиям двигательной деятельностью, накопление необходимых знаний, а также в умении использовать ценности физической культуры для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей, достижения личностно значимых результатов в физическом совершенстве.</p>		

Итого: 68 уроков

4. Ресурсное обеспечение рабочей программы

Конкретное количество указанных средств и объектов материально-технического обеспечения учитывает средний расчет наполняемости класса (26-30 учащихся). Для отражения количественных показателей в требованиях используется следующая система символических обозначений:

- Д – демонстрационный экземпляр (1 экз., кроме специально оговоренных случаев);
- К – полный комплект (из расчета на каждого учащегося, исходя из реальной наполняемости класса);
- Г – комплект, необходимый для практической работы в группах, насчитывающих по несколько учащихся.

№	Наименование объектов и средств материально-технического обеспечения	Необходимое кол-во	Наличие	Сроки обновления	Примечание
1.	БИБЛИОТЕЧНЫЙ ФОНД (КНИГОПЕЧАТНАЯ ПРОДУКЦИЯ)				
1.1.	ФГОС ООО (с изменениями от 31.12.2015)	Д	имеется	По мере принятия изменений	Обновляемый электронный ресурс
1.2.	Примерная основная образовательная программа (от 08.04.2015)	Д	имеется	По мере принятия изменений	Обновляемый электронный ресурс
1.3.	Авторские учебные программы ООО по физической культуре	Д	имеется		Обновляемый электронный ресурс
1.4.	Примерная программа по физической культуре основного общего образования по физической культуре	Д	имеется		Обновляемый электронный ресурс
1.5.	Авторские рабочие программы по физической культуре	Д	имеется		Обновляемый электронный ресурс
1.6.	Учебник по физической культуре	К	имеется	По плану	В библиотечный фонд входят комплекты учебников, рекомендуемых или допущенных Министерством образования и науки Российской Федерации
1.7.	Дидактические материалы по основам разделам и темам учебного предмета «Физическая культура»	Г	имеется		Комплекты разно уровневых тематических заданий, дидактических карточек.
1.8.	Научно-популярная и художественная литература по физической культуре, спорту, Олимпийскому движению	Д	имеется		В составе библиотечного фонда
1.9.	Методические издания по физической культуре для учителей	Д	имеется		Методические пособия и рекомендации Ж. «Физическая культура в школе»
2.	ПЕЧАТНЫЕ ПОСОБИЯ				

2.1.	Таблицы по стандартам физического развития и физической подготовленности	Д	Имеется		ЦОР
2.2.	Плакаты методические	Д	Имеется		Комплекты плакатов по методике обучения двигательным действиям, гимнастическим комплексам, общеразвивающим и корригирующим упражнениям
2.3.	Портреты выдающихся спортсменов, деятелей физической культуры спорта и Олимпийского движения	Д	Имеется	1 раз в 4 года	Обновляемый электронный ресурс
2.4.	ЭКРАННО-ЗВУКОВЫЕ ПОСОБИЯ				
2.5.	Видеофильмы по основным разделам и темам учебного предмета «Физическая культура»	Д	имеется		
2.6.	Аудиозаписи	Д	имеется		Для проведения гимнастических комплексов, обучения танцевальным движениям; проведения спортивных соревнований и физкультурных праздников
3.	ТЕХНИЧЕСКИЕ СРЕДСТВА ОБУЧЕНИЯ				
3.1.	Телевизор с универсальной подставкой	Д	имеется		Телевизор не менее 72 см по диагонали Входит в материально-техническое обеспечение образовательного учреждения
3.2.	Видеомагнитофон с комплектом видеокассет	Д	имеется		
3.3.	Аудио-центр с системой озвучивания спортивных залов и площадок	Д	имеется		Аудио-центр с возможностью использования аудио-дисков, CD R, CD RW, MP3, а также магнитных записей
3.4.	Радиомикрофон (петличный)	Д	имеется		Входит в материально-техническое обеспечение образовательного учреждения (расположение: актовый зал)
3.5.	Мегафон	Д	имеется	2016	

3.6.	Мультимедийный компьютер	Д	имеется		Тех. требования: графическая операционная система, привод для чтения-записи компакт дисков, аудио-видео входы/выходы, возможность выхода в ИнтернетС пакетом прикладных программ (текстовых, табличных, графических и презентационных).
3.7.	Принтер лазерный	Д	имеется		
3.8.	Сканер	Д	имеется		Входит в материально-техническое обеспечение образовательного учреждения (расположение: учительская, канцелярия)
3.9.	Копировальный аппарат	Д	имеется		
3.10.	Цифровая видеокамера	Д	имеется		Входит в материально-техническое обеспечение образовательного учреждения
3.11.	Цифровая фотокамера	Д	имеется		
3.12.	Мультимедиапроектор	Д	имеется		
3.13.	Интерактивная доска	Д	нет		
4.	УЧЕБНО-ПРАКТИЧЕСКОЕ ОБОРУДОВАНИЕ				
	Гимнастика				
4.1.	Стенка гимнастическая	Г	имеется		
4.2.	Бревно гимнастическое напольное	Г	имеется		
4.3.	Бревно гимнастическое высокое	Г	имеется	2018	
4.4.	Козел гимнастический	Г	имеется		
4.5.	Конь гимнастический	Г	имеется		
4.6.	Перекладина гимнастическая	Г	имеется	2017	
4.7.	Брусья гимнастические, разновысокие	Г	имеется	2019	
4.8.	Брусья гимнастические, параллельные	Г	имеется	2017	
4.9.	Кольца гимнастические, с механизмом крепления	Г	имеется	2018	
4.10.	Канат для лазания, с механизмом крепления	Г	имеется		
4.11.	Мост гимнастический подкидной	Г	имеется		
4.12.	Скамейка гимнастическая жесткая	Г	имеется		
4.13.	Скамейка гимнастическая мягкая	Г	имеется	2017	
4.14.	Комплект навесного оборудования	Г	имеется	2018	В комплект входят: перекладина, брусья, мишени для метания

4.15.	Контейнер с набором т/а гантелей	Г	имеется	2019	Отсутствует тренажерный зал
4.16.	Скамья атлетическая, вертикальная	Г	имеется	2017	
4.17.	Скамья атлетическая, наклонная	Г	имеется	2017	
4.18.	Стойка для штанги	Д	имеется		
4.19.	Штанги тренировочные	Г	имеется		
4.20.	Гантели наборные	Г	имеется		
4.21.	Вибрационный тренажер М.Ф.Агашина	Г		2019	
4.22.	Коврик гимнастический	К	имеется	2016	
4.23.	Станок хореографический	Г	нет	2018	
4.24.	Акробатическая дорожка	Г	нет	2019	
4.25.	Маты гимнастические	Г	имеется		
4.26.	Мяч набивной (1 кг, 2кг, 3 кг)	Г		2016	
4.27.	Мяч малый (теннисный)	К	имеется		
4.28.	Скакалка гимнастическая	К	имеется	2016	
4.29.	Мяч малый (мягкий)	К	имеется		
4.30.	Палка гимнастическая	К	имеется		
4.31.	Обруч гимнастический	К	имеется	2016	
4.32.	Коврики массажные	Г	нет	2016	
4.33.	Секундомер настенный с защитной сеткой	Д	нет	2016	
4.34.	Пылесос	Д	нет		Для влажной уборки зала и спортивного инвентаря Входит в материально-техническое обеспечение образовательного учреждения
4.35.	Сетка для переноса малых мячей	Д	имеется	2016	
	Легкая атлетика				
4.36.	Планка для прыжков в высоту	Д	имеется		
4.37.	Стойки для прыжков в высоту	Д	имеется		
4.38.	Флажки разметочные на опоре	Г	нет	2016	
4.39.	Лента финишная	Д	имеется	2016	
4.40.	Дорожка разметочная для прыжков в длину с места	Г	имеется	2017	
4.41.	Рулетка измерительная (10м; 50м)	Д	имеется	2016	Имеется 3 м,5 метровые

4.42.	Номера нагрудные	Г	имеется		
	Лыжи				
4.43.	Лыжный комплекты	К	имеется	2016	Обновить и дополнить
	Спортивные игры				
4.44.	Комплект щитов баскетбольных с кольцами и сеткой	Д	имеется		
4.45.	Щиты баскетбольные навесные с кольцами и сеткой	Г	имеется		
4.46.	Мячи баскетбольные	Г	имеется	2016	
4.47.	Сетка для переноса и хранения б/ мячей	Д	имеется	2017	
4.48.	Жилетки игровые с номерами	Г	имеется		
4.49.	Стойки волейбольные универсальные	Д	имеется		
4.50.	Сетка волейбольная	Д	имеется		
4.51.	Мячи волейбольные	К/Г	имеется	2016	
4.52.	Сетка для переноски и хранения в/мячей	Д	имеется	2016	
4.53.	Табло перекидное	Д	имеется		
4.54.	Жилетки игровые с номерами	Г	имеется		
4.55.	Ворота для мини-футбола	Д			
4.56.	Сетка для ворот мини-футбола	Д			
4.57.	Мячи футбольные	Г	имеется	2016	
4.58.	Номера нагрудные	Г	имеется		
4.59.	Компрессор для накачивания мячей	Д	имеется	2016	
	Туризм				
4.60.	Палатки туристские (двухместные)	Г	имеется		
4.61.	Рюкзаки туристские	Г	имеется	2017	
4.62.	Комплект туристский бивуачный	Д	имеется	2017	
	Измерительные приборы				
4.63.	Пульсометр	Г		2016	
4.64.	Шагомер электронный	Г		2016	
4.65.	Комплект динамометров ручных	Д		2016	
4.66.	Динамометр становой	Д		2016	

4.67.	Ступенька универсальная (для степ-теста)	Г	имеется		
4.68.	Тонометр автоматический	Д	имеется		Входит в материально-техническое обеспечение образовательного учреждения (мед.кабинет)
4.69.	Весы медицинские с ростомером	Д	имеется		
	Средства до врачебной помощи		имеется		
4.70.	Аптечка медицинская	Д	имеется	ежегодно	
	Дополнительный инвентарь				
4.71.	Доска аудиторная с магнитной поверхностью	Д	имеется		Входит в материально-техническое обеспечение образовательного учреждения
4.72.	СПОРТИВНЫЕ ЗАЛЫ				
4.73.	Спортивный зал игровой		имеется		С раздевалками для мальчиков и девочек (шкафчики, мягкие гимнастические скамейки, коврики), душевыми для мальчиков и девочек, туалетами для мальчиков и девочек.
4.74.	Спортивный зал гимнастический		имеется		С раздевалками для мальчиков и девочек (шкафчики, мягкие гимнастические скамейки, коврики), душевыми для мальчиков и девочек, туалетами для мальчиков и девочек.
4.75.	Зоны рекреации		имеется		Для проведения динамических пауз (перемен)
4.76.	Кабинет учителя		имеется		Включает в себя: рабочий стол, стулья, сейф, шкафы книжные (полки), шкаф для одежды
4.77.	Подсобное помещение для хранения инвентаря и оборудования		имеется		Включает в себя: стеллажи, контейнеры
4.78.	ПРИШКОЛЬНЫЙ СТАДИОН (ПЛОЩАДКА)				
4.79.	Легкоатлетическая дорожка	Д	имеется		
4.80.	Сектор для прыжков в длину	Д	имеется		
4.81.	Сектор для прыжков в высоту	Д	имеется		
4.82.	Игровое поле для футбола (мини-футбола)	Д	имеется		
4.83.	Площадка игровая баскетбольная	Д	имеется		
4.84.	Площадка игровая волейбольная	Д	имеется		

№	Наименование объектов и средств материально-технического обеспечения	Необходимое кол-во	Наличие	Сроки обновления	Примечания
4.85.	Гимнастический городок	Д	нет		
4.86.	Полоса препятствий	Д	нет		
4.87.	Льжная трасса	Д	имеется		
					Прокладывается ежегодно на прилегающей территории , включающей небольшие отлогие склоны

