

ПРИНЯТО
на педагогическом совете
Протокол от «01» 09 2023 № 1



УТВЕРЖДАЮ:
Главный врач СПб ГБУЗ
«Детский санаторий «Солнечное»
Н.В. Андриянычева

Приказ от «01» 09 2023 № 144

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

(ID 1727892)

учебного предмета
«Физическая культура»
для обучающихся 6 класса
на 2023-2024 учебный год

Составители программы:

Учитель Львова Ирина
Юрьевна

Санкт-Петербург
2023

Санкт-Петербург
2023

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа по физической культуре представляет собой методически оформленную конкретизацию требований ФГОС ООО, раскрывающую их реализацию через конкретное предметное содержание.

При создании программ по физическому рассмотрению современные российские общества развиваются в физически строгом и дееспособном подрастающем поколении, способном активно включаться в разнообразные формы здорового образа жизни, культурной жизни, умея использовать ценности физической культуры для самоопределения, саморазвития и самоактуализации.

В своей социально-ценностной ориентации программа по физической культуре направлена на обеспечение подготовки обучающихся к предстоящей жизнедеятельности, повышение их здоровья, повышение адаптивности и адаптации возможностей систем организма, обеспечение развития важных физических качеств. Программа по физической культуре обеспечивает преемственность с федеральными программами начального общего и среднего общего образования.

Основной целью программы по физическому развитию является обеспечение разносторонне физически развитой личности, способной активной культурной ценности физической культуры для развития и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха. В программе по физической активности активная цель конкретизируется и связывается со способами устойчивых мотивов и призывом обучающихся к бережному отношению к своему здоровью, целостному развитию физических, лечебных и моральных качеств, творческому использованию методов физической культуры в организации здорового образа жизни, регулярных занятий двигательной активностью и спортом. .

Развивающаяся направленность программ по физической культуре Определен вектор развития физических и эффективных возможностей организма, что обеспечивает их здоровье, надежность и эффективность адаптивных процессов. Существенным достижением данного направления является приобретение обучающимися знаний и умений в самостоятельных формах занятий оздоровительной, спортивной и прикладно-ориентированной физической культурой, возможностей познания своих физических способностей и их целенаправленного развития.

Воспитывающее значение программы по физической культуре заключается в содействии активной социализации обучающихся на основе осмысления и понимания роли и значения международного и российского олимпийского движения, приобщения к их культурным ценностям, истории и современному развитию.

В практическом измерении результатов данные направления включают в себя поддержку навыков и умений в общении и усилении со сверстниками и учителями физической культуры, организацию учебной и консультативной деятельности.

Центральной идеей разработки содержания и результатов обучения по физической культуре на уровне базового общего образования является воспитание целостной личности обучающихся, обеспечение единства в развитии их физической, психической и социальной природы. Реализация этой идеи становится возможной на основе содержания учебного предмета, который выглядит как двигательная оболочка с ее базовыми компонентами:

информационными (знания о физической культуре), операционными (способы самостоятельной деятельности) и мотивационно-процессуальными (физическое совершенствование).

В целях усиления информационной основы «Физической культуры», придания ей личностно-предметного мотивационного смысла, содержание программы по физической культуре представляется структурными модулями, которые входят в состав структурных компонентов раздела «Физическое совершенствование».

Инвариантные модули включают в себя содержание базовых видов спорта: гимнастика, легкая атлетика, зимние виды спорта (на примере лыжной подготовки), спортивные игры, плавание. Инвариантные модули в своем содержании ориентируются на всестороннюю физическую подготовленность обучающихся, освоение принципов технических явлений и физических упражнений, содействующих обогащению двигательного опыта.

Вариативные модули объединения модулем «Спорт», содержание которых разрабатывает образовательную организацию на основе модульных программ по физической культуре для общеобразовательных организаций. Основной содержательной направленностью вариативных модулей является подготовка обучающихся к выполнению нормативных требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО, активное вовлечение их в соревновательную деятельность.

Модуль «Спорт» может разработать учителя физической культуры на основе содержания физической подготовки, национальных видов спорта, современных оздоровительных систем. В рамках данной модуля представлено примерное содержание «Базовой физической подготовки».

В содержание программы по физической культуре, представленной по годам обучения, для каждого класса предусмотрен раздел «Универсальные технологические действия», в котором раскрывается вклад предмета в механизмы познавательных, коммуникативных и регулятивных действий, соответствующих возможностям и особенностям обучающихся данного возраста. Личностные достижения напрямую связаны с увеличением учебного предмета и деталей в меньшей степени его раскрытия.

Общее число часов, предпочтительных для изучения физической культуры на уровне начального общего образования, в 6 классе – 68 часа (2 часа в неделю)

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

6 КЛАСС

Знания о физической культуре.

Возрождение олимпийских игр и олимпийского движения в современном мире, роль Пьера де Кубертена в их становлении и развитии. Девиз, символика и ритуалы современных олимпийских игр. История организации и проведения первых олимпийских игр современности, первые олимпийские чемпионы.

Способы самостоятельной деятельности.

Ведение дневника физической культуры. Физическая подготовка и ее влияние на развитие систем организма, связь с состоянием здоровья, подготовка к результатам физической подготовки.

Правила и способы самостоятельного развития физических методов. Способы определения индивидуальной физической нагрузки. Правила проведения измерительных процедур по оценке физической подготовки. Правила выполнения тестовых заданий и способы регистрации их результатов.

Правила и способы составления плана самостоятельных занятий физической подготовкой.

Физическое совершенствование.

Физкультурно-оздоровительная деятельность.

Правила самостоятельного закаливания организма с помощью воздушных и солнечных ванн, купания в изготовлении водоёмов. Правила техники безопасности и гигиены на местах занятий физическими упражнениями.

Оздоровительные комплексы: упражнения для коррекции телосложения с использованием дополнительных отягощений, упражнения для профилактики нарушения зрения во время учебных занятий и работы за компьютером, упражнения для физкультпауза, направленные на поддержание работоспособности мышц опорно-двигательного аппарата в режиме учебной деятельности.

Спортивно-оздоровительная деятельность.

Модуль «Гимнастика».

Акробатическая комбинация общеразвивающих и сложнокоординированных упражнений, стоек и кувырков, ранее разученных акробатических упражнений.

Сочетание стилизованных общеразвивающих упражнений и сложнокоординированных упражнений ритмической гимнастики, хороших движений рук и ног с разной амплитудой и траекторией, танцевальными движениями из ранее разученных танцев (девочек).

Опорные прыжки через гимнастическое козла с разбега методами «согнув ноги» (мальчики) и методом «ноги врозь» (девочки).

Гимнастические показатели на низком гимнастическом бревне с использованием стилизованных общеразвивающих и сложно-координированных упражнений, передвижений шагом и легким бегом, поворотами с разнообразными движениями рук и ног, удержанием статической позы (девочки).

Упражнения на низкой гимнастической перекладине: висы, упор ноги врозь, перемах вперед и назад (мальчики).

Лазанье по канату в три приёма (мальчики).

Модуль «Лёгкая атлетика».

Начните с опоры на одну и с последующим ускорением, спринтерским и плавным равномерным бегом рук на учебной дистанции, ранее изученные беговые упражнения.

Прыжковые упражнения: прыжок в высоту с разбега методом «перешагивание», ранее разученные прыжковые упражнения в длину и высоту, напрыгивание и спрыгивание.

Метание детского (теннисного) мяча в подвижную (раскачивающуюся) мишень.

Модуль «Зимние виды спорта».

Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом, преодоление небольших батутов при спуске с пологого склона в низкой стойке, ранее развитые упражнения на лыжной подготовке, передвижение по учебной дистанции, повороты, спуски, торможение.

Модуль «Спортивные игры».

Баскетбол. Технические действия игрока без мяча: передвижение в стойке баскетболиста, прыжки вверх толчком одной ногой и приземлением на другую ногу, остановка двумя шагами и прыжком.

Упражнения с мячом: ранее уточненные приемы при ведении мяча в разных направлениях и по разной траектории, на передачу и броски мяча в корзину.

Правила игры и игровая деятельность соответствуют правилам с использованием разученных технических приемов.

Волейбол. Прием и передача мяча двумя руками в разные зоны площадки команды соперника. Правила игры и игровая деятельность по правилам с использованием разученных технических приемов при подаче мяча, его приеме и передаче двумя руками снизу и сверху.

Футбол. Удары по катящемуся мячу с разбега. Правила игры и игровая деятельность согласно правилам с использованием разученных технических приемов при остановке и передаче мяча, его ведении и обводке.

Совершенствование техники ранее разученных гимнастических и акробатических упражнений, тренировок легкой атлетики и зимних видов спорта, технических действий в играх.

Модуль «Спорт».

Физическая подготовка к выполнению нормативов комплекса ГТО с использованием средств физической подготовки, видов спорта и оздоровительных систем национальной культуры, национальных видов спорта, культурно-этнических игр.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ НА УРОВНЕ НАЧАЛЬНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

В результате изучения физической культуры на уровне базового общего образования у обучающегося формируются следующие **личностные результаты**:

обеспечение обеспечения интереса к истории и развитию физической культуры и спорта в Российской Федерации, гордиться победами выдающихся отечественных спортсменов-олимпийцев;

готовность продвигать символы Российской Федерации во время проведения соревнований в нижней части списка, уважать традиции и принципы современных олимпийских игр и олимпийского движения;

готовиться ориентироваться на моральные ценности и нормы межличностного взаимодействия при планировании и подключении наушников к физической культуре и спорту, оздоровительных мероприятий в условиях активного отдыха и досуга;

готовность оценивать свое поведение и поступки во время проведения игроком физической культуры, участия в постоянных мероприятиях и соревнованиях;

подготовка оказания первой помощи при травмах и ушибах, соблюдение правил техники безопасности во время занятий физической культурой и спортом;

стремление к совершенствованию, формированию культуры движения и телосложения, самовыражению в избранном виде спорта;

готовность организовать и проводить занятия физической культурой и спортом на основе научных представлений о существовании физического развития и физической подготовленности с учетом самостоятельных наблюдений за изменением их показателей;

осознание здоровья как определение ценностей человека, объективной необходимости в его укреплении и длительном сохранении посредством занятий физической культурой и спортом;

осознание необходимости ведения здорового образа жизни в качестве средств профилактики вредных привычек в отношении физического, психического и социального здоровья человека;

способность адаптироваться к стрессовой ситуации, изучить профилактические мероприятия по регулированию эмоциональных напряжений, активному восстановлению организма после значительных умственных и физических воздействий;

соблюдать правила безопасности во время занятий физической культурой и спортом, проведение гигиенических и профилактических мероприятий при организации мест занятий, выбор спортивного инвентаря и снаряжения, спортивной одежды;

соблюдать правила и требования к организации бивуака во время туристических походов, переносным действиям и походам, приносящим вред окружающей среде;

освоение опыта взаимодействия со сверстниками, форм общения и поведения при выполнении учебных заданий на уроках физической культуры, игровой и соревновательной деятельности;

повышение компетентности в организации самостоятельных занятий физической культурой, планирование их содержания и направленности в зависимости от индивидуальных интересов и желаний;

концепции, представленные в основных понятиях и терминах физического воспитания и спортивной подготовки, умений руководиться ими в познавательной и практической деятельности, общении сверстниками, публичных выступлениях и дискуссиях.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

В результате изучения физической культуры на уровне общего образования у обучающихся формируются универсальные познавательные технологические, универсальные коммуникативные действия, универсальные регулятивные технологические действия.

У обучающихся формируются следующие **универсальные познавательные технологические действия** :

проводятся сравнения соревновательных упражнений олимпийских игр древности и современных олимпийских игр, выявляются их общность и своеобразие;

осмысливать Олимпийскую хартию как основополагающий документ современного олимпийского движения, приводящий пример ее гуманистической направленности;

анализировать влияние физической культуры и спорта на воспитание, сохраняя сохранение личности, сохраняя возможность сохранения вредных привычек;

характеризовать туристические походы как форму активного отдыха, выражать их целевое предназначение в сохранении и укреплении здоровья, руководить требованиями техники безопасности во время передвижения по маршруту и организации бивуака;

сохраняется причинно-следственная связь между планированием режима и изменениями работоспособности;

соблюдать связь отрицательного нарушения прав человека осанки на состояние здоровья и выявлять причины существования, изучать индивидуальную форму и составлять комплексы упражнений по сохранению и коррекции выявляемых состояний;

сохраняется причинно-следственная связь между уровнем развития физического состояния, состоянием здоровья и функциональными функциями основных систем организма;

наличие причинно-следственной связи между применением высокого давления, физическим воздействием и возможностью возникновения травм и ушибов во время самостоятельных занятий физической культурой и спортом;

Сохраняйте причинно-следственную связь между подготовкой мест на открытых площадках и соблюдайте правила травматизма.

У обучающихся формируются следующие **универсальные коммуникативные технологические действия** :

выбирать, анализировать и систематизировать информацию из разных источников о образцах техники выполнения обучаемых упражнений, правил планирования самостоятельных физических занятий и технической подготовки;

вести наблюдение за использованием вещественных планов, сравнивать их данные с возрастно-половыми рекомендациями, составлять измерения на основе определенных правил и регулировать нагрузку по частоте пульса и наблюдать внешние утомления;

описывать и анализировать технику разучиваемого упражнения, популярные фазы и элементы движений, подбирать сложные упражнения;

и планировать последовательность решений задач обучения, оценивать эффективность обучения методом сравнения с эталонным образцом;

наблюдать, анализировать и контролировать технику выполнения физических упражнений другими обучающимися, сравнивать ее с эталонным образцом, выявлять ошибки и предлагать способы их ограничения;

Изучать и коллективно обсуждать технику «иллюстративного образца» разучиваемого рисунка, рассматривать и моделировать возникновение ошибок, анализировать возможные причины их проявления, анализировать способы их ограничения.

Для обучающихся формируются следующие **универсальные регулятивные технологические действия** :

составить и реализовать основы комплексов физических упражнений с разной функциональной направленностью, выявить особенности их воздействия на состояние организма, развитие контроля его резервных возможностей с помощью процедур и установления проб;

составлять и выполнять акробатические и гимнастические комплексы упражнений, самостоятельно разучивать сложные-координированные упражнения в международных пространствах;

активно взаимодействовать в условиях учебной и игровой деятельности, ориентироваться на указания учителя и правила игры при возникновении конфликтных и нестандартных ситуаций, признавать свое право и право других на ошибку, право на ее совместное исправление;

разучивать и выполнять технические действия в игровых видах спорта, активно общаться с игроком в таких действиях в защите и нападении, терпимо относиться к ошибкам игроков своей команды и команды соперников;

организовывать оказание первой помощи при травмах и ушибах во время самостоятельных занятий физической культурой и спортом, применять методы и приемы помощи в зависимости от характера и последствий полученной травмы.

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

К окончанию обучения **в 6 классе** обучающийся учится:

охарактеризовать современность олимпийских игр как международное культурное явление, роль Пьера де Кубертена в их историческом возрождении, обсудить историю возникновения девиза, символики и ритуалов олимпийских игр;

измерить физические показатели, определить их соответствие возрастным нормам и подобрать подход к их направленному развитию;

контролировать режимы физической нагрузки по частоте пульса и степени утомления организма по причине воздействия во время самостоятельных занятий физической подготовкой;

готовить места для самостоятельных занятий физической культурой и спортом в соответствии с правилами техники безопасности и гигиеническими требованиями;

отобрать упражнения оздоровительной физической культуры и составить из них комплексы физкультминуток и физкультпауз для оптимизации работоспособности и снятия мышечного утомления в режиме учебной деятельности;

составлять и выполнять акробатические счетчики из разученных упражнений, наблюдать и анализировать выполнение другими обучающимися, выявлять ошибки и предлагать способы ограничения;

выполнять лазанье по канату в три приема (мальчики), составлять и выполнять изменения на низком бревне из стилизованных общеразвивающих и сложно-координированных упражнений (девочки);

Выполнять беговые упражнения с максимальным ускорением, использовать их в самостоятельных занятиях для развития быстроты и равномерный бег для развития общей выносливости;

выполнять прыжок в высоту с разбега методом «перешагивание», наблюдать и анализировать его выполнение другими обучающимися, сопоставлять с заданным образцом, выявлять ошибки и предлагать возможные ограничения;

Выполнять передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом, наблюдать и анализировать его выполнение другими обучающимися, сравнивать их с заданным образцом, выявлять ошибки и предлагать дополнительные ограничения (для бесснежных районов – имитация передвижения);

тренироваться в упражнениях общефизической и проводить физическую подготовку с учетом особенностей и возрастно-половых особенностей;

Соблюдайте правила и применяйте технические действия в других играх:

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

волейбол (приём и передача мяча двумя руками снизу и сверху в разных зонах площадки соперника, использование разученных технических приемов в условиях игровой деятельности);

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

6 КЛАСС

№ п/п	Название разделов и тем программы	Количество часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	
Раздел 1. Знания о физической культуре			
1.1	Знания о физической культуре	3	[учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
Добавить текст			
Итого по разделу		3	[учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности			
2.1	Способы самостоятельной деятельности	5	[учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
Итого по разделу		5	[учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ			
Раздел 1. Физкультурно-оздоровительная деятельность			
1.1	Физкультурно-оздоровительная деятельность	3	[учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
Итого по разделу		3	
Раздел 2. Спортивно-оздоровительная деятельность			
2.1	Гимнастика (модуль "Гимнастика")	14	[учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
2.2	Лёгкая атлетика (модуль "Легкая атлетика")	10	[учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
2.3	Зимние виды спорта (модуль «Зимние виды спорта»)	7	[учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
2.4	Спортивные игры. Баскетбол (модуль "Спортивные игры")	12	[учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
2.5	Спортивные игры. Волейбол (модуль "Спортивные игры")	10	[учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
2.6	Спортивные игры. Футбол (модуль "Спортивные игры")	8	[учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
Итого по разделу		51	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	

6 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1	[[Возрождение Олимпийских игр]]	1	0	1	05.09.2023	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
2	[[Символика и ритуалы Олимпийских игр]]	1	0	1	07.09.2023	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
3	[[История первых олимпийских игр современности]]	1	0	1	12.09.2023	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
4	[[Составление дневника физической культуры]]	1	0	1	14.09.2023	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
5	[[Физическая подготовка человека]]	1	0	1	19.09.2023	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
6	[[Основные показатели физической нагрузки]]	1	0	1	21.09.2023	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
7	[[Составление плана самостоятельных занятий физической подготовкой]]	1	0	1	26.09.2023	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
8	[[Закаливающие процедуры с помощью воздушных и солнечных ванн, купания в изготовлении водоёмов]]	1	0	1	28.09.2023	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
9	[[Упражнения для коррекции телосложения]]	1	0	1	03.10 2023	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
10	[[Упражнения для профилактики нарушений зрения]]	1	0	1	05.10 2023	учебник www.edu.ru

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
						www.schol.edu.ru
11	[[Упражнения для расширения осанки]]	1	0	1	10.10.2023	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
12	[[Акробатические счетчики]]	1	0	1	12.10.2023	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
13	[[Акробатические счетчики]]	1	0	1	17.10.2023	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
14	[[Опорные прыжки через гимнастическое козла]]	1	0	1	19.10.2023	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
15	[[Опорные прыжки через гимнастическое козла]]	1	0	1	24.10.2023	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
16	[[Опорные прыжки через гимнастическое козла]]	1	0	1	26.10.2023	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
17	[[Упражнения на низком гимнастическом бревне]]	1	0	1	07.11.2023	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
18	[[Упражнения на низком гимнастическом бревне]]	1	0	1	09.11.2023	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
19	[[Упражнения на низкой гимнастической перекладине]]	1	0	1	14.11.2023	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
20	[[Упражнения на низкой гимнастической перекладине]]	1	0	1	16.11.2023	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
21	[[Лазание по канату в три приёма]]	1	0	1	21.11.2023	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
22	[[Лазание по канату в три приёма]]	1	0	1	23.11.2023	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
23	[[Упражнения ритмической гимнастики]]	1	0	1	28.11.2023	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
24	[[Упражнения ритмической гимнастики]]	1	0	1	05.12.2023	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
25	[[Упражнения ритмической гимнастики]]	1	0	1	07.12.2023	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
26	[[Начните с опоры на одну руку с последующим ускорением]]	1	0	1	12.12.2023	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
27	[[Начните с опоры на одну руку с последующим ускорением]]	1	0	1	14.12.2023	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
28	[[Спринтерский бег]]	1	0	1	19.12.2023	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
29	[[Спринтерский бег]]	1	0	1	21.12.2023	учебник www.edu.ru

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
						www.schol.edu.ru
30	[[Гладкий равномерный бег]]	1	0	1	26.12.2023	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
31	[[Гладкий равномерный бег]]	1	0	1	28.12.2023	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
32	[[Прыжковые движения: прыжок в высоту с разбега методом «перешагивание»]]	1	0	1	09.01.2024	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
33	[[Прыжковые движения: прыжок в высоту с разбега методом «перешагивание»]]	1	0	1	11.01.2024	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
34	[[Прыжковые упражнения в рост и рост]]	1	0	1	16.01.2024	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
35	[[Метание маленького мяча по движущейся мишени]]	1	0	1	18.01.2024	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
36	[[Передвижение одновременным одношажным ходом]]	1	0	1	04.12.2024	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
37	[[Передвижение одновременным одношажным ходом]]	1	0	1	23.01.2024	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
38	[[Преодоление небольших трамплинов при спуске с пологого склона]]	1	0	1	25.01.2024	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
39	[[Преодоление небольших трамплинов при спуске с пологого склона]]	1	0	1	30.01.2024	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
40	[[Упражнения лыжной подготовки]]	1	0	1	01.02.2024	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
41	[[Передвижения по учебной дистанции, повороты, спуски, торможение]]	1	0	1	06.02.2024	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
42	[[Передвижения по учебной дистанции, повороты, спуски, торможение]]	1	0	1	08.02.2024	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
43	[[Передвижение в кронштейн баскетболиста]]	1	0	1	13.02.2024	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
44	[[Передвижение в кронштейн баскетболиста]]	1	0	1	15.02.2024	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
45	[[Прыжки вверх толчком одной ногой]]	1	0	1	20.02.2024	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
46	[[Прыжки вверх толчком одной ногой]]	1	0	1	22.02.2024	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
47	[[Остановка двумя шагами и прыжками]]	1	0	1	29.12.2023	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
48	[[Остановка двумя шагами и прыжками]]	1	0	1	27.02.2024	учебник www.edu.ru

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
						www.schol.edu.ru
49	[[Упражнения в ведении мяча]]	1	0	1	05.03.2024	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
50	[[Упражнения в ведении мяча]]	1	0	1	07.03.2024	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
51	[[Упражнения на передачу и броски мяча]]	1	0	1	12.03.2024	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
52	[[Упражнения на передачу и броски мяча]]	1	0	1	14.03.2024	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
53	[[Игровая деятельность с использованием технических приёмов]]	1	0	1	19.03.2024	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
54	[[Игровая деятельность с использованием технических приёмов]]	1	0	1	21.03.2024	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
55	[[Приём мяча двумя руками в разных зонах отдыха]]	1	0	1	02.04.2024	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
56	[[Приём мяча двумя руками в разных зонах отдыха]]	1	0	1	04.04.2024	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
57	[[Передача мяча двумя руками в разных зонах площадки]]	1	0	1	09.04.2024	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
58	[[Передача мяча двумя руками в разных зонах площадки]]	1	0	1	11.04.2024	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
59	[[Игровая деятельность с использованием технических приемов в подаче мяча]]	1	0	1	16.04.2024	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
60	[[Игровая деятельность с использованием технических приемов в подаче мяча]]	1	0	1	18.04.2024	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
61	[[Игровая деятельность с использованием приема мяча сверху и сверху]]	1	0	1	23.04.2024	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
62	[[Игровая деятельность с использованием приема мяча сверху и сверху]]	1	0	1	25.04.2024	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
63	[[Игровая деятельность с использованием технических приёмов передачи мяча сверху и сверху]]	1	0	1	02.05.2024	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
64	[[Игровая деятельность с использованием технических приёмов передачи мяча сверху и сверху]]	1	0	1	07.05.2024	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
65	[[Удар по катящемуся мячу с разбега]]	1	0	1	14.05.2024	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
66	[[Удар по катящемуся мячу с разбега]]	1	0	1	16.05.2024	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
67	[[Игровая деятельность с использованием технических приемов фиксации мяча]]	1	0	1	21.05.2024	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
68	[[Игровая деятельность с использованием технических приемов фиксации мяча]]	1	0	1	23.05.2024	учебник www.edu.ru www.schol.edu.ru
Добавить текст						
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	0		

Учебно-методический комплект

Комплексная программа физического воспитания учащихся 1 – 11 классы

Авторы: доктор педагогических наук В.И. Лях, кандидат педагогических наук А.А. Зданевич / авт.-сост. А. Н. Каинов, Г. И. Курьерова. – Изд. 2-е - Волгоград: Учитель, 2013

Учебник:

Авторы: М.А. Виленский, И.М. Туревский, Т.Ю. Торочкова, В.А.Соколкина, Г.А. Баландин, Н.Н. Назарова, Т.Н. Казакова, Н.С. Алёшина, З.В. Гребенщикова, А.Н. Крайнов
Физическая культура 5 – 6 – 7 классы, Учебник для общеобразовательных учреждений под редакцией М.Я. Виленского

Рекомендовано Министерством образования и науки Российской Федерации, 6-е издание, Москва «Просвещение» 2010.

Пособие для учащихся:

Л. Е. Любомирский, В. И. Лях, Г. Б. Мейксон "Физическая культура". Учебник для учащихся 5-7 классов.

Пособия для учителя:

- Жилкин А. И. и др. Легкая атлетика: Учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / А.И.Жилкин, В.С.Кузьмин, Е.В.Сидорчук. — М.: Издательский центр «Академия», 2003.
- Ковалько В.И. Поурочные разработки по физкультуре. 5-9 классы. Универсальное издание. – М.: ВАКО, 2005. – (В помощь школьному учителю).
- Настольная книга учителя физической культуры :: справ.- метод. пособие / сост. Б. И. Мишин. - М.: ООО «Изд-во АСТ»: 2003.
- Физкультура: методика преподавания. Спортивные игры /под ред. Э. Найминова.– М., 2001.
- Макаров А.Н. Лёгкая атлетика. – М., 1990.
- Практикум по лёгкой атлетике /под ред. И.В. Лазарева, В.С. Кузнецова, Г.А. Орлова. – М., 1999.
- Лёгкая атлетика в школе /под ред. Г.К. Холодова, В.С. Кузнецова, Г.А. Колодницкого. – М., 1998.
- Спортивные игры на уроках физкультуры /ред. О. Листов. – М.,2001.
- Кузнецов В.С., Колодницкий Г.А. Физкультурно-оздоровительная работа в школе. -, 2003.
- Журнал « Спорт в школе»
- Журнал «Физическая культура в школе».
- Урок в современной школе /ред. Г.А. Баландин, Н.Н. Назаров, Т.Н. Казаков. – М., 2004.