

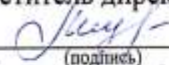
Согласовано
на заседании ШМО
Протокол № 1
от « 29 » августа 2022 г.
Руководитель


(подпись)
Гришова Т.А.
(Ф. И. О.)

Программа составлена на основе
требований к содержанию
Федерального государственного
образовательного стандарта основного
общего образования

Принято на заседании
педагогического совета
Протокол № 14
от « 30 » августа 2022 г.
(дата)

Заместитель директора по УВР


(подпись)
Исидорова А.В.
(Ф. И. О.)

Утверждаю
Приказ № 180
от « 30 » августа 2022 г.
(дата)



Пояснительная записка.

Рабочая программа по учебному предмету физическая культура на уровне основного общего образования составлена на основе следующих нормативных документов:

- Федеральный закон «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 года №273-ФЗ.
- Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки РФ от 17 декабря 2010 года № 1897;
- Приказ МО и Н от 31.12.2015г. №1577 «О внесении изменений ФГОС ООО»
- Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, утвержденного приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 31 мая 2021 года № 287;
- Стратегия развития воспитания в Российской Федерации на период до 2025 года от 29.05.2015 г №996-р;
- Приказ об утверждении Федерального перечня учебников, рекомендованных к использованию имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования от 20 мая 2020 года №254;
- Приказ о внесении изменений в ФПУ, допущенных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования организациями, осуществляющими образовательную деятельность, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 20 мая 2020 года №254;
- Программа воспитания МБОУ Игринской СОШ №2;
- Основная общеобразовательная программа на уровне основного общего образования МБОУ Игринской СОШ №2.
- Приказом Министерством образования и науки Российской Федерации от 31 декабря 2015 г. № 1577 «О внесении изменений в федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 17 декабря 2010 г. №1897».

И ориентирована на работу по учебно–методическому комплекту:

Матвеев А.П., Физическая культура. 5-9класс: учебник для общеобразовательных организаций (А.П.Матвеев. – 3-е изд. – Москва: Просвещение, 2019г. (Академический школьный учебник).

Матвеев А.П., Физическая культура. 5 - 9 классы. Рабочие программы. Предметная линия учебников А.П.Матвеева: пособие для учителей общеобразовательных учреждений (А.П.Матвеев – Москва:Просвещение, 2012 г.).

Планируемые предметные результаты освоения учебного предмета, курса (6-9кл).

Выпускник научится:

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

- выполнять спуски и торможения на лыжах с пологого склона;
 - выполнять основные технические действия и приемы игры в футбол, волейбол, баскетбол в условиях учебной и игровой деятельности;
 - выполнять передвижения на лыжах различными способами, демонстрировать технику последовательного чередования их в процессе прохождения тренировочных дистанций;
 - выполнять тестовые упражнения для оценки уровня индивидуального развития основных физических качеств.
- Выпускник получит возможность научиться:
- характеризовать цель возрождения Олимпийских игр и роль Пьера де Кубертена в становлении современного олимпийского движения, объяснять смысл символики и ритуалов Олимпийских игр;
 - характеризовать исторические вехи развития отечественного спортивного движения, великих спортсменов, принесших славу российскому спорту;
 - определять признаки положительного влияния занятий физической подготовкой на укрепление здоровья, устанавливать связь между развитием физических качеств и основных систем организма;
 - вести дневник по физкультурной деятельности, включать в него оформление планов проведения самостоятельных занятий с физическими упражнениями разной функциональной направленности, данные контроля динамики индивидуального физического развития и физической подготовленности;
 - проводить занятия физической культурой с использованием оздоровительной ходьбы и бега, лыжных прогулок и туристических походов, обеспечивать их оздоровительную направленность;
 - проводить восстановительные мероприятия с использованием банных процедур и сеансов оздоровительного массажа;
 - выполнять комплексы упражнений лечебной физической культуры с учетом имеющихся индивидуальных отклонений в показателях здоровья;
 - преодолевать естественные и искусственные препятствия с помощью разнообразных способов лазания, прыжков и бега;
 - осуществлять судейство по одному из осваиваемых видов спорта;
 - выполнять тестовые нормативы Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне»;
 - выполнять технико-тактические действия национальных видов спорта;
 - проплывать учебную дистанцию вольным стилем.

Метапредметные результаты

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

Межпредметные понятия.

Условием формирования межпредметных понятий, таких, как система, факт, закономерность, феномен, анализ, синтез является овладение обучающимися основами читательской компетенции, приобретение навыков работы с информацией, участие в проектной деятельности. В основной школе на всех предметах будет продолжена работа по формированию и развитию основ читательской компетенции. Обучающиеся овладеют чтением как средством осуществления своих дальнейших планов: продолжения образования и самообразования, осознанного планирования своего актуального и перспективного круга чтения, в том числе досугового, подготовки к трудовой и социальной деятельности. У выпускников будет сформирована потребность в систематическом чтении как средстве познания мира и себя в этом мире, гармонизации отношений человека и общества, создании образа «потребного будущего».

При изучении учебных предметов обучающиеся совершенствуют приобретенные на первом уровне навыки работы с информацией и пополняют их. Они смогут работать с текстами, преобразовывать и интерпретировать содержащуюся в них информацию, в том числе:

- систематизировать, сопоставлять, анализировать, обобщать и интерпретировать информацию, содержащуюся в готовых информационных объектах;
- выделять главную и избыточную информацию, выполнять смысловое свертывание выделенных фактов, мыслей; представлять информацию в сжатой словесной форме (в виде плана или тезисов) и в наглядно-символической форме (в виде таблиц, графических схем и диаграмм, карт понятий — концептуальных диаграмм, опорных конспектов);
- заполнять и дополнять таблицы, схемы, диаграммы, тексты.

В ходе изучения предмета физическая культура, обучающиеся приобретут опыт проектной деятельности как особой формы учебной работы, способствующей воспитанию самостоятельности, инициативности, ответственности, повышению мотивации и эффективности учебной деятельности; в ходе реализации исходного замысла на практическом уровне овладеют умением выбирать адекватные стоящей задаче средства, принимать решения, в том числе и в ситуациях неопределенности. Они получают возможность развить способность к разработке нескольких вариантов решений, к поиску нестандартных решений, поиску и осуществлению наиболее приемлемого решения.

Перечень ключевых межпредметных понятий определяется в ходе разработки основной образовательной программы основного общего образования образовательной организации в зависимости от материально-технического оснащения, кадрового потенциала, используемых методов работы и образовательных технологий.

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

Регулятивные УУД

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

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

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

- определять необходимые действие(я) в соответствии с учебной и познавательной задачей и составлять алгоритм их выполнения;
- обосновывать и осуществлять выбор наиболее эффективных способов решения учебных и познавательных задач;
- определять/находить, в том числе из предложенных вариантов, условия для выполнения учебной и познавательной задачи;
- выстраивать жизненные планы на краткосрочное будущее (заявлять целевые ориентиры, ставить адекватные им задачи и предлагать действия, указывая и обосновывая логическую последовательность шагов);
- выбирать из предложенных вариантов и самостоятельно искать средства/ресурсы для решения задачи/достижения цели;
- составлять план решения проблемы (выполнения проекта, проведения исследования);
- определять потенциальные затруднения при решении учебной и познавательной задачи и находить средства для их устранения;
- описывать свой опыт, оформляя его для передачи другим людям в виде технологии решения практических задач определенного класса;
- планировать и корректировать свою индивидуальную образовательную траекторию.

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

- определять совместно с педагогом и сверстниками критерии планируемых результатов и критерии оценки своей учебной деятельности;
- систематизировать (в том числе выбирать приоритетные) критерии планируемых результатов и оценки своей деятельности;
- отбирать инструменты для оценивания своей деятельности, осуществлять самоконтроль своей деятельности в рамках предложенных условий и требований;
- оценивать свою деятельность, аргументируя причины достижения или отсутствия планируемого результата;
- находить достаточные средства для выполнения учебных действий в изменяющейся ситуации и/или при отсутствии планируемого результата;
- работая по своему плану, вносить коррективы в текущую деятельность на основе анализа изменений ситуации для получения запланированных характеристик продукта/результата;
- устанавливать связь между полученными характеристиками продукта и характеристиками процесса деятельности и по завершении деятельности предлагать изменение характеристик процесса для получения улучшенных характеристик продукта;
- сверять свои действия с целью и, при необходимости, исправлять ошибки самостоятельно.

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

- определять критерии правильности (корректности) выполнения учебной задачи;
- анализировать и обосновывать применение соответствующего инструментария для выполнения учебной задачи;
- свободно пользоваться выработанными критериями оценки и самооценки, исходя из цели и имеющихся средств, различая результат и способы действий;

- оценивать продукт своей деятельности по заданным и/или самостоятельно определенным критериям в соответствии с целью деятельности;

- обосновывать достижимость цели выбранным способом на основе оценки своих внутренних ресурсов и доступных внешних ресурсов;

- фиксировать и анализировать динамику собственных образовательных результатов.

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

- наблюдать и анализировать собственную учебную и познавательную деятельность и деятельность других обучающихся в процессе взаимопроверки;

- соотносить реальные и планируемые результаты индивидуальной образовательной деятельности и делать выводы;

- принимать решение в учебной ситуации и нести за него ответственность;

- самостоятельно определять причины своего успеха или неуспеха и находить способы выхода из ситуации неуспеха;

- ретроспективно определять, какие действия по решению учебной задачи или параметры этих действий привели к получению имеющегося продукта учебной деятельности;

- демонстрировать приемы регуляции психофизиологических/ эмоциональных состояний для достижения эффекта успокоения (устранения эмоциональной напряженности), эффекта восстановления (ослабления проявлений утомления), эффекта активизации (повышения психофизиологической реактивности).

Познавательные УУД

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

- подбирать слова, соподчиненные ключевому слову, определяющие его признаки и свойства;

- выстраивать логическую цепочку, состоящую из ключевого слова и соподчиненных ему слов;

- выделять общий признак двух или нескольких предметов, или явлений и объяснять их сходство;

- объединять предметы и явления в группы по определенным признакам, сравнивать, классифицировать и обобщать факты и явления;

- выделять явление из общего ряда других явлений;

- определять обстоятельства, которые предшествовали возникновению связи между явлениями, из этих обстоятельств выделять определяющие, способные быть причиной данного явления, выявлять причины и следствия явлений;

- строить рассуждение от общих закономерностей к частным явлениям и от частных явлений к общим закономерностям;

- строить рассуждение на основе сравнения предметов и явлений, выделяя при этом общие признаки;

- излагать полученную информацию, интерпретируя ее в контексте решаемой задачи;

- самостоятельно указывать на информацию, нуждающуюся в проверке, предлагать и применять способ проверки достоверности информации;

- вербализовать эмоциональное впечатление, оказанное на него источником;

- объяснять явления, процессы, связи и отношения, выявляемые в ходе познавательной и исследовательской деятельности (приводить объяснение с изменением формы представления; объяснять, детализируя или обобщая; объяснять с заданной точки зрения);
- выявлять и называть причины события, явления, в том числе возможные / наиболее вероятные причины, возможные последствия заданной причины, самостоятельно осуществляя причинно-следственный анализ;
- делать вывод на основе критического анализа разных точек зрения, подтверждать вывод собственной аргументацией или самостоятельно полученными данными.

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

- обозначать символом и знаком предмет и/или явление;
- определять логические связи между предметами и/или явлениями, обозначать данные логические связи с помощью знаков в схеме;

8. Смысловое чтение. Обучающийся сможет:

- находить в тексте требуемую информацию (в соответствии с целями своей деятельности);
- ориентироваться в содержании текста, понимать целостный смысл текста, структурировать текст;
- устанавливать взаимосвязь описанных в тексте событий, явлений, процессов;
- резюмировать главную идею текста;
- критически оценивать содержание и форму текста.

Коммуникативные УУД

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

- определять возможные роли в совместной деятельности;
- играть определенную роль в совместной деятельности;
- принимать позицию собеседника, понимая позицию другого, различать в его речи: мнение (точку зрения), доказательство (аргументы), факты; гипотезы, аксиомы, теории;
- определять свои действия и действия партнера, которые способствовали или препятствовали продуктивной коммуникации;
- строить позитивные отношения в процессе учебной и познавательной деятельности;
- корректно и аргументированно отстаивать свою точку зрения, в дискуссии уметь выдвигать контраргументы, перефразировать свою мысль (владение механизмом эквивалентных замен);
- критически относиться к собственному мнению, с достоинством признавать ошибочность своего мнения (если оно таково) и корректировать его;
- предлагать альтернативное решение в конфликтной ситуации;
- выделять общую точку зрения в дискуссии;
- договариваться о правилах и вопросах для обсуждения в соответствии с поставленной перед группой задачей;
- организовывать учебное взаимодействие в группе (определять общие цели, распределять роли, договариваться друг с другом и т. д.);

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

10. Умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации для выражения своих чувств, мыслей и потребностей для планирования и регуляции своей деятельности; владение устной и письменной речью, монологической контекстной речью. Обучающийся сможет:

- определять задачу коммуникации и в соответствии с ней отбирать речевые средства;
- отбирать и использовать речевые средства в процессе коммуникации с другими людьми (диалог в паре, в малой группе и т. д.);
- представлять в устной или письменной форме развернутый план собственной деятельности;
- соблюдать нормы публичной речи, регламент в монологе и дискуссии в соответствии с коммуникативной задачей;
- высказывать и обосновывать мнение (суждение) и запрашивать мнение партнера в рамках диалога;
- принимать решение в ходе диалога и согласовывать его с собеседником;
- создавать письменные «клишированные» и оригинальные тексты с использованием необходимых речевых средств;
- использовать вербальные средства (средства логической связи) для выделения смысловых блоков своего выступления;
- использовать невербальные средства или наглядные материалы, подготовленные/отобранные под руководством учителя;
- делать оценочный вывод о достижении цели коммуникации непосредственно после завершения коммуникативного контакта и обосновывать его.

11. Формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий (далее – ИКТ). Обучающийся сможет:

- целенаправленно искать и использовать информационные ресурсы, необходимые для решения учебных и практических задач с помощью средств ИКТ;

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

- Современный российский национальный воспитательный идеал — высоконравственный, творческий, компетентный гражданин России, принимающий судьбу Отечества как свою личную, осознающий ответственность за настоящее и будущее страны, укоренённый в духовных и культурных традициях многонационального народа Российской Федерации.
- В соответствии с этим идеалом и нормативными правовыми актами Российской Федерации в сфере образования цель воспитания обучающихся в Школе: развитие личности, создание условий для самоопределения и социализации на основе социокультурных, духовно- нравственных ценностей и принятых в российском обществе правил и норм поведения в интересах человека, семьи, общества и государства, формирование у обучающихся чувства патриотизма, гражданственности, уважения к памяти защитников Отечества и подвигам Героев Отечества, закону и правопорядку, человеку труда и старшему поколению, взаимного уважения, бережного отношения к культурному наследию и традициям многонационального народа Российской Федерации, природе и окружающей среде.
- Личностные результаты освоения программы основного общего образования должны отражать готовность обучающихся руководствоваться системой позитивных ценностных ориентаций и расширение опыта деятельности на её основе и в процессе реализации основных направлений воспитательной деятельности

Целевые ориентиры результатов воспитания на уровне основного общего образования

Направления	Характеристики(показатели)
Гражданское	Знающий и принимающий свою российскую гражданскую идентичность в поликультурном многоконфессиональном российском обществе, в современном мировом сообществе.

	<p>Проявляющий уважение, ценностное отношение к государственным символам России, праздникам, традициям народа России.</p> <p>Понимающий и принимающий свою сопричастность прошлому, настоящему и будущему народу России, тысячелетней истории российской государственности.</p> <p>Проявляющий готовность к выполнению обязанностей гражданина России, реализации своих гражданских прав и свобод.</p> <p>Ориентированный на участие на основе взаимопонимания и взаимопомощи в разнообразной социально значимой деятельности, в том числе гуманитарной (добровольческие акции, помощь нуждающимся и т.п.).</p> <p>Принимающий участие в жизни школы (в том числе самоуправление), местного сообщества, родного края.</p> <p>Выражающий неприятие любой дискриминации граждан, проявлений экстремизма, терроризма, коррупции в обществе.</p>
Патриотическое	<p>Сознающий свою этнокультурную идентичность, любящий свой народ, его традиции, культуру.</p> <p>Проявляющий уважение, ценностное отношение к историческому и культурному наследию своего и других народов России, символам, праздникам, памятникам, традициям народов, проживающих в родной стране.</p> <p>Сознающий себя патриотом своего народа и народа России в целом, свою общероссийскую культурную идентичность.</p> <p>Проявляющий интерес к познанию родного языка, истории, культуры своего народа, своего края, других народов России, Российской Федерации.</p> <p>Знающий и уважающий боевые подвиги и трудовые достижения своих земляков, жителей своего края, народа России, героев и защитников Отечества в прошлом и современности.</p> <p>Знающий и уважающий достижения нашей общей Родины – России в науке, искусстве, спорте, технологиях.</p>

Духовно-нравственное	<p>Знающий и уважающий основы духовно-нравственной культуры своего народа, других народов России.</p> <p>Выражающий готовность оценивать свое поведение и поступки, поведение и поступки других людей с позиций традиционных российских духовно-нравственных, социокультурных ценностей и норм с учетом осознания последствий поступков.</p> <p>Ориентированный на традиционные духовные ценности и моральные нормы народов России, российского общества в ситуациях нравственного выбора.</p> <p>Выражающий активное неприятие аморальных, асоциальных поступков, поведения, противоречащих традиционным в России ценностям и нормам.</p> <p>Сознающий свою свободу и ответственность личности в условиях индивидуального и общественного пространства.</p> <p>Понимающий ценность межрелигиозного, межнационального</p>
----------------------	---

	<p>Согласия людей, граждан, народов в России, умеющий общаться с людьми разных народов, вероисповеданий.</p> <p>Выражающий уважительное отношение к религиозным традициям и ценностям народов России, религиозным чувствам сограждан.</p> <p>Проявляющий уважение к старшим к российским традиционным семейным ценностям, институту брака как союзу мужчины и женщины для создания семьи, рождения и воспитания детей.</p> <p>Знающий язык, культуру своего народа, своего края, основы культурного наследия народов России и человечества; испытывающий чувство уважения к русскому и родному языку, литературе, культурному наследию многонационального народа России</p>
Эстетическое	<p>Проявляющий восприимчивость к разным видам искусства, понимание его эмоционального воздействия, влияния на душевное состояние и поведение людей.</p> <p>Знающий и уважающий художественное творчество своего и других народов, понимающий его значение в культуре.</p> <p>Сознающий значение художественной культуры как средства коммуникации и самовыражения в современном обществе, значение нравственных норм, ценностей, традиций в искусстве.</p> <p>Выражающий понимание ценности отечественного и мирового художественного наследия, роли народных традиций и народного творчества в искусстве.</p> <p>Ориентированный на самовыражение в разных видах искусства, художественном творчестве.</p>

Физическое	<p>Понимающий ценность жизни, здоровья и безопасности человека в обществе, значение личных усилий человека в сохранении здоровья своего и других людей, близких.</p> <p>Выражающий установку на здоровый образ жизни (здоровое питание, соблюдение гигиенических правил, сбалансированный режим занятий и отдыха, регулярная физическая активность).</p> <p>Проявляющий понимание последствий и неприятных привычек (употребление алкоголя, наркотиков, курение) и иных форм вреда для физического и психического здоровья.</p> <p>Знающий и соблюдающий правила безопасности, в том числе безопасного поведения в информационной, интернет-среде.</p> <p>Способный адаптироваться к стрессовым ситуациям, меняющимся социальным, информационным и природным условиям, в том числе осмысливая собственный опыт и выстраивая дальнейшие цели.</p> <p>Умеющий осознавать эмоциональное состояние свое и других, стремящийся управлять собственным эмоциональным состоянием.</p> <p>Обладающий первоначальными навыками рефлексии физического состояния своего и других людей, готовый оказывать первую помощь себе и другим людям.</p>
Трудовое	<p>Уважающий труд, результаты трудовой деятельности своей и других людей.</p> <p>Выражающий готовность к участию в решении практических</p>

	<p>Трудовых дел, задач (в семье, школе, своей местности) технологической и социальной направленности, способны инициировать, планировать и выполнять такую деятельность.</p> <p>Проявляющий интерес к практическому изучению профессий и труда различного рода на основе изучаемых предметных знаний.</p> <p>Сознающий важность обучения труду, накопления навыков трудовой деятельности на протяжении жизни для успешной профессиональной самореализации в обществе.</p> <p>Понимающий необходимость человека адаптироваться в профессиональной среде в условиях современного технологического развития, выражающий готовность к такой адаптации.</p> <p>Понимающий необходимость осознанного выбора и построения индивидуальной траектории образования и жизненных планов получения профессии, трудовой деятельности с учетом личных и общественных интересов и потребностей.</p>
Экологическое	<p>Ориентированный на применение знаний естественных и социальных наук для решения задач в области охраны окружающей среды, планирования своих поступков и оценки их возможных последствий для окружающей среды.</p> <p>Понимающий глобальный характер экологических проблем, путей их решения, значение экологической культуры в современном мире.</p> <p>Выражающий неприятие действий, приносящих вред природе, окружающей среде.</p> <p>Сознающий свою роль и ответственность как гражданина и потребителя в условиях взаимосвязи природной, технологической и социальной сред.</p> <p>Выражающий готовность к участию в практической деятельности экологической, природоохранной направленности.</p>
Познавательное	<p>Выражающий познавательные интересы в разных предметных областях с учетом индивидуальных способностей, достижений.</p> <p>Ориентированный в деятельности на систему научных представлений о закономерностях развития человека, природы и общества, взаимосвязях с природной и социальной средой.</p> <p>Развивающий личные навыки использования различных средств познания, накопления знаний о мире (языковая, читательская культура, деятельность в информационной, цифровой среде).</p> <p>Демонстрирующий навыки наблюдений, накопления фактов, осмысления опыта в естественнонаучной и гуманитарной областях познания, первоначальные навыки исследовательской деятельности.</p>

Реализация школьными педагогами воспитательного потенциала урока предполагает ориентацию на целевые приоритеты, связанные с возрастными особенностями учащихся и обеспечивает:

- установление субъект-субъектных отношений в процессе учебной деятельности через делегирование учащимся ряда учительских, в том числе и дидактических полномочий; проявление доверия к детям со стороны педагогов, уважения к их достоинству и чести; акцентирование внимания на индивидуальных особенностях, интересах, увлечениях, привычках того или иного ученика;
- использование воспитательных возможностей предметного содержания через подбор соответствующих текстов для чтения, задач для решения, музыки для прослушивания, тем для рисования, проблемных ситуаций для обсуждения, а также ситуаций, предполагающих ценностный выбор;
- создание позитивных и конструктивных отношений между учителем и учениками через похвалу, выделение сильных сторон ученика, организацию совместной творческой деятельности; установление сотруднических отношений в продуктивной деятельности, использование мотивирующего потенциала юмора, обращение к личному опыту учащихся, проявление внимания к ученикам, требующим такого внимания;
- побуждение обучающихся соблюдать правила внутреннего распорядка, нормы поведения, правила общения со сверстниками и педагогами, соответствующие укладу Школы, установление и поддержку доброжелательной атмосферы через закрепление за каждым учащимся своего места, использование привлекательных для детей традиций, демонстрацию собственного примера;
- организацию шефства мотивированных и эрудированных обучающихся над неуспевающими одноклассниками, в том числе с особыми образовательными потребностями, дающего обучающимся социально значимый опыт сотрудничества и взаимной помощи;
- инициирование и поддержку исследовательской деятельности обучающихся в форме индивидуальных и групповых проектов;
- включение учителями в рабочие программы по всем учебным предметам, курсам, модулям целевых ориентиров результатов воспитания, их учёт в формулировках воспитательных задач уроков, занятий, освоения учебной тематики, их реализацию в обучении;
- включение учителями в рабочие программы учебных предметов, курсов, модулей тематики в соответствии с календарным планом воспитательной работы;
- выбор методов, методик, технологий, оказывающих воспитательное воздействие на личность в соответствии с воспитательным идеалом, целью и задачами воспитания, целевыми ориентирами результатов воспитания; реализацию приоритета воспитания в учебной деятельности;
- привлечение внимания обучающихся к ценностному аспекту изучаемых на уроках предметов, явлений и событий, инициирование обсуждений, высказываний своего мнения, выработки своего личностного отношения к изучаемым событиям, явлениям, лицам;
- применение интерактивных форм учебной работы – интеллектуальных, стимулирующих познавательную мотивацию, игровых методик, дискуссий, дающих возможность приобрести опыт ведения конструктивного диалога; групповой работы, которая учит строить отношения и действовать в команде, способствует развитию критического мышления.

Содержание курса 5-9 классы

Раздел	Количество часов	Содержание учебной темы
Физическая культура как область знаний	4	<ul style="list-style-type: none"> История и современное развитие физической культуры. Олимпийские игры древности. Возрождение Олимпийских игр и олимпийского движения. Олимпийское движение в России. Современные Олимпийские игры. Физическая культура в современном обществе. Организация и проведение пеших туристических походов. Требования техники безопасности и бережного отношения к природе. Современное представление о физической культуре (основные понятия). Физическое развитие человека. Физическая подготовка, ее связь с укреплением здоровья, развитием физических качеств. Организация и планирование самостоятельных занятий по развитию физических качеств. Техника движений и ее основные показатели. Спорт и спортивная подготовка. Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне». Здоровье и здоровый образ жизни. Коррекция осанки и телосложения. Контроль и наблюдение за состоянием здоровья, физическим развитием и физической подготовленностью. Требования безопасности и первая помощь при травмах во время занятий физической культурой и спортом. Способы двигательной (физкультурной) деятельности.
Организация и проведение самостоятельных занятий физической культурой.	6	<ul style="list-style-type: none"> подготовка к занятиям физической культурой (выбор мест занятий, инвентаря и одежды, планирование занятий с разной функциональной направленностью). подбор упражнений и составление индивидуальных комплексов для утренней зарядки, физкультминуток, физкультпауз, коррекции осанки и телосложения. составление планов и самостоятельное проведение занятий спортивной подготовкой, прикладной физической подготовкой с учетом индивидуальных показаний здоровья и физического развития. организация досуга средствами физической культуры. Оценка эффективности занятий. Оценка техники осваиваемых упражнений, способы выявления и устранения технических ошибок. Измерение резервов организма (с помощью простейших функциональных проб). Оценка эффективности занятий физической культурой.
Физкультурно-оздоровительная деятельность.	4	<ul style="list-style-type: none"> Комплексы упражнений для оздоровительных форм занятий физической культурой. Комплексы упражнений современных оздоровительных систем физического воспитания, ориентированных на повышение функциональных возможностей организма, развитие основных физических качеств.

		<ul style="list-style-type: none"> • Индивидуальные комплексы адаптивной физической культуры (при нарушении опорно-двигательного аппарата, центральной нервной системы, дыхания и кровообращения, при близорукости).
Гимнастика с основами акробатики.	15	<ul style="list-style-type: none"> • Организующие команды и приемы. • Акробатические упражнения и комбинации. • Гимнастические упражнения и комбинации на спортивных снарядах (опорные прыжки, упражнения на гимнастическом бревне (девочки), упражнения на перекладине (мальчики), упражнения и комбинации на гимнастических брусьях, упражнения на параллельных брусьях (мальчики), упражнения на разновысоких брусьях (девочки). • Ритмическая гимнастика с элементами хореографии (девочки).
Легкая атлетика	22	<ul style="list-style-type: none"> • Беговые упражнения. • Прыжковые упражнения. • Упражнения в метании малого мяча
Спортивные игры	22	<ul style="list-style-type: none"> • Техничко-тактические действия и приемы игры в футбол, мини-футбол, волейбол, баскетбол. • Правила спортивных игр. Игры по правилам. • Национальные виды спорта: технико-тактические действия и правила.
Плавание.	2	<ul style="list-style-type: none"> • Вхождение в воду и передвижения по дну бассейна. Подводящие упражнения в лежании на воде, всплывании и скольжении. Плавание на груди и спине вольным стилем. Сухое плавание
Лыжные гонки: ¹	23	<ul style="list-style-type: none"> • Передвижение на лыжах разными способами. Подъемы, спуски, повороты, торможения.
Прикладно-ориентированная физкультурная деятельность.	4	<ul style="list-style-type: none"> • Прикладная физическая подготовка: ходьба, бег и прыжки, выполняемые разными способами в разных условиях; лазание, перелезание, ползание; метание малого мяча по движущейся мишени; преодоление препятствий разной сложности; передвижение в висах и упорах. • Полосы препятствий, включающие разнообразные прикладные упражнения. Общефизическая подготовка. Упражнения, ориентированные на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, координации, гибкости, ловкости). • Специальная физическая подготовка. Упражнения, ориентированные на развитие специальных физических качеств, определяемых базовым видом спорта (гимнастика с основами акробатики, легкая атлетика, лыжные гонки, плавание, спортивные игры).

¹ Для бесснежных районов Российской Федерации или в отсутствие условий для занятий лыжной подготовкой разрешается заменять модуль «Лыжные гонки» на двигательную активность на свежем воздухе.

Национально-региональный компонент (НРК) выражен в спортивной игре «Русская лапта» в количестве 16 ч. № уроков: № 5-18, № 98-102. Программа по русской лапте составлена на основании программы «Русская лапта: Учеб. программа для детско-юношеских спортивных школ» / Авт. А.Ю. Костарев, Р.М. Валиахметов, Л.Г. Гусев. - Уфа: Изд-во БГПИ, 2000.

Оценочные материалы

Учащиеся должны уметь демонстрировать:

5 класс

Физические способности	Физические упражнения	девочки			мальчики		
оценка		5	4	3	5	4	3
Скоростные	Бег 30 м. (сек)	5	6,3-5,7	6,4	5,0	6,1-5,5	6,3
Координационные	Челночный бег 3X10 м,с.	10.1	9.7-9.3	10.1	8.5	9.3-8.8	9.7
Скоростно-силовые	Прыжок в длину с места (см)	185	150-175	130	195	160-180	140
	Прыжок в длину с разбега (см)	350	349-240	239	380	379-280	279
	Подтягивание (раз)	19	10-14	4	6	4-5	1
	Сгибание разгибание рук в упоре лёжа	12	11	8	18	13	12
	Поднимание туловища.(раз)	30	29-19	18	34	33-25	24
	Прыжок в высоту (м)	110	90	80	85	75	60
Выносливость	6-минутный бег м.	1100	850-1000	700	1300	1000-1100	900
	Бег на лыжах 2 км.	14,00	14,1-14,30	15,00	13,00	13,01-14,00	14,01-14,30

6 класс

Физические способности	Физические упражнения	девочки			мальчики		
		низкий	средний	высокий	низкий	средний	высокий
Скоростные	Бег 30 м.	6.2	6.4-6.0	5.0	5.9	5.6-5.2	4.8
Координационные	Челночный бег 3x10 м.	10.0	9.6-9.1	8.8	9.3	9.0-8.6	8.3
Скоростно-силовые	Прыжок в длину с места	135	155-175	190	145	165-180	200
Выносливость	6-минутный бег	750	900-1050	1150	950	1100-1200	1250
Гибкость	Наклон вперед из положения стоя	5	9-11	16	2	6-8	10
Силовые	Подтягивание на высокой перекладине (мальчики) на низкой перекладине (девочки)	4	11-15	20	1	4-6	7

Контрольные упражнения	Уровень					
	высокий	средний	низкий	высокий	средний	низкий
	мальчики			девочки		
Бег 60м ст. с опор на одну руку	10	10,6	11,2	10,4	10,8	11,4
Прыжки в длину с разбега	320	300	260	280	260	220
Прыжки в высоту с разбега	105	95	85	100	90	80
Метание мяча 150г с разбега	30	25	20	20	18	13
Кросс 1500 м	8.50	9.30	10.0	9.00	9.40	10.30
Прыжки через скакалку за 1 мин	85	76-84	70-76	105	94	90

7 класс

Физические способности	Физические упражнения	девочки			мальчики		
	Оценка	5	4	3	5	4	3
Скоростные	Бег 30 м. (сек)	5.0	6.2-5.5	6.3	4.7	5.5-5.1	5.8
	Бег 60 м. (сек)	9.7	10.4	10.8	9.0	9.7	10.5
Координационные	Челночный бег 3 x 10 м. (сек)	8.6	9.4-9.0	9.9	8.0	8.7-8.3	9.0
	Метание малого мяча (м)	27	21	17	42	37	28
	Последовательное выполнение 5 кувырков (с)	14.0			10.0		
Силовые	Прыжок в длину с места (см)	200	160-180	140	210	180-195	160
	Прыжок в длину с разбега (см)	360	310	260	410	370	310
	Подтягивание (раз) Сгибание разгибание рук в упоре лёжа	17	13-15	5	9	6-7	2
	Поднимание туловища.(раз)	38	33	25	48	43	38
	Прыжок в высоту (м)	115	105	95	125	115	105
Выносливость	Бег 6мин (м)	1250	1000- 1150	850	1450	1200-1300	1050
	Бег на лыжах 2 км.	21.0			16.30		

8 класс

Физические способности	Физические упражнения	девочки			мальчики		
	оценка	5	4	3	5	4	3
Скоростные	Бег 30 м. (сек)	5,0	5,1-6,1	6,2	4,9	5,0-5,9	6,0
	Бег 60 м. (сек)	9,8	9,9-11	11,0	9,4	9,5-11,0	11,1
	Бег 500. 800 м. (мин)	3.10	3.20	3.35	2.00	2.15	2.25
Координационные	Челночный бег 3 х 10 м. (сек)	8,8	8,9-9,9	10	8,3	8,4-9,2	9,3
	Метание малого мяча (м)	26	25-16	15	39	38-22	21
	Последовательное выполнение 5 кувырков (с)	10.0			14,0		
Силовые	Прыжок в длину с места (см)	185	184-124	123	185	184-134	134
	Прыжок в длину с разбега (см)	350	349-240	239	380	379-280	279
	Подтягивание (раз)	12	11	8	8	7	5
	Сгибание разгибание рук в упоре лёжа				18	13	12
	Поднимание туловища.(раз)	30	29-19	18	34	33-25	24
Выносливость	Прыжок в высоту (м)	110	90	80	85	75	60
	Бег 1500 м. (мин)	7,30	7,31-8,29	8,30	7,00	7,01-7,50	7,51
	Бег на лыжах 2 км.	14,00	14,1-14,30	15,00	13,00	13,01-14,00	14,01-14,30

9 класс

Физические способности	Физические упражнения	девочки			мальчики		
Оценка		5	4	3	5	4	3
Скоростные	Бег 30 м. (сек)	4.9	5.8-5.3	6.0	4.5	5.3-4.9	5.5
	Бег 60 м. (сек)	9,8	9,9-11	11,0	9,4	9,5-11,0	11,1
	Бег 500. 800 м. (мин)	3.10	3.20	3.35	2.00	2.15	2.25
Координационные	Челночный бег 3 x 10 м. (сек)	8.5	9.3-8.8	9.7	7.7	8.4-8.0	8.6
	Метание малого мяча (м)	26	25-16	15	39	38-22	21
Скоростно- силовые	Прыжок в длину с места (см)	205	165-185	155	220	190-205	175
	Прыжок в длину с разбега (см)	350	349-240	239	380	379-280	279
Силовые	Подтягивание (раз)	16	12-13	5	10	7-8	3
	Сгибание разгибание рук в упоре лёжа	12	11	8	18	13	12
	Поднимание туловища.(раз)	30	29-19	18	34	33-25	24
	Прыжок в высоту (м)	110	90	80	85	75	60
Выносливость	Бег 2000 м. (мин)	17.20			14.30		
	Бег на лыжах 2 км.	21.00			16.30		
	6-минутный бег	1300	1050-1200	900	1500	1250-1350	1100
Гибкость	Наклон вперёд из положения стоя,см.	20	12-14	7	12	8-10	4

Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение учебного процесса

Учебно-методический комплект.

- Матвеев А.П., Физическая культура. 5-9 класс: учебник для общеобразовательных учреждений (А.П.Матвеев. – 3-е изд. – Москва: Просвещение, 2015г. (Академический школьный учебник).
- Матвеев А.П., Физическая культура. Рабочие программы предметная линия учебников А.П.Матвеева 5-9 классы. Пособие для учителей общеобразовательных учреждений. М.: Просвещение 2012 г.
- Патрикеев А.Ю. Поурочные разработки по физической культуре 5-9 класс. - ВАКО, 2016.
- Физическая культура Тестовый контроль 5-9 классы : пособие для учителей общеобразоват. организаций/ В.И.Лях .-3-е изд., перераб. И доп.-М.: Просвещение, 2014 год
- А.П.Матвеев Уроки физической культуры .Методические рекомендации 5-9 классы. М.: Просвещение 2014 г.

Учебно-практическое оборудование.

- Стенка гимнастическая
- Скамейка гимнастическая жесткая
- Мячи: мяч малый (теннисный), мяч малый (мягкий), мячи футбольные, мяч баскетбольный, мяч волейбольный.
- Палки гимнастические
- Мат гимнастический
- Кегли
- Обруч пластмассовый детский
- Скакалка
- Флажки: разметочные, стартовые.
- Набор инструментов для подготовки прыжковых ям.
- Рулетка измерительная
- Лыжи детские (с креплениями и палками).
- Сетка для переноса и хранения мячей

Контрольно-измерительные материалы.

Материалы для проведения тестового контроля по физической культуре берутся из сборника Физическая культура Тестовый контроль 5-9 классы : пособие для учителей общеобразоват. организаций/ В.И.Лях .-3-е изд., перераб. И доп.-М.: Просвещение, 2014 год (Таблица 2 ст.193-195).

- Уровень физической подготовленности учащихся 7 класса (Таблица 1 ст.7,таблица 2 с.8) Учебник для общеобразовательных организаций.

Модуль «Школьный урок»

Реализация школьными педагогами воспитательного потенциала урока предполагает следующее:

- установление доверительных отношений между учителем и его учениками, способствующих позитивному восприятию учащимися требований и просьб учителя, привлечению их внимания к обсуждаемой на уроке информации, активизации их познавательной деятельности;
- побуждение школьников соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (учителями) и сверстниками (школьниками), принципы учебной дисциплины и самоорганизации;
- привлечение внимания школьников к ценностному аспекту изучаемых на уроках явлений, организация их работы с получаемой на уроке социально значимой информацией – инициирование ее обсуждения, высказывания учащимися своего мнения по ее поводу, выработки своего к ней отношения;
- использование воспитательных возможностей содержания учебного предмета через демонстрацию детям примеров ответственного, гражданского поведения, проявления человеколюбия и добросердечности, через подбор соответствующих текстов для чтения, задач для решения, проблемных ситуаций для обсуждения в классе;
- применение на уроке интерактивных форм работы учащихся: интеллектуальных игр, стимулирующих познавательную мотивацию школьников; дидактического театра, где полученные на уроке знания обыгрываются в театральных постановках; дискуссий, которые дают учащимся возможность приобрести опыт ведения конструктивного диалога; групповой работы или работы в парах, которые учат школьников командной работе и взаимодействию с другими детьми;
- включение в урок игровых процедур, которые помогают поддержать мотивацию детей к получению знаний, налаживанию позитивных межличностных отношений в классе, помогают установлению доброжелательной атмосферы во время урока;
- организация шефства мотивированных и эрудированных учащихся над их неуспевающими одноклассниками, дающего школьникам социально значимый опыт сотрудничества и взаимной помощи;
- инициирование и поддержка исследовательской деятельности школьников в рамках реализации ими индивидуальных и групповых исследовательских проектов, что даст школьникам возможность приобрести навык самостоятельного решения теоретической проблемы, навык генерирования и оформления собственных идей, навык уважительного отношения к чужим идеям, оформленным в работах других исследователей, навык публичного выступления перед аудиторией, аргументирования и отстаивания своей точки зрения.

Тематическое планирование 5 класс.

№ урока	Дата проведения		Тема урока	Кол-во часов	Тип урока	Вид контроля
	план	факт				
1			Организационно-методические требования на уроках физической культуры. История возникновения и развития игры «Лапта». Исторические и национальные основы. НРК	1	Урок открытого нового знания	Текущий
2			Развитие скоростных способностей . Техника передвижений, ловля и передача мяча. НРК	1	Урок открытого нового знания	Текущий
3			Развитие скоростных способностей. Спринтерский бег, эстафетный бег. Техника ударов по мячу. НРК	1	Урок рефлексии	Индивидуальный
4			Развитие скоростных способностей. Тестирование бега на 30 м. Подача мяча. Техника ударов по мячу. НРК	1	Урок развивающего контроля	Индивидуальный
5			Развитие выносливости. Подача мяча. Техника ударов по мячу. НРК	1	Урок открытого нового знания	Текущий
6			Развитие выносливости. Осаливание финты (обманные движения) НРК	1	Урок открытого нового знания	Текущий
7			Развитие выносливости. Индивидуальные и командные действия. НРК	1	Урок открытого нового знания	Текущий
8			Развитие силовых качеств. Тактика игры в русскую лапту. НРК	1	Урок открытого нового знания	Текущий
9			Развитие силовых качеств Спортивная игра « Русская лапта». НРК	1	Урок рефлексии	Текущий
10			Развитие силовых качеств. Спортивная игра « Русская лапта». НРК	1	Урок рефлексии	Текущий

11			Сдача зачетов.	1	Урок развивающего контроля	Индивидуальный
12			Сдача зачетов.	1	Урок развивающего контроля	Индивидуальный
13			Баскетбол. Стойки и передвижения игрока, повороты и остановки. Развитие координационных способностей.	1	Урок открытого нового знания	Текущий
14			Баскетбол. Стойки и передвижения игрока, повороты и остановки. Развитие координационных способностей.	1	Урок рефлексии	Текущий
15			Баскетбол. Стойки и передвижения игрока, повороты и остановки. Развитие координационных способностей.	1	Урок рефлексии	Текущий
16			Баскетбол. Ловля и передача мяча. Развитие координационных способностей.	1	Урок рефлексии	Текущий
17			Баскетбол. Ловля и передача мяча. Развитие координационных способностей.	1	Урок рефлексии	Текущий
18			Баскетбол. Ведение мяча. Основные правила и приемы игры. Развитие координационных способностей.	1	Урок рефлексии	Текущий
19			Баскетбол. Ведение мяча. Основные приемы игры. Развитие координационных способностей.	1	Урок рефлексии	Текущий
20			Баскетбол. Ведение мяча. Основные приемы игры. Развитие координационных способностей.	1	Урок рефлексии	Текущий
21			Баскетбол. Бросок мяча. Развитие координационных качеств.	1	Урок рефлексии	Текущий
22			Баскетбол. Бросок мяча. Развитие координационных качеств.	1	Урок рефлексии	Текущий
23			Баскетбол. Тактика свободного нападения. Развитие физических качеств	1	Урок рефлексии	Текущий
24			Баскетбол. Тактика свободного	1	Урок рефлексии	Текущий

			нападения. Развитие физических качеств			
25			Баскетбол. Игровые задания. Развитие физических качеств	1	Урок рефлексии	Текущий
26			Баскетбол. Игровые задания. Развитие физических качеств	1	Урок рефлексии	Индивидуальный
27			Акробатические упражнения. Развитие координационных способностей	1	Урок открытия нового знания	Индивидуальный
28			Акробатические упражнения. Развитие гибкости, координационных способностей	1	Урок открытия нового знания	Текущий
29			Акробатические упражнения. Развитие гибкости, координационных способностей	1	Урок рефлексии	Текущий
30			Акробатические упражнения. Развитие гибкости	1	Урок рефлексии	Текущий
31			Висы. Строевые упражнения. Развитие координации, силовых качеств	1	Урок открытия нового знания	Текущий
32			Висы. Строевые упражнения. Развитие координации, силовых качеств	1	Урок рефлексии	Индивидуальный
33			Опорный прыжок. Строевые упражнения. Развитие координации, силовых качеств	1	Урок открытия нового знания	Индивидуальный
34			Опорный прыжок. Строевые упражнения. Развитие координации, силовых качеств	1	Урок рефлексии	Индивидуальный
35			Опорный прыжок. Строевые упражнения. Развитие координации, силовых качеств	1	Урок рефлексии	Индивидуальный
36			Развитие ловкости, силы и скорости. ОФП	1	Урок рефлексии	Индивидуальный
37			Развитие ловкости, силы и скорости. ОФП	1	Урок рефлексии	Индивидуальный
38			Развитие ловкости, силы и скорости. ОФП	1	Урок рефлексии	Индивидуальный
39			Волейбол. Стойки и перемещения игрока. Развитие координационных способностей.	1	Урок открытия нового знания	Индивидуальный
40			Волейбол. Стойки и перемещения игрока.	1	Урок открытия нового знания	Индивидуальный

			Развитие координационных способностей			
41			Волейбол. Стойки и перемещения игрока, повороты и остановки. Развитие координационных способностей	1	Урок рефлексии	Индивидуальный
42			Волейбол. Прием и передача мяча. Развитие координационных способностей	1	Урок рефлексии	Индивидуальный
43			Волейбол. Прием и передача мяча. Развитие координационных способностей	1	Урок рефлексии	Индивидуальный
44			Волейбол. Нижняя подача мяча. Развитие координационных способностей	1	Урок рефлексии	Текущий
45			Волейбол. Нижняя подача мяча. Развитие координационных способностей	1	Урок рефлексии	Текущий
46			Волейбол. Нижняя подача мяча. Развитие координационных способностей	1	Урок рефлексии	Текущий
47			Волейбол. Основные приемы игры. Развитие координационных способностей	1	Урок рефлексии	Текущий
48			Волейбол. Основные приемы игры. Развитие координационных способностей	1	Урок рефлексии	Индивидуальный
49			Лыжная подготовка. Скользящий шаг	1	Урок открытия нового знания	Текущий
50			Попеременный двухшажныйход. Развитие выносливости	1	Урок открытия нового знания	
51			Попеременный двухшажныйход. Развитие выносливости	1	Урок рефлексии	Текущий
52			Попеременный двухшажный ход. Развитие выносливости	1	Урок рефлексии	Текущий
53			Одновременный бесшажный ход. Развитие выносливости	1	Урок открытия нового знания	Текущий
54			Одновременный бесшажный ход. Развитие выносливости	1	Урок рефлексии	Текущий
55			Одновременный бесшажный ход. Развитие выносливости	1	Урок рефлексии	Индивидуальный
56			Одновременный двухшажный ход. Развитие выносливости	1	Урок открытия нового знания	Индивидуальный

57			Одновременный двухшажный ход. Развитие выносливости	1	Урок рефлексии	Индивидуальный
58			Одновременный двухшажный ход. Развитие выносливости	1	Урок рефлексии	Индивидуальный
59			Одновременный двухшажный ход. Развитие выносливости	1	Урок рефлексии	Текущий
60			Подъем ступающим шагом. Спуски. Развитие выносливости	1	Урок рефлексии	Индивидуальный
61			Торможение «упором». Развитие выносливости	1	Урок открытия нового знания	Индивидуальный
62			Непрерывное передвижение на лыжах. Развитие выносливости	1	Урок рефлексии	Индивидуальный
63			Непрерывное передвижение на лыжах. Развитие выносливости	1	Урок рефлексии	Индивидуальный
64			Передвижение на лыжах змейкой	1	Урок рефлексии	Текущий
65			Подвижная игра на лыжах «Накаты»	1	Урок рефлексии	Индивидуальный
66			Передвижение на лыжах змейкой на скорость	1	Урок рефлексии	Индивидуальный
67			Торможение падением. Подвижная игра «Салки на снегу»	1	Урок рефлексии	Текущий
68			Прохождение дистанции 1 км на лыжах	1	Урок рефлексии	
69			Повороты переступанием на лыжах с палками и обгон	1	Урок рефлексии	Индивидуальный
70			Прохождение дистанции 1,5 км на лыжах	1	Урок рефлексии	Текущий
71			Эстафеты на лыжах	1	Урок рефлексии	Индивидуальный
72			Контрольный урок по лыжной подготовке	1	Урок развивающего контроля	Индивидуальный
73			Волейбол. Тактика игры. Развитие физических качеств	1	Урок открытия нового знания	Индивидуальный
74			Волейбол. Тактика игры. Развитие физических качеств	1	Урок рефлексии	Индивидуальный
75			Волейбол. Тактика игры. Развитие физических качеств	1	Урок рефлексии	Текущий
76			Волейбол. Тактика игры. Развитие	1	Урок рефлексии	Индивидуальный

			физических качеств			
77			Развитие ловкости, силы и скорости. ОФП. Повышение физических качеств	1	Урок рефлексии	Текущий
78			Развитие ловкости, силы и скорости. ОФП. Повышение физических качеств	1	Урок рефлексии	Индивидуальный
79			Футбол. Основные приемы и правила игры. Овладение техникой передвижения. Повороты. Развитие физических качеств (скоростных и координационных способностей)	1	Урок открытия нового знания	Индивидуальный
80			Футбол. Овладение техникой передвижения. Повороты. Развитие координационных способностей	1	Урок рефлексии	Текущий
81			Футбол. Овладение техникой передвижения. Повороты. Развитие координационных способностей	1	Урок рефлексии	Индивидуальный
82			Футбол. Овладение техникой передвижения. Повороты. Развитие координационных способностей	1	Урок рефлексии	Текущий
83			Футбол. Освоение техники удара по мячу. Развитие быстроты и ловкости	1	Урок открытия нового знания	Текущий
84			Футбол. Освоение техники удара по мячу. Развитие быстроты и ловкости	1	Урок рефлексии	Текущий
85			Футбол. Освоение техники удара по мячу. Развитие координационных способностей	1	Урок рефлексии	Индивидуальный
86			Футбол. Освоение техники ведения мяча. Развитие физических качеств (скоростных и координационных способностей)	1	Урок открытия нового знания	Текущий
87			Футбол. Освоение техники ведения мяча. Развитие физических качеств	1	Урок рефлексии	Текущий
88			Футбол. Освоение техники ведения мяча. Развитие физических качеств	1	Урок рефлексии	Индивидуальный
89			Футбол. Освоение техники остановки	1	Урок открытия нового знания	Индивидуальный

			катящегося мяча. Развитие физических качеств			
90			Футбол. Освоение техники остановки катящегося мяча. Развитие физических качеств	1	Урок рефлексии	Индивидуальный
91			Кроссовая подготовка. Бег на средние дистанции. Развитие выносливости	1	Урок рефлексии	Текущий
92			Кроссовая подготовка. Эстафетный бег. Развитие выносливости	1	Урок рефлексии	Текущий
93			Кроссовая подготовка. Преодоление полосы препятствий. Развитие силовой выносливости	1	Урок рефлексии	Индивидуальный
94			Развитие силовой выносливости. Бег на 1000 м	1	Урок рефлексии	Индивидуальный
95			Развитие скоростных способностей. Метание малого мяча	1	Урок рефлексии	Текущий
96			Развитие скоростных способностей. Бег на короткие дистанции	1	Урок рефлексии	Индивидуальный
97			Развитие скоростно-силовых качеств. Эстафетный бег. Прыжок в высоту с разбега. Метание малого мяча	1	Урок рефлексии	Индивидуальный
98			Развитие скоростно-силовых качеств. Эстафетный бег. Метание малого мяча. Прыжок в высоту с разбега	1	Урок рефлексии	Индивидуальный
99			Развитие скоростно-силовых качеств. Спортивная игра «Русская лапта».НРК	1	Урок рефлексии	Индивидуальный
100			Сдача зачетов по физической подготовке. Спортивная игра «Русская лапта». НРК	1	Урок развивающего контроля	Индивидуальный
101			Технические приёмы плавания. Эстафеты с элементами спортивных игр.	1	Урок рефлексии	Индивидуальный
102			Технические приёмы плавания. Эстафеты с элементами спортивных игр.	1	Урок рефлексии	Индивидуальный

Тематическое планирование, в том числе с учетом рабочей программы воспитания 6 класс.

№ п/п	Дата проведения		Тема урока	Кол-во часов	Тип урока	Вид контроля
	План	Факт.				
1.			Организационно-методические требования на уроках физической культуры. НРК	1	Урок «открытия нового знания».	текущий
2.			Тестирование бега на 30 м и челночного бега 3 X10 м.НРК	1	Урок развивающего контроля	текущий
3.			Тестирование бега на 60 и 300 м.	1	Урок развивающего контроля.	зачёт
4.			Техника старта с опорой на одну руку.	1	Урок методологической направленности.	текущий
5.			Техника метания мяча на дальность	1	Урок методологической направленности.	текущий
6.			Тестирование метания мяча на дальность	1	Урок развивающего контроля.	зачёт
7.			Физические упражнения. Спринтерский бег. Эстафетный бег.	1	Урок методологической направленности.	текущий
8.			Самостоятельные занятия. Техника прыжка в длину с разбега	1	Урок методологической направленности.	текущий
9.			Тестирование прыжка в длину с разбега	1	Урок развивающего контроля.	зачёт
10.			Равномерный бег. Развитие выносливости.	1	Урок методологической направленности.	текущий
11.			Равномерный бег. Развитие выносливости.	1	Урок рефлексии.	текущий
12.			Тестирование бега на 1000 м.	1	Урок развивающего контроля.	зачёт
13.			Физкультурно-оздоровительная деятельность. Тестирование прыжка в длину с места.	1	Урок развивающего контроля.	зачёт
14.			Броски малого мяча на точность	1	Урок методологической направленности.	текущий
15.			Броски малого мяча на точность.	1	Урок рефлексии.	текущий
16.			Стойка баскетболиста и ведение мяча.	1	Урок «открытия нового знания».	текущий
17			Броски мяча в корзину.	1	Урок методологической	Текущий

					направленности.	
18			Вырывание мяча, передача одной рукой от плеча.	1	Урок методологической направленности.	текущий
19			Броски мяча в корзину.	1	Урок методологической направленности.	текущий
20			Броски мяча в корзину двумя руками в прыжке.	1	Урок рефлексии.	текущий
21			Броски мяча в корзину двумя руками в прыжке.	1	Урок методологической направленности.	текущий
22			Броски мяча в корзину.	1	Урок методологической направленности.	текущий
23			Тактические действия.	1	Урок методологической направленности.	текущий
24			Игра по правилам	1	Урок методологической направленности.	текущий
25			Игра по правилам	1	Урок рефлексии.	текущий
26			Контрольный урок по теме «Баскетбол»	1	Урок развивающего контроля.	зачёт
27			Полоса препятствий	1	Урок методологической направленности.	текущий
28			Полоса препятствий	1	Урок методологической направленности.	текущий
29			Инструкция по технике безопасности на занятиях гимнастикой.	1	Урок «открытия нового знания».	текущий
30			Строевые упражнения и акробатические комбинации	1	Урок методологической направленности.	текущий
31.			Наклон вперёд из положения стоя на скамейке - на результат.	1	Урок развивающего контроля.	зачёт
32.			Акробатические упражнения	1	Урок методологической направленности.	текущий
33.			Акробатические упражнения	1	Урок рефлексии.	текущий
34.			Акробатическая комбинация	1	Урок методологической направленности.	текущий
35.			Подтягивание на результат	1	Урок развивающего контроля.	зачёт
36.			Подъём туловища на результат.	1	Урок развивающего контроля.	зачёт
37.			Упражнения на мышцы рук. Сгибание	1	Урок методологической	текущий

			разгибание рук в упоре лёжа.		направленности.	
38.			Опорный прыжок. Строевые упражнения.	1	Урок методологической направленности.	текущий
39.			Опорный прыжок. Строевые упражнения.	1	Урок методологической направленности.	текущий
40.			Упражнения на гимнастическом бревне.	1	Урок методологической направленности.	текущий
41.			Комбинация на гимнастическом бревне. Комбинация на гимнастическом бревне.	1	Урок развивающего контроля.	зачёт
42.			Круговая тренировка.	1	Урок рефлексии.	текущий
43.			Эстафеты с использованием гимнастического инвентаря.	1	Урок методологической направленности.	текущий
44.			Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на результат.	1	Урок развивающего контроля.	зачёт
45.			Упражнения с элементами акробатики.	1	Урок развивающего контроля.	зачёт
46.			Ритмическая гимнастика и ОФП.	1	Урок методологической направленности.	текущий
47.			Инструктаж по подвижным играм. Подвижная игра «Пионербол».	1	Урок методологической направленности.	текущий
48.			Подвижная игра «Пионербол».	1	Урок методологической направленности.	текущий
49.			Инструктаж по технике безопасности на лыжах. Попеременный двухшажный ход.	1	Урок методологической направленности.	текущий
50.			Одновременный бесшажный ход..	1	Урок методологической направленности.	текущий
51.			Чередование различных лыжных ходов..	1	Урок методологической направленности.	текущий
52.			Повороты переступанием и прыжком на лыжах.	1	Урок методологической направленности.	текущий
53.			Различные варианты подъёмов и спусков на лыжах.	1	Урок методологической направленности.	текущий
54.			Торможение и поворот упором.	1	Урок методологической направленности.	текущий
55.			Преодоление небольших трамплинов.	1	Урок методологической	текущий

					направленности.	
56.			Подъёмы на склон и спуски со склона.	1	Урок рефлексии.	текущий
57.			Прохождение дистанции 2 км.	1	Урок развивающего контроля.	Зачёт
58.			Прохождение дистанции 3 км.	1	Урок рефлексии.	текущий
59.			Техника ходов. Круговая эстафета.	1	Урок методологической направленности.	текущий
60.			Техника одновременно одношажного хода. Торможение «полуплугом».	1	Урок методологической направленности.	текущий
61.			Техника конькового хода на месте.	1	Урок методологической направленности.	текущий
62.			Техника конькового хода при спуске со склона.	1	Урок методологической направленности.	текущий
63.			Командная эстафета с использованием ранее изученных ходов.	1	Урок рефлексии.	текущий
64.			Игры на склоне	1	Урок методологической направленности.	текущий
65.			Виды подъемов на склон и виды стоек при спуске со склона.	1	Урок методологической направленности.	текущий
66.			Техника ходов. Круговая эстафета.	1	Урок методологической направленности.	текущий
67.			Одновременный двухшажный ход. Спуск «слалом»	1	Урок методологической направленности.	текущий
68.			Командная эстафета с использованием ранее изученных ходов.	1	Урок методологической направленности.	текущий
69.			Контрольный урок по теме «Лыжная подготовка».	1	Урок развивающего контроля.	текущий
70.			Технические приёмы плавания.	1	Урок «открытия нового знания».	текущий
71.			Технические приёмы плавания.	1	Урок методологической направленности.	текущий
72.			Инструктаж по спортивным играм. Волейбол. Передача мяча сверху двумя руками.	1	Урок методологической направленности.	текущий
73.			Передача мяча сверху двумя руками.	1	Урок методологической направленности.	текущий

74.			Приём мяча снизу, нижняя прямая и боковая подачи.	1	Урок методологической направленности.	текущий
75.			Приём мяча снизу, нижние подачи	1	Урок методологической направленности.	текущий
76.			Передачи и приёмы мяча после передвижения.	1	Урок методологической направленности.	текущий
77.			Передачи и приёмы мяча после передвижения.	1	Урок методологической направленности.	текущий
78.			Верхняя прямая подача	1	Урок методологической направленности.	текущий
79.			Верхняя прямая подача	1	Урок методологической направленности.	текущий
80.			Тактические действия	1	Урок методологической направленности.	текущий
81.			Игра по правилам.	1	Урок рефлексии.	текущий
82.			Футбол. Техника ведения мяча ногами.	1	Урок методологической направленности.	текущий
83.			Техника передач мяча ногами	1	Урок методологической направленности.	текущий
84.			Техника ударов по катящему мячу ногой.	1	Урок методологической направленности.	текущий
85.			Остановка мяча.	1	Урок методологической направленности.	текущий
86.			Спортивная игра « Футбол»	1	Урок методологической направленности.	текущий
87.			Спортивная игра «Русская лапта». Правила игры.НРК	1	Урок методологической направленности.	текущий
88.			Спортивная игра «Русская лапта». Удары по мячу. НРК	1	Урок методологической направленности.	текущий
89.			Спортивная игра «Русская лапта». Ловля мяча. НРК	1	Урок методологической направленности.	текущий
90.			Спортивная игра «Русская лапта». Тактические действия. НРК	1	Урок методологической направленности.	текущий

91			Спортивная игра «Русская лапта». Тактические действия. НРК	1	Урок методологической направленности.	текущий
92			Спортивная игра «Русская лапта». Ускорения отрезками. НРК	1	Урок методологической направленности.	текущий
93.			Спортивная игра «Русская лапта». Перебежки. НРК	1	Урок методологической направленности.	текущий
94			Спортивная игра «Русская лапта». Осаливание. НРК	1	Урок методологической направленности.	текущий
95			Инструктаж по охране труда. Тестирование бега на 30 м.и челночного бега 3X10м.НРК	1	Урок развивающего контроля.	зачёт
96			Тестирование бега 60 метров на результат. НРК	1	Урок развивающего контроля.	зачёт
97			Метания мяча на дальность.		Урок методологической направленности.	текущий
98			Метание мяча на результат. Эстафетный бег		Урок развивающего контроля.	зачёт
99			Прыжки в длину с места – на результат. Бег 800 м.		Урок развивающего контроля.	зачёт
100			Прыжок в длину с разбега. 6-минутый бег		Урок методологической направленности.	текущий
101			Прыжок в длину с разбега – на результат.		Урок развивающего контроля.	зачёт
102			Бег 1000 метров – на результат.		Урок развивающего контроля.	зачёт

Тематическое планирование, в том числе с учетом рабочей программы воспитания 7 класс.

№ п/п	Дата Проведения		Тема урока	Кол- во часов	Тип урока	Вид контроля
	План	Факт.				
1			Организационно-методические требования.	1	Урок «открытия нового знания»	текущий
2			Тестирование бега на 30 м. и челночного бега 3X10 м.	1	Урок развивающего контроля.	текущий
3			Тестирование бега на 60 м. и 300 м.	1	Урок развивающего контроля	зачёт
4			Спринтерский бег.	1	Урок методологической направленности.	текущий
5			Техника метания мяча на дальность. Игра «Русская лапта». НРК.	1	Урок методологической направленности.	текущий
6			Тестирование метания мяча на дальность. НРК	1	Урок развивающего контроля.	текущий
7			Спринтерский бег. Эстафетный бег.	1	Урок рефлексии.	текущий
8			Техника прыжка в длину с разбега «прогнувшись». НРК.	1	Урок методологической направленности.	текущий
9			Тестирование прыжка в длину с разбега.	1	Урок развивающего контроля.	текущий
10			Равномерный бег. Развитие выносливости.	1	Урок рефлексии.	текущий
11			Равномерный бег. Развитие выносливости. Подача и удары по мячу. НРК	1	Урок методологической направленности.	текущий
12			Тестирование бега на 1000 м. Технические приёмы игры «Русская лапта». НРК	1	Урок методологической направленности.	текущий

13			Перебежки и ускорения. НРК	1	Урок методологической направленности.	текущий
14			Осаливание. НРК	1	Урок методологической направленности.	зачёт
15			Удар по мячу с набрасывания партнером. НРК	1	Урок методологической направленности.	текущий
16			Правила и технические приёмы игры «Русская лапта» НРК	1	Урок методологической направленности.	зачёт
17			Развитие двигательных качеств в игре «Русская лапта» НРК	1	Урок рефлексии.	текущий
18			Ловля мяча после отскока от пола. НРК	1	Урок методологической направленности.	текущий
19			Ведение мяча без зрительного контроля.	1	Урок методологической направленности.	текущий
20			Ведение мяча с изменением направления	1	Урок методологической направленности.	текущий
21			Бросок мяча в корзину двумя руками от груди	1	Урок методологической направленности.	текущий
22			Бросок мяча в корзину двумя руками от груди	1	Урок рефлексии.	Текущий
23			Развитие двигательных качеств в игре баскетбол.	1	Урок методологической направленности.	Текущий
24			Бросок мяча в корзину двумя рукам в прыжке.	1	Урок методологической направленности.	Текущий
25			Технико – тактические действия обороняющейся команды	1	Урок методологической направленности.	Текущий
26			Технико – тактические действия атакующей команды.	1	Урок рефлексии.	Текущий

27			Инструкция по технике безопасности на занятиях гимнастикой. Самонаблюдение и самоконтроль	1	Урок «открытия нового знания».	зачёт
28			Акробатические упражнения	1	Урок методологической направленности.	текущий

29			Прыжки с высоты. Акробатические комбинации.	1	Урок методологической направленности.	текущий
30			Упражнения на гимнастическом бревне и акробатические комбинации.	1	Урок методологической направленности.	текущий
31			Упражнения на гимнастическом бревне и акробатические комбинации.	1	Урок методологической направленности.	текущий
32			Комбинации на гимнастическом бревне. Развитие гибкости.	1	Урок рефлексии.	текущий
33			Техника выполнения опорного прыжка согнув ноги.	1	Урок методологической направленности.	текущий
34			Техника выполнения опорного прыжка ноги врозь.	1	Урок методологической направленности.	текущий
35			Опорные прыжки.	1	Урок рефлексии.	текущий
36			Контрольный урок по теме «Опорные прыжки».	1	Урок развивающего контроля.	текущий
37			Ритмическая гимнастика и ОФП.	1	Урок методологической направленности.	текущий
38			Круговая тренировка	1	Урок методологической направленности.	текущий
39			Лазанье по канату.	1	Урок методологической направленности.	текущий
40			Акробатические упражнения и комбинации.	1	Урок методологической направленности.	текущий
41			Акробатические упражнения и комбинации.	1	Урок рефлексии.	зачёт
42			Ритмическая гимнастика	1	Урок методологической направленности.	текущий

43			Ритмическая гимнастика	1	Урок рефлексии.	зачёт
44			Комплексы упр.для формирования стройной фигуры.	1	Урок методологической направленности.	текущий
45			Оздоровительные формы занятий в режиме учебного дня.	1	Урок методологической направленности.	текущий
46			Комплексы упр.для формирования стройной фигуры.	1	Урок методологической направленности.	текущий
47			Комплексы упр.для развития основных физических качеств.	1	Урок рефлексии.	текущий

48			Одновременный бесшажный ход.	1	Урок методологической направленности.	текущий
49			Попеременный двухшажный ход. Развитие выносливости.	1	Урок методологической направленности.	текущий
50			Чередование различных лыжных ходов.	1	Урок рефлексии.	зачёт
51			Повороты переступанием и прыжком на лыжах.	1	Урок методологической направленности.	текущий
52			Преодоление естественных препятствий на лыжах.	1	Урок методологической направленности.	зачёт
53			Торможение и поворот «упором».	1	Урок методологической направленности.	текущий
54			Преодоление небольших трамплинов.	1	Урок методологической направленности.	текущий
55			Подъемы на склон и спуски со склона.	1	Урок методологической направленности.	текущий
56			Повороты упором.	1	Урок методологической направленности.	текущий

57			Прохождение дистанции 2 км	1	Урок рефлексии.	текущий
58			Прохождение дистанции 1 км.	1	Урок развивающего контроля.	зачёт
59			Торможения и спуски	1	Урок методологической направленности.	текущий
60			Спуски и подъёмы.	1	Урок методологической направленности.	зачёт
61			Спуски с уклонов под 45 градусов	1	Урок методологической направленности.	текущий
62			Развитие двигательных качеств	1	Урок рефлексии.	текущий
63			Поворот на месте махом. Преодоление бугров и впадин при спуске.	1	Урок методологической направленности.	текущий
64			Поворот на месте махом. Прохождение до 3,5 км.	1	Урок методологической направленности.	текущий
65			Коньковый ход. Развитие выносливости.	1	Урок методологической направленности.	текущий
66			Коньковый ход. Поворот переступанием	1	Урок рефлексии.	текущий
67			Применение лыжных ходов.	1	Урок методологической направленности.	текущий
68			Применение лыжных ходов.	1	Урок методологической направленности.	текущий
69			Применение лыжных ходов	1	Урок рефлексии.	текущий
70			Передача мяча сверху двумя руками.	1	Урок методологической направленности.	текущий

71			Передача мяча сверху и снизу двумя руками	1	Урок рефлексии.	текущий
72			Прямая нижняя подача	1	Урок методологической направленности.	текущий
73			Прямая нижняя подача мяча через сетку	1	Урок методологической направленности.	текущий
74			Передача мяча из зоны в зону после перемещения.	1	Урок методологической направленности.	зачёт
75			Использование различных приемов передач.	1	Урок рефлексии.	текущий
76			Верхняя прямая подача	1	Урок методологической направленности.	текущий
77			Верхняя прямая подача	1	Урок методологической направленности.	текущий
78			Верхняя прямая подача	1	Урок методологической направленности.	текущий
79			Тактические действия игроков	1	Урок методологической направленности.	текущий
80			Тактические действия игроков	1	Урок методологической направленности.	зачёт
81			Развитие двигательных качеств	1	Урок методологической направленности.	текущий
82			Развитие двигательных качеств	1	Урок методологической направленности.	текущий
83			Развитие двигательных качеств	1	Урок рефлексии.	текущий
84			Развитие двигательных качеств.	1	Урок методологической направленности.	текущий

85			<p>Всероссийский физкультурно-спортивный комплекс «Готов к труду и обороне»</p> <p>Прыжок в высоту.</p>	1	Урок методологической направленности.	текущий
----	--	--	---	---	---------------------------------------	---------

86			Прыжок в высоту	1	Урок методологической направленности.	текущий
87			Прыжок в высоту	1	Урок методологической направленности.	текущий
88			Прыжок в высоту	1	Урок развивающего контроля.	зачёт
89			Передача мяча сверху и снизу двумя руками в парах.	1	Урок методологической направленности.	текущий
90			Передача мяча сверху и снизу с перемещением.	1	Урок методологической направленности.	текущий
91			Прямая нижняя подача.	1	Урок методологической направленности.	текущий
92			Прямая верхняя подача.	1	Урок методологической направленности.	текущий
93			Нападающий удар.	1	Урок методологической направленности.	текущий
94			Нападающий удар.	1	Урок методологической направленности.	текущий
95			Нападающий удар. Блокирование.	1	Урок методологической направленности.	текущий
96			Прямая верхняя подача.	1	Урок развивающего контроля.	зачёт
97			Метание теннисного мяча на дальность.	1	Урок методологической направленности.	текущий
98			Метание малого мяча. НРК	1	Урок методологической	текущий

					направленности.	
99			Правила и технические приемы игры «Русская лапта». НРК.	1	Урок развивающего контроля.	текущий
100			Тестирование бега на 30 м. НРК.	1	Урок рефлексии.	зачёт
101			Тестирование бега на 1000 м. НРК,	1	Урок развивающего контроля.	зачёт
102			Специальные плавательные упражнения. Игра «Русская лапта». НРК.	1	Урок методологической направленности.	текущий

Тематическое планирование, в том числе с учетом рабочей программы воспитания 8 класс.

№ урока	Дата проведения		Тема урока	Кол-во часов	Тип урока	Вид контроля
	план	факт				
1			Организационно-методические требования на уроках физической культуры	1	Урок «открытия нового знания».	Текущий
2			Тестирование бега на 100 м Игра «Русская лапта»	1	Урок развивающего контроля.	Зачет
3			Бег на короткие дистанции Игра «Русская лапта»	1	Урок методологической направленности.	Текущий
4			Бег на короткие дистанции Игра «Русская лапта»	1	Урок методологической направленности.	Текущий
5			Техника метания мяча на дальность с разбега	1	Урок методологической направленности.	Текущий
6			Тестирование метания мяча на дальность с разбега	1	Урок развивающего контроля.	Зачет
7			Тестирование бега на 2000 и 3000 м	1	Урок развивающего контроля.	Зачет
8			Техника прыжка в длину с разбега «прогнувшись»	1	Урок методологической направленности.	Текущий
9			Тестирование прыжка в длину с разбега	1	Урок развивающего контроля.	Зачет
10			Равномерный бег. Развитие выносливости	1	Урок методологической направленности.	Текущий
11			Равномерный бег. Развитие выносливости	1	Урок методологической направленности.	Текущий
12			Броски малого мяча на точность	1	Урок методологической направленности.	Текущий
13			Броски малого мяча на точность	1	Урок методологической направленности.	Текущий

14			Прохождение легкоатлетической полосы препятствий	1	Урок методологической направленности.	Текущий
15			Прохождение легкоатлетической полосы препятствий	1	Урок методологической направленности.	Текущий
16			Техника удара по мячу внутренней стороной стопы	1	Урок методологической направленности.	Текущий
17			Удары по мячу подъемом ноги	1	Урок методологической направленности.	Текущий
18			Удары по катящемуся мячу подъемом ноги	1	Урок методологической направленности.	Текущий
19			Удар по мячу серединой лба	1	Урок методологической направленности.	Текущий
20			Вбрасывание мяча и удары головой по летящему мячу	1	Урок методологической направленности.	Текущий
21			Футбольные упражнения с мячом	1	Урок методологической направленности.	Текущий
22			Контрольный урок по теме «Футбол»	1	Урок развивающего контроля.	Текущий
23			Баскетбол. Передвижение, повороты, броски мяча в баскетбольную корзину	1	Урок методологической направленности.	Текущий
24			Передачи и броски мяча в баскетбольную корзину	1	Урок методологической направленности.	Текущий
25			Штрафные броски	1	Урок методологической направленности.	Текущий
26			Вырывание и выбивание мяча	1	Урок рефлексии.	Зачет
27			Штрафные броски	1	Урок развивающего контроля.	Зачет
28			Перехват мяча	1	Урок методологической направленности.	Текущий
29			Перехват мяча	1	Урок методологической направленности.	Текущий
30			Нападение и защита	1	Урок методологической направленности.	Текущий

					направленности.	
31			Баскетбол. Игра по правилам	1	Урок методологической направленности.	Текущий
32			Баскетбол. Игра по правилам	1	Урок методологической направленности.	Текущий
33			Баскетбол. Игра по правилам	1	Урок рефлексии.	Текущий
34			Инструкция по технике безопасности на занятиях гимнастикой	1	Урок «открытия нового знания».	Текущий
35			Длинный кувырок с разбега	1	Урок методологической направленности.	Текущий
36			Кувырок назад в упор, стоя ноги врозь	1	Урок развивающего контроля.	Зачет
37			Акробатические комбинации	1	Урок методологической направленности.	Текущий
38			Акробатические комбинации	1	Урок методологической направленности.	Текущий
39			Акробатические комбинации	1	Урок методологической направленности.	Текущий
40			Акробатические комбинации	1	Урок развивающего контроля.	Зачет
41			Стойка на голове и руках	1	Урок методологической направленности.	Текущий
42			Упражнения на гимнастическом бревне	1	Урок методологической направленности.	Текущий
43			Комбинации на гимнастическом бревне	1	Урок методологической направленности.	Текущий
44			Комбинации на гимнастическом бревне	1	Урок методологической направленности.	Текущий
45			Лазанье по канату	1	Урок методологической направленности.	Текущий
46			Лазанье по канату	1	Урок методологической направленности.	Текущий

47			Лазанье по канату	1	Урок методологической направленности.	Текущий
48			Упражнения на гибкость. Развитие равновесия, координации	1	Урок методологической направленности.	Текущий
49			Единоборства: стойки, передвижения в единоборствах. Ритмическая гимнастика	1	Урок методологической направленности.	Текущий
50			Инструкция по технике безопасности на занятиях лыжной подготовкой. Попеременный двухшажный ход	1	Урок методологической направленности.	Текущий
51			Одновременный бесшажный ход	1	Урок методологической направленности.	Текущий
52			Одновременный одношажный ход (скоростной вариант)	1	Урок методологической направленности.	Текущий
53			Чередование различных лыжных ходов	1	Урок методологической направленности.	Текущий
54			Чередование различных лыжных ходов	1	Урок рефлексии.	Текущий
55			Коньковый ход на лыжах	1	Урок методологической направленности.	Текущий
56			Коньковый ход на лыжах	1	Урок методологической направленности.	Текущий
57			Одновременный одношажный коньковый ход. Свободное катание.	1	Урок методологической направленности.	Текущий
58			Одновременный одношажный коньковый ход. Закаливание	1	Урок рефлексии.	Текущий
59			Подъемы на склон и спуски со склона	1	Урок методологической направленности.	Текущий
60			Подъемы на склон и спуски со склона	1	Урок методологической направленности.	Текущий
61			Торможение боковым соскальзыванием	1	Урок методологической направленности.	Текущий

62			Торможение боковым соскальзыванием	1	Урок методологической направленности.	Текущий
63			Прохождение дистанции 2,5 км на лыжах	1	Урок методологической направленности.	Текущий
64			Прохождение дистанции 2,5 км на лыжах	1	Урок развивающего контроля.	Зачет
65			Эстафеты на лыжах. Поворот в движении переступанием	1	Урок методологической направленности.	Текущий
66			Поворот в движении переступанием. Звезды советского и российского лыжного спорта	1	Урок методологической направленности.	Текущий
67			Преодоление до 5 км.	1	Урок методологической направленности.	Текущий
68			Развитие скоростной выносливости. Преодоление до 5 км	1	Урок методологической направленности.	Текущий
69			Торможение «плугом», повороты на месте.	1	Урок методологической направленности.	Текущий
70			Торможение «плугом», повороты на месте. Преодоление до 3 км.	1	Урок методологической направленности.	Текущий
71			Горнолыжная эстафета с преодолением препятствий. Контрольный урок по лыжной подготовке(у)	1	Урок развивающего контроля.	Зачет.
72			Волейбол. Передача мяча сверху двумя руками	1	Урок методологической направленности.	Текущий
73			Передача мяча сверху двумя руками в прыжке и назад	1	Урок методологической направленности.	Текущий
74			Передача мяча сверху за голову, прием мяча снизу, нижняя прямая и боковая подачи	1	Урок методологической направленности.	Текущий

75			Прием мяча снизу, нижняя прямая и боковая подачи	1	Урок методологической направленности.	Текущий
76			Прямой нападающий удар	1	Урок методологической направленности.	Текущий
77			Прямой нападающий удар	1	Урок рефлексии.	Текущий
78			Отбивание мяча кулаком через сетку	1	Урок методологической направленности.	Текущий
79			Отбивание мяча кулаком через сетку	1	Урок методологической направленности.	Текущий
80			Тактические действия	1	Урок методологической направленности.	Текущий
81			Игра по правилам	1	Урок методологической направленности.	Текущий
82			Игра по правилам	1	Урок методологической направленности.	Текущий
83			Игра по правилам	1	Урок рефлексии.	Текущий
84			Спортивные игры	1	Урок методологической направленности.	Текущий
85			Метание малого мяча в горизонтальную цель	1	Урок методологической направленности.	Текущий
86			Метание малого мяча в вертикальную цель	1	Урок методологической направленности.	Текущий
87			Лёгкая атлетика. Кроссовая подготовка. Бег на средние дистанции. Развитие выносливости	1	Урок методологической направленности.	Текущий
88			Кроссовая подготовка. Бег на средние дистанции. Развитие выносливости	1	Урок методологической направленности.	Текущий
89			Тестирование бега на 100 м Игра «Русская лапта»	1	Урок развивающего контроля.	Зачет
90			Равномерный бег. Развитие	1	Урок методологической	Текущий

			выносливости Игра «Русская лапта»		направленности.	
91			Тестирование метания мяча на дальность с разбега Игра «Русская лапта»	1	Урок развивающего контроля.	Зачет
92			Тестирование прыжка в длину с разбега Игра «Русская лапта»	1	Урок развивающего контроля.	Зачет
93			Равномерный бег. Развитие выносливости Игра «Русская лапта»	1	Урок методологической направленности.	Текущий
94			Равномерный бег. Развитие выносливости Игра «Русская лапта»	1	Урок методологической направленности.	Текущий
95			Тестирование бега на 2000 и 3000 м Игра «Русская лапта»	1	Урок развивающего контроля.	Зачет
96			Эстафетный бег Игра «Русская лапта»	1	Урок методологической направленности.	Текущий
97			Эстафетный бег Игра «Русская лапта»	1	Урок методологической направленности.	Текущий
98			Эстафеты. Скоростно-силовая подготовка	1	Урок методологической направленности.	Текущий
99			Эстафеты Игра «Русская лапта»	1	Урок развивающего контроля.	Текущий
100			Спортивная ходьба. Закаливание	1	Урок развивающего контроля.	Текущий
101			Основы туристской подготовки Плавание.Виды плавания.	1	Урок развивающего контроля.	Текущий
102			Спортивные и обрядовые игры. Плавание. Техника безопасности на открытой воде	1	Урок развивающего контроля.	Текущий

Тематическое планирование, в том числе с учетом рабочей программы воспитания 9 класс.

№ урока	Дата проведения		Тема урока	Кол-во часов	Тип урока	Вид контроля
	план	факт				
1			Организационно-методические требования на уроках физической культуры	1	Урок открытия нового знания	Текущий
2			Бег на короткие дистанции	1	Урок рефлексии	Индивидуальный
3			Бег на короткие дистанции	1	Урок рефлексии	Индивидуальный
4			Тестирование бега на 60 м с низкого старта и челночного бега 3 × 10 м	1	Урок развивающего контроля	Индивидуальный
5			Техника метания мяча на дальность с разбега	1	Урок рефлексии	Текущий
6			Тестирование метания мяча на дальность с разбега	1	Урок рефлексии	Текущий
7			Тестирование бега на 2000 и 3000 м	1	Урок развивающего контроля	Текущий
8			Прыжок в длину с разбега способами «прогнувшись», «согнув ноги» и «ножницы»	1	Урок открытия нового знания	Текущий
9			Тестирование прыжка в длину с разбега	1	Урок развивающего контроля	Текущий
10			Равномерный бег. Развитие выносливости	1	Урок рефлексии	Текущий
11			Равномерный бег. Развитие выносливости	1	Урок рефлексии	Текущий
12			Броски малого мяча на точность	1	Урок открытия нового знания	Индивидуальный
13			Броски малого мяча на точность	1	Урок рефлексии	Индивидуальный
14			Броски малого мяча на точность	1	Урок рефлексии	Текущий
15			Прохождение легкоатлетической полосы препятствий	1	Урок рефлексии	Текущий
16			Прохождение легкоатлетической полосы	1	Урок рефлексии	Текущий

			препятствий			
17			Баскетбол. Передвижения, повороты, броски мяча в корзину	1	Урок открытия нового знания	Текущий
18			Баскетбол. Передачи мяча и броски в баскетбольную корзину	1	Урок рефлексии	Текущий
19			Баскетбол. Передачи мяча и броски в баскетбольную корзину	1	Урок рефлексии	Текущий
20			Баскетбол. Штрафные броски	1	Урок открытия нового знания	Текущий
21			Баскетбол. Штрафные броски	1	Урок рефлексии	Текущий
22			Баскетбол. Вырывание и выбивание мяча	1	Урок рефлексии	Текущий
23			Баскетбол. Перехват мяча	1	Урок открытия нового знания	Текущий
24			Баскетбол. Нападение и защита	1	Урок открытия нового знания	Текущий
25			Баскетбол. Игра по правилам	1	Урок рефлексии	Текущий
26			Баскетбол. Игра по правилам	1	Урок рефлексии	Текущий
27			Контрольный урок по теме «Баскетбол»	1	Урок развивающего контроля	Индивидуальный
28			Инструкция по технике безопасности на занятиях гимнастикой	1	Урок открытия нового знания	Текущий
29			Длинный кувырок с разбега	1	Урок открытия нового знания	Текущий
30			Стойка на голове и руках	1	Урок открытия нового знания	Текущий
31			Акробатические комбинации	1	Урок рефлексии	Текущий
32			Акробатические комбинации	1	Урок рефлексии	Индивидуальный
33			Акробатические комбинации	1	Урок рефлексии	Индивидуальный
34			Упражнения на гимнастическом бревне и перекладине	1	Урок открытия нового знания	Индивидуальный
35			Упражнения на гимнастическом бревне и перекладине	1	Урок рефлексии	Индивидуальный
36			Подъем переворотом махом и подъем силой	1	Урок открытия нового знания	Индивидуальный
37			Подъем переворотом махом и подъем силой	1	Урок рефлексии	Индивидуальный
38			Комбинации на гимнастическом бревне	1	Урок рефлексии	Индивидуальный

			и перекладине			
39			Комбинации на гимнастическом бревне и перекладине	1	Урок рефлексии	Индивидуальный
40			Опорные прыжки	1	Урок открытия нового знания	Индивидуальный
41			Опорные прыжки	1	Урок рефлексии	Индивидуальный
42			Опорные прыжки	1	Урок рефлексии	Индивидуальный
43			Опорный прыжок боком	1	Урок открытия нового знания	Индивидуальный
44			Опорный прыжок боком	1	Урок рефлексии	Текущий
45			Контрольный урок по теме «Опорный прыжок»	1	Урок развивающего контроля	Индивидуальный
46			Строевые упражнения, лазание, прикладные упражнения.	1	Урок открытия нового знания	Текущий
47			Строевые упражнения, лазание, прикладные упражнения.	1	Урок рефлексии	Текущий
48			Полоса препятствий.	1	Урок рефлексии	Текущий
49			Инструкция по технике безопасности на занятиях лыжной подготовкой. Попеременный двушажный ход, одновременный двухшажный ход	1	Урок открытия нового знания	Текущий
50			Попеременный двушажный ход, одновременный двухшажный ход	1	Урок открытия нового знания	Текущий
51			Попеременный четырехшажный ход	1	Урок открытия нового знания	Текущий
52			Переход с попеременных ходов на одновременные	1	Урок открытия нового знания	Текущий
53			Переход с попеременных ходов на одновременные	1	Урок рефлексии	Текущий
54			Чередование различных лыжных ходов	1	Урок рефлексии	Текущий
55			Чередование различных лыжных ходов	1	Урок рефлексии	Индивидуальный
56			Чередование различных лыжных ходов	1	Урок рефлексии	Индивидуальный
57			Коньковый ход на лыжах	1	Урок открытия нового знания	Индивидуальный

58			Коньковый ход на лыжах	1	Урок рефлексии	Индивидуальный
59			Коньковый ход на лыжах	1	Урок рефлексии	Текущий
60			Подъемы на склон и спуски со склона	1	Урок открытия нового знания	Индивидуальный
61			Подъемы на склон и спуски со склона	1	Урок рефлексии	Индивидуальный
62			Подъемы на склон и спуски со склона	1	Урок рефлексии	Индивидуальный
63			Торможение боковым соскальзыванием	1	Урок открытия нового знания	Индивидуальный
64			Торможение боковым соскальзыванием	1	Урок рефлексии	Текущий
65			Торможение боковым соскальзыванием	1	Урок рефлексии	Индивидуальный
66			Лыжная эстафета.	1	Урок рефлексии	Индивидуальный
67			Лыжная эстафета.	1	Урок рефлексии	Текущий
68			Прохождение дистанции 2,5 км на лыжах	1	Урок рефлексии	Текущий
69			Прохождение дистанции 3 км на лыжах	1	Урок рефлексии	Текущий
70			Контрольный урок по теме «Лыжная подготовка»	1	Урок развивающего контроля	Индивидуальный
71			Технические приемы плавания.	1	Урок открытия нового знания	Текущий
72			Технические приемы плавания.	1	Урок открытия нового знания	Текущий
73			Волейбол. Передачи мяча сверху двумя руками	1	Урок открытия нового знания	Индивидуальный
74			Волейбол. Передачи мяча двумя руками сверху в прыжке и назад	1	Урок открытия нового знания	Индивидуальный
75			Волейбол. Передача мяча сверху за голову, прием мяча снизу, нижняя прямая и боковая подачи	1	Урок открытия нового знания	Текущий
76			Сложнокоординационные волейбольные упражнения	1	Урок открытия нового знания	Индивидуальный
77			Волейбол. Прямой нападающий удар	1	Урок открытия нового знания	Индивидуальный
78			Волейбол. Прямой нападающий удар	1	Урок рефлексии	Индивидуальный
79			Волейбол. Блокирование	1	Урок открытия нового знания	Индивидуальный
80			Волейбол. Тактические действия	1	Урок открытия нового знания	Текущий
81			Волейбол. Игра по правилам	1	Урок рефлексии	Текущий

82			Волейбол. Игра по правилам	1	Урок рефлексии	Текущий
83			Волейбол. Игра по правилам	1	Урок рефлексии	Текущий
84			Контрольный урок по теме «Волейбол»	1	Урок развивающего контроля	Индивидуальный
85			Футбол. Техника удара по летящему мячу внутренней стороной стопы	1	Урок открытия нового знания	Индивидуальный
86			Удары по летящему мячу подъемом ноги	1	Урок рефлексии	Текущий
87			Вбрасывание мяча и остановка мяча грудью	1	Урок открытия нового знания	Текущий
88			Вбрасывание мяча и остановка мяча грудью	1	Урок рефлексии	Индивидуальный
89			Контрольный урок по теме «Футбол»	1	Урок развивающего контроля	Индивидуальный
90			Метание малого мяча в горизонтальную цель .Спортивная игра « Русская лапта».НРК	1	Урок открытия нового знания	Индивидуальный
91			Метание малого мяча в вертикальную цель. Спортивная игра « Русская лапта». НРК	1	Урок рефлексии	Индивидуальный
92			Тестирование бега на 100 м. Спортивная игра « Русская лапта». НРК	1	Урок развивающего контроля	Индивидуальный
93			Тестирование бега на 60 м с низкого старта и челночного бега 3 × 10 м. Спортивная игра « Русская лапта». НРК	1	Урок развивающего контроля	Индивидуальный
94			Тестирование метания мяча на дальность с разбега. Спортивная игра « Русская лапта». НРК	1	Урок развивающего контроля	Индивидуальный
95			Тестирование прыжка в длину с разбега. Спортивная игра « Русская лапта». НРК	1	Урок развивающего контроля	Индивидуальный

96			Равномерный бег. Развитие выносливости. Спортивная игра « Русская лапта». НРК	1	Урок рефлексии	Индивидуальный
97			Равномерный бег. Развитие выносливости. Спортивная игра « Русская лапта». НРК	1	Урок рефлексии	Индивидуальный
98			Тестирование бега на 2000 и 3000 м	1	Урок развивающего контроля	Индивидуальный
99			Эстафетный бег. Спортивная игра « Русская лапта». НРК	1	Урок рефлексии	Индивидуальный
100			Эстафетный бег. Спортивная игра « Русская лапта». НРК	1	Урок рефлексии	Индивидуальный
101			Эстафеты. Скоростно-силовая подготовка. Спортивная игра « Русская лапта». НРК	1	Урок рефлексии	Индивидуальный
102			Эстафеты, подвижные и спортивные игры. Спортивная игра « Русская лапта». НРК	1	Урок рефлексии	Индивидуальный