

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ
Министерство образования и науки
Департамент образования г. Са
МБОУ Школа № 116 г. о. Самара

РАССМОТРЕНО СОГЛАСОВАНО УТВЕРЖДЕНО

На заседании Зам. директор МБ
методическо МБОУ Школа Школа №116
учителей ес Самара Самара
научного ци _____

_____ Дубаев Виноград
Гушенск «30» 08 2023 г. Приказ 80 о №31» 08
Протокол 30» 08 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

(ID 2288572)

учебного предмета «Физическая
для обучающихся с 5 в

г. о С 2023а ра

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа физической культуре представлена оформленную конкретизацию требований реализации через конкретное предметное

При создании программы по физической потребности **ро** **в** **р** **о** **й** **е** **н** **н** **о** **д** **о** **б** **щ** **е** **с** **т** **в** **а** в **о** **б** **щ** **е** **с** **п** **о** **с** **о** **б** **н** **о** **м** **п** **о** **д** **р** **а** **с** **т** **а** **ю** **щ** **е** **м** **п** **о** **к** **о** **л** **е** **н** **и** **и**, **р** **а** **з** **н** **о** **о** **б** **р** **а** **з** **н** **ы** **е** **ф** **о** **р** **м** **ы** **з** **д** **о** **р** **о** **в** **о** **г** **о** **о** **б** **р** **а** **з** **н** **о** **с** **т** **и** **ф** **и** **з** **и** **ч** **е** **с** **к** **о** **й** **к** **у** **л** **ь** **т** **у** **р** **ы** **д** **л** **я** **с** **а** **м** **о** **а** **к** **т** **у** **а** **л** **и** **з** **а** **ц** **и**

В своей **е** **щ** **е** **ц** **и** **н** **а** **л** **ь** **н** **о** **й** **о** **р** **и** **е** **н** **т** **а** **ц** **и** **п** **р** **о** **г** **р** **а** **м** **м** **е** **к** **у** **л** **ь** **т** **у** **р** **е** **р** **а** **с** **с** **м** **а** **т** **р** **и** **в** **а** **е** **т** **с** **я** **к** **а** **к** **с** **р** **е** **д** **с** **т** **в** **о** **м** **п** **р** **е** **д** **с** **т** **о** **я** **щ** **е** **й** **ж** **и** **з** **н** **е** **д** **е** **я** **т** **е** **л** **ь** **н** **о** **с** **т** **и**, **у** **к** **р** **е** **п** **л** **е** **н** **и** **е** **ф** **у** **н** **к** **ц** **и** **о** **н** **а** **л** **ь** **н** **ы** **х** **и** **а** **д** **а** **п** **т** **и** **в** **н** **ы** **х** **в** **р** **а** **з** **м** **о** **ж** **н** **ы** **х** **ж** **и** **з** **н** **е** **н** **н** **о** **в** **а** **ж** **н** **ы** **х** **ф** **и** **з** **и** **ч** **е** **с** **к** **и** **х** **к** **а** **ч** **е** **с** **т** **в**. **о** **б** **е** **с** **п** **е** **ч** **и** **в** **а** **е** **т** **п** **р** **е** **е** **м** **с** **т** **в** **е** **н** **н** **о** **с** **т** **ь** **с** **ф** **е** **д** **е** **р** **а** **ц** **и** **о** **н** **а** **ч** **а** **л** **ь** **н** **о** **г** **о** **о** **б** **щ** **е** **г** **о** **и** **с** **р** **е** **д** **н** **е** **г** **о** **о** **б** **щ** **е** **г** **о**

Основной целью программы по физической **о** **р** **м** **и** **р** **а** **н** **и** **е** **р** **а** **з** **н** **о** **с** **т** **о** **р** **о** **н** **н** **е** **ф** **и** **з** **и** **ч** **е** **с** **к** **и** **р** **а** **к** **т** **и** **в** **н** **о** **и** **с** **п** **о** **л** **ь** **з** **о** **в** **а** **т** **ь** **ц** **е** **н** **н** **о** **с** **т** **и** **ф** **и** **з** **и** **ч** **е** **с** **к** **и** **д** **л** **и** **т** **е** **л** **ь** **н** **о** **г** **о** **с** **о** **х** **р** **а** **н** **е** **н** **и** **я** **с** **о** **б** **с** **т** **в** **е** **н** **н** **о** **г** **о** **д** **е** **я** **т** **е** **л** **ь** **н** **о** **с** **т** **и** **и** **о** **р** **г** **а** **н** **и** **з** **а** **ц** **и** **и** **а** **к** **т** **и** **в** **н** **ы** **е** **с** **к** **о** **у** **л** **ь** **т** **у** **р** **е** **д** **а** **н** **н** **а** **я** **ц** **е** **л** **ь** **к** **о** **н** **к** **р** **е** **т** **и** **з** **и** **р** **у** **е** **т** **с** **я** **у** **с** **т** **о** **й** **ч** **и** **в** **ы** **х** **м** **о** **т** **и** **в** **о** **в** **и** **п** **о** **т** **р** **е** **б** **н** **о** **с** **т** **е** **й** **о** **б** **у** **д** **о** **л** **ь** **с** **т** **в** **е** **н** **н** **о** **г** **о** **з** **д** **о** **р** **о** **в** **ь** **ю**, **ц** **е** **л** **о** **с** **т** **н** **о** **м** **р** **а** **з** **в** **и** **т** **и** **и** **н** **р** **а** **в** **с** **т** **в** **е** **н** **н** **ы** **х** **к** **а** **ч** **е** **с** **т** **в**, **т** **в** **а** **р** **ч** **е** **с** **к** **и** **м** **ф** **и** **з** **и** **ч** **е** **с** **к** **о** **у** **л** **ь** **т** **у** **р** **ы** **в** **о** **р** **г** **а** **н** **и** **з** **а** **ц** **и** **и** **з** **д** **о** **р** **о** **в** **о** **г** **о** **о** **б** **р** **а** **з** **н** **о** **с** **т** **и** **д** **в** **и** **г** **а** **т** **е** **л** **ь** **н** **о** **с** **т** **ь** **ю** **и** **с** **п** **о** **р** **т** **о** **м**.

Развивающая направленность программы определяется вектором развития физической **в** **о** **з** **м** **о** **ж** **н** **о** **с** **т** **е** **й** **о** **р** **г** **а** **н** **и** **з** **м** **а**, **я** **в** **л** **я** **ю** **щ** **и** **х** **я** **о** **с** **т** **о** **в** **н** **о** **с** **т** **и** **п** **о** **в** **ы** **ш** **е** **н** **и** **я** **н** **а** **д** **е** **ж** **н** **о** **с** **т** **и** **и** **а** **к** **т** **и** **в** **н** **о** **с** **т** **и** **а** **д** **а** **п** **т** **а** **д** **а** **п** **т** **а** **д** **а** **ч** **и** **н** **а** **д** **о** **с** **т** **и** **ж** **е** **н** **и** **е** **м** **д** **а** **н** **н** **о** **й** **о** **р** **и** **е** **н** **т** **а** **ц** **и** **и** **я** **в** **л** **я** **е** **т** **с** **я** **з** **н** **а** **н** **и** **и** **у** **м** **е** **н** **и** **и** **в** **о** **р** **г** **а** **н** **и** **з** **а** **ц** **и** **и** **и** **с** **а** **м** **о**

оздоровительной, спортивной и культурной программой, возможностями познания своей культуры, возможности целенаправленного развития.

Воспитывающее значение программы заключается в осмыслении и понимании роли и значения олимпийского движения, приобщения к современному развитию.

В число практических результатов формирования положительных навыков и взаимодействия со сверстниками и организации совместной учебной и конс

Центральной идеей конструирования планируемых образовательных результатов по физической культуре является обеспечение единства в развитии физической культуры и социальной природы. Реализация этой идеи на основе содержания учебного предмета, деятельности с её базовыми компонентами (физической культуре), операциональной деятельности) и совершенствование (совершенствование).

В целях усиления мотивационной составляющей программы «Физическая культура», придания ей содержания программы по физической культуре модулей, которые вносят вклад в совершенствование».

Инвариантные модули включают в себя спорт: гимнастика, лёгкая атлетика, лыжной подготовки), спортивные игры, в своём предметном содержании ориентируются на подготовку обучающихся, освоение физических упражнений, содействующих

Вариативные модули объединены в модуль, в котором разрабатывается образовательный модуль по физической культуре для организаций. Основной содержательной задачей модуля является подготовка обучающихся к выполнению требований Всероссийской олимпиады школьников по физической культуре и спорту, активное вовлечение их в соревнования.

Модуль «Спорт» может разрабатываться на основе содержания базовых национальных видов спорта, современных требований к физической подготовке обучающихся в рамках данного модуля представлено содержание программы по физической культуре на уровне основного общего образования, в котором раскрываются познавательных, коммуникативных и соответствующих возможностям и особенностям личности. Личностные результаты содержания учебного предмета и представлены.

Общее количество часов, рекомендованных для изучения физической культуры на уровне основного общего образования: в 5 классе – 2 часа (3 недели в учебном году), в 6 классе – 2 часа (3 недели в учебном году), в 7 классе – 2 часа (3 недели в учебном году), в 8 классе – 2 часа (3 недели в учебном году), в 9 классе – 2 часа (3 недели в учебном году). Физическая подготовка отводится с 150 минут в каждом классе).

Общее количество часов, рекомендованных для изучения физической культуры на уровне основного общего образования: в 5 классе – 2 часа (3 недели в учебном году), в 6 классе – 2 часа (3 недели в учебном году), в 7 классе – 2 часа (3 недели в учебном году), в 8 классе – 2 часа (3 недели в учебном году), в 9 классе – 2 часа (3 недели в учебном году). Физическая подготовка отводится с 150 минут в каждом классе).

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

5 КЛАСС

Знания о физической культуре.

Физическая культура на уровне основного содержания и формы организации занятий по физической культуре, организация общеобразовательной организации.

Физическая культура и здоровый образ жизни основных форм занятий физической культурой и спортом, организацией отдыха и досуга.

Исторические сведения об Олимпийских играх, характеристика их содержания и правления, завершение истории Олимпийских игр древности.

Способы самостоятельной деятельности.

Режим дня и его значение для работоспособности. Составление индивидуальных диет и последовательности в выполнении физических упражнений.

Физическое развитие человека, его оценка как показатель физического развития и нарушений в условиях учебной и бытовой деятельности и оценивания осанки. Составление комплексов коррекционной направленности.

Проведение самостоятельных занятий на открытых площадках и в домашних условиях, выбор одежды и обуви, предупреждение травматизма.

Оценивание состояния организма в процессе самостоятельных занятий физической культурой. Составление дневника физической культуры.

Физическое совершенствование.

Физкультурно-оздоровительная деятельность.

Роль и значение физической культуры в современном образе жизни, зарядки и физкультминутки, дыхательные упражнения в процессе учебных занятий, закаливание, утренней зарядкой. Упражнения на развитие гибкости, координации; использование внешних отягощений.

Спортивно-оздоровительная деятельность.

Роль и значение физической культуры в жизни современного человека.

Модуль «Гимнастика».

Кувырки вперёд и назад в группировке «скрестно», кувырки назад из стойки прыжки через гимнастического козла прыжки на гимнастического козла (чужие).

Упражнения на низком гимнастическом с поворотами кругом и на 90° , лёгкий толчком двумя ногами, передвижение Упражнения на гимнастическом в висе на правым и левым боком, лазанье различными одноимённым способом вверх. Расхождение правым и левым боком способом «удерживать».

Модуль «Лёгкая атлетика».

Бег на длинные дистанции, бег на короткие дистанции, передвижения. Прыжки в длину с разбега, высоту с прямого разбега.

Метание малого мяча с места, метание малого мяча на дальность с толчком.

Модуль «Зимние виды спорта».

Передвижение на лыжах попеременным на лыжах переступанием на месте и в подъём по пологому склону способом преодоление небольших бугров и впадин.

Модуль «Спортивные игры».

Баскетбол. Передача мяча двумя руками движением, ведение мяча на месте «змейкой», бросок мяча в корзину двумя различными техническими действиями с мячом.

Волейбол. Прямая нижняя подача мяча руками снизу и сверху на месте и в движении действия с мячом.

Футбол. Удар по неподвижному мячу небольшого разбега, остановка катящегося мяча «по прямой», «по кругу ориентированно» (конусов).

Совершенствоохватывающие ранее разученных акробатических упражнений, упражнения спорта, технических действий спортивных. Модуль «Спорт».

Физическая подготовка к выполнению использованью в физической подготовке оздоровительных систем физической культуры-физических игр.

6 КЛАСС

Знания о физической культуре.

Возрождение Олимпийских игр и современными Пьера де Кубертена в Девиз, символика и ритуалы современной организации и проведения первых Олимпийских чемпионы.

Способы самостоятельной деятельности.

Ведение физическая культура. влияние на развитие систем организма физическая подготовленность как результат.

Правила и способы самостоятельного проведения измерительных процедур подготовленности. Правила техники и способы регистрации их результатов.

Правила и способы самостоятельной физической подготовкой.

Физическое совершенствование.

Физкультурно-оздоровительная деятельность.

Правила самостоятельного закаливания воздушных и солнечных ванн, купания техники безопасности и гигиены мест занятий.

Оздоровительные комплексы: упражнения с использованием дополнительных средств профилактики нарушения зрения во время компьютером, упражнения для физкультурно-оптимальной работоспособности мышц в режиме учебной деятельности.

Спортивно-оздоровительная деятельность.

Модуль «Гимнастика».

Акробатическая комбинация из стоячих и координированных упражнений, стойки акробатических упражнений.

Комбинация из стилизованных общераспространенных упражнений различных направлений с разнообразной траекторией, танцевальными движениями (девочки).

Опорные прыжки через гимнастическое «согнув ноги» (мальчики) и способом «

Гимнастическая комбинация на низком гимнастическом снаряжении с использованием стилизованных общераспространенных упражнений, передвижениями, поворотами с разнообразными движениями статических поз (девочки).

Упражнения на невысокой гимнастической скамейке врозь, перемах вперед и обратно.

Лазанье по канату в три приема (мальчики).

Модуль «Лёгкая атлетика».

Старт с опорой на одну руку и последующий равномерный бег по учебной дистанции. Беговые упражнения.

Прыжковые упражнения: прыжок в высоту «перешагивание», ранее разученные прыжки в высоту, напрыгивание и спрыгивание.

Метание малого мяча (мяч) в движущую мишень.

Модуль «Зимние виды спорта».

Передвижение на лыжах одновременным способом преодоление небольших трамплинов при стойке, ранее разученные упражнения на учебной дистанции, повороты, спуски.

Модуль «Спортивные игры».

Баскетбол. Технические действия и стойки баскетболиста, прыжки вверх на другую ногу шаташа прыжком.

Упражнения с мячом: ранее разученных в различных направлениях и по разной траектории в корзину.

Правила игры и игровая деятельность разученных приёмов в волейболе.

Волейбол. Приём и передача мяча в игровой площадке команды соперника. Правила игры по правилам с использованием разученных приёмов и передача мяча в игре.

Футбол. Удары по катящемуся мячу с целью попасть в ворота по правилам с использованием приёмов в остановке и передаче мяча, в игре.

Совершенствование техники акробатических упражнений, упражнений в гимнастике, спортивных, технических действий в различных видах спорта.

Модуль «Спорт».

Физическая подготовка к выполнению упражнений с использованием средств базовой физической культуры и оздоровительных систем физической культуры и спорта.

7 КЛАСС

Знания о физической культуре.

Зарождение олимпийского движения в древности. А. Д. Бутовского в развитии отечественного спорта. Олимпийское движение в СССР. Характеристика основных этапов в развитии олимпийского движения в России.

Влияние занятий физической культурой на формирование положительных качеств личности современного человека.

Способы самостоятельной деятельности.

Правила техники безопасности и гигиенические требования к занятиям физической культурой на открытом воздухе. Ведение дневника по физической культуре.

Техническая подготовка и её значение в развитии физической культуры. Двигательные упражнения, понятия двигательных действий, оценка техники двигательных действий. Ошибки при разучивании техники двигательных действий.

действий, причины и способы их предотвращения тпгохднгиочтеосвккоой .

Планирование самостоятельных занятий учебный год и учебную четверть. Составление самостоятельной технической оценоидвгаонт оздоровительного эффекта занятий фи «индекса Кетле», «орто статической пр стандартной нагрузкой».

Физическое совершенствование.

Физкультурно-оздоровительная деятельность.

Оздоровит еолмыпнпыек сик для самостояте добавлением ранее разученных упражне профилактики нарушения осанки, дыхат режиме учебного дня.

Спортивно-оздоровительная деятельность.

Модуль «Гкиамж.а ст

Акробатические комбинации из ранее добавлением упражнений ритмической г акробатические пирамиды в парах и тр опорой на руки, акробатинныжаупржжбс равновесии, стойках, кувырках (мальчи

Комплекс упражне ренбийкис тевключаящий ходьбе, прыжках, спрыгивании и запрыги и ног, выполняемых в среднем и высоко

Комбинация гимнастическом бревне из с добавлением упражнений на статиче (девочки). Комбинация на низкой гим разученных упражнений в висахЛа зуапюбреа х канату в два приёма (мальчики).

Модуль «Лёгкая атлетика».

Бег с преодолением препятствий спос бег», эстафетный бег. Ранее освоенны скорости передвижения и нпирядопржжжкпсьс в длину способом «согнув ноги» и в вы

Метание малого (теннисного) мяча по скоростью мишени.

Модуль «Зимние виды спорта».

Торможение и поворот на шыжжжжгогуофн переход с передвижения попеременным д

одновременным одношажным ходом и об
учебной дистанции, спуски и подъёмы р
Модуль «Спортивные игры».

Баскетбол. Период для мяча после от
корзину двумя руками снизу и от груди
по правилам с использованием ранее р
мяча и с мячом: ведение, приёмы и пер

Волейбол. Верхняя прямая подача м
соперника, передача мяча через сетку
голову. Игровая деятельность по пр
разученных технических приёмов.

Футбол. Средние передачи мяча по пря
тактические действия при выполнении у
за боковой линии. Игровая деятельность
разученных технических приёмов.

Совершенствование техники гимнастич
акробатических упражнений, упражнени
спорта, технических действий спортивн

Модуль «Спорт».

Физическая подготовка к выполнению
использованием средств бадминтон, физич
оздоровительных систем физической кул
культуры и эстетических игр.

8 КЛАСС

Знания о физической культуре.

Физическая культура в современно
основных направлениях. Физическое
физическое развитие. Адаптивная физ
социальная значимость.

Способы самостоятельной деятельности.

Коррекция осанки и разработка ин
корректирующей гимнастики. Каррекция избыточн
разработка индивидуальных планов заня

Составление комплексов для самосто
спортивной подготовкой. Способы учёта
составления основных тренировочных

Физическое совершенствование.

Физкультурно-оздоровительная деятельность.

Профилактика перенапряжения системы
оздоровительной физической культуры:
регулируем и живую нервную систему,
устоимости и остроты зрения.

Спортивно-оздоровительная деятельность.

Модуль «Гимнастика».

Акробатическая комбинация из ранее
направленности, с увеличивающемся
стойках, упорах, кувырках, прыжках (к

Гимнастическая комбинация на гимна
освоенных упражнениях с увеличивающемся
прыжках, поворотах и передвижениях
комбинация на рекладине с включением ра
упорах и висах (юноши). Гимнастичес
брусьях с включением упражнений в у
соскока (юноши). Вольные упражнения
акробатических упражнений и упражнения
(девушки).

Модуль «Лёгкая атлетика».

Кроссовый бег, прыжок в длину с раз

Правила проведения соревнований п
Самостоятельная подиютонвокрамакившколен
комплекса ГТО в беговых (бег на ко
технических (прыжки и метание спорти
атлетики.

Модуль «Зимние виды спорта».

Передвижение на лыжах одновременно
проедание естественных препятствий
перешагиванием, перелазанием, тормо
спуске на лыжах с пологого склона, п
хода на одновременный бесшажный еход
упражнения лыжной подготовки в перед
подъёмах, торможении.

Модуль «Плавание».

Старт прыжком с тумбочки при плава
воды толчком от стенки бассейна при
при шлавжролем на груди и на спине.
кролем на груди и на спине.

Модуль «Спортивные игры».

Баскетбол. Повороты туловища в положении стоя, удержанием мяча двумя руками, передача мяча снизу, прыжки и одной рукой в прыжке.

Волейбол. Прямой нападающий удар, мяча в прыжке с места, тактические действия в игре по правилам с использованием приемов.

Футбол. Удар по мячу с разбега в движении, остановка мяча внутренней стороной стопы, технические и тактические действия в игре (девочки). Игровая деятельность по использованию ранее разученных техник.

Совершенствование акробатических упражнений, упражнений гимнастики, спортивных, технических действий спортивных игр.

Модуль «Спорт».

Физическая подготовка к выполнению упражнений с использованием оздоровительных систем физической культуры и спортивных игр.

9 КЛАСС

Знания о физической культуре.

Здоровье и здоровый образ жизни, влияние образа жизни на здоровье человека. Туристские прогулки и занятия спортом на свежем воздухе.

Способы самостоятельной деятельности.

Восстановительный массаж как средство восстановления работоспособности после физической подготовки. Баня и сауна для поддержания здоровья. Измерение функциональных резервов организма с помощью самостоятельных занятий физическими упражнениями в свободное время.

Физическое совершенствование.

Физкультурно-оздоровительная деятельность.

Занятия физической культурой и спортом для снижения избыточной массы тела. Оздоровительные занятия.

профилактические мероприятия как в в ро ж
обучающихся .

Спортивно-оздоровительная деятельность.

Модуль « Гимнастика » .

Акробатическая комбинация с включе
и кувьрка назад в упор , стоя ноги
комбинация на высокой е н е р с к л а д м e н т о в
и соскока вперёд прогнувшись (юноши)
параллельных брусьях , с включением дв
(юноши) . Гимнастическая комбинация
включением ап, ол су ш п й к и т н а колене с опор
ноги назад (девушки) . Черлидинг : ком
пирамид , э л е - м э р н о б а м н и , с т а e н р о б а т и к и и р и
(девушки) .

Модуль « Лёгкая атлетика » .

Техническая п о д в о д я щ и е в к л а р ы в к к б в ы х у п р а
короткие и длинные дистанции , прыжки
« согнув ноги » , прыжки в высоту спосо
подготовка в метании спортивного снар

Модуль « Звизднн спорта » .

Техническая подготовка в передвиже
дистанции : попеременный двухшажный х
ход , способы перехода с одного лыжного

Модуль « Плавание » .

Брасс : подводящие ну и ф а ж н е п н о и л я н о й ж л
Повороты при плавании брассом .

Модуль « Спортивные игры » .

Баскетбол . Техническая подготовка
передачи , приёмы и броски мяча на мес

Волейбол . Техническая д е й о д в о я а в к а o d
разные зоны площадки соперника , при
движении , удары и блокировка .

Футбол . Техническая подготовка в и
и передачи , остановки и удары по мячу

Совер ш е н о в а н и е техники ранее разу
акробатических упражнений , упражнени
спорта , технических действий спортивн

Модуль « Спорт » .

Физическая подготовка к выполнению
используемых в этих базовой физической
оздоровительных систем физической культуры
культурно-эстетических игр.

Программа вариативного модуля «Базовая физическая подготовка».

Развитие силовых способностей.

Комплексы обще развивающих и локаль
упражнений, отягощённых весом собствен
дополнительных средств (гантелей, эс
другого инвентаря). Комплексы упражн
Упражнения на гимнастических снарядах
гимнастической стенке и других снаря
одной рукой из положений стоя и сид
снизу и сбоку, за отгиб руки, прыжки в
дополнительным отягощением (напрыгива
скакалку, многоскоки, прыжки через пр
с дополнительным отягощением (в горк
эстафеты). Передвижения рывки с
гимнастической стенке с дополнительн
непредельных тяжестей с мячом в
Подвижные игры с силовой направле
баскетбол с набивными мячами и др

Развитие скоростных способностей.

Бег на месте в максимальном темпе
без упора). Челночный бег. Бег по р
Повторный бег с максимальной скорост
(10-15 м). Бег с ускорениями из разн
максимальной скоростью и собиранием
и на разной высоте. Стартовые ускорен
Метание малых мячей по движущимс
раскачивающейся, летящей). Ловля тен
стены (правой и левой рукой). Переда
(левой) рукой и попеременно. Веден
ускорениями по прямой, по кривой, св
месте и в движении с максимальной час
препятствий, включающей в себя: прыж
разметкам, бег с максимальной скоро
преодолением препятствий на высоте
различных предметов (легкоатлетически

подвешенных на высоте). Эстафеты и направленностью. Технические действия выполняемые нсо ймаскксоирмаслгью движений.

Развитие выносливости.

Равномерный бег на шыржа двивжернеижи ма х большой интенсивности. Повторный бег режимах максимальной и субмаксимально ма р-бшрок на лыжах.

Развитие координации движений.

Жонглирование большими мячами. Жонглирование гимнастическим волейбольным мячом головой. Метание (неподвижную и двигающуюся). Перед наклонной, ограниченной дмэотшири не прюид голове). Упражнения в статическом воспроизведении пространственной точ туловищем. Упражнение на точность усилий. Подвижные и спортивные игры.

Развитие гибкости.

Комплексы общеразвивающих упражнений выполняемых с большой амплитудой дви и расслабление мышц. Специальные упр суставов (полушпагат, шпайтца лыж) руть

Упражнения культурно-этнической направленности.

Сюжетные образные и обрядовые игры. национальных видов спорта.

Специальная физическая подготовка.

Модуль «Гимнастика».

Развитие гибкости. Наклоны тгуюши возрастающей амплитудой движений в п стороны. Упражнения с гимнастической развития подвижности плечевого су общеразвивающих упражнеиушой длювышешю локтевых, тазобедренных и коленных с позвоночного столба. Комплексы актив большой амплитудой движений. Упражне суставов (полушпа,гамсш)пагат, складка

Развитие координации движений. Про препятствий, включающей быстрые кувь

наклонной плоскости, преодоление препятствия без опорным прыжком, быстрое изменение направления движения левой рукой в подвижную и неподвижную мишень. Касание правой и левой ногой мишени в прыжке с места и с разбега. Разнообразные прыжки с места и с продвижением вперед.

Развитие силовых способностей. Подтягивание в упоре. Передвижения в висе и упоре на руках. Подтягивание в висе стоя (лёжа) на перекладине. Отжимания в упоре лёжа с изменяющейся амплитудой движений (отжимание в упоре на низких брусьях гимнастической стенке до сильной усталости). Упражнения на гимнастическом козле (ноги зафиксированы). Упражнения с гантелями с индивидуально подобранными нагрузками. Повороты на месте, наклоны, подскоки с мячом из различных исходных положений. Упражнения с избирательного воздействия на отдельные части тела с увеличивающимся темпом движений без остановки. Элементы атлетической гимнастики (подтягивание одной ногой «пистолетом» с опорой на другую).

Развитие выносливости. Упражнения выполняемые в режиме умеренной интенсивности с фиксацией положений тела. Повторения упражнений с уменьшающейся нагрузкой («интервальные тренировки»). Комплексы упражнений в режиме непрерывного и интервального движения.

Модуль «Лёгкая атлетика».

Развитие выносливости. Бег с максимальной скоростью (повторный бег с интервалами). Повторный бег с равномерной скоростью. Повторный бег с препятствиями в малом темпе. Повторный бег с финальным ускорением. Равномерный бег с постепенным ускорением в конце.

Развитие силовых способностей. Спринты с дополнительным отягощением. Прыжки с места с отягощением. Прыжки в полуприседе (на одной ноге). Прыжки с последующим спрыгиванием по методу ударной тренировки. Прыжки с места с отягощением.

изменением направлений, поворотами вправо и поочередно. Бег с препятствиями. С отягощением и без него. Комплексы упражнений с локальным отягощением на силовых упражнениях по методу круговой тренировки.

Развитие скоростных способностей. Бег с опорой на руки и без опоры с горкой и с горки. Повторный бег на максимальной скоростью (по прямой, на повороте и в обратном направлении) с максимальной скоростью «с ходу». Прыжки через скакалку. Ускорение, переходящее в многоскоки, с ускорением. Подвижные и спортивные игры.

Развитие координации движений. Спортивные упражнения на развитие координации (материала модулей «Гимнастика» и «Спортивные игры»).

Модуль «Зимние виды спорта».

Развитие выносливости. Передвижение на лыжах с максимальной скоростью в режимах умеренной, высокой и максимальной интенсивности, с соревновательной скоростью.

Развитие силовых способностей. Передвижение на коньках на склоне с дополнительным отягощением. Бег с отягощением на скользящем шаге, бегом, «лесенкой» и прыжками в «транспортировке».

Развитие координации. Упражнения, включающие проезд через «ворота» и преодоление препятствий.

Модуль «Спортивные игры».

Баскетбол.

1) Развитие скоростных способностей в направлениях с максимальной скоростью в выполнении разгибаний в прыжке вправо, влево, приседания). Ускорения с максимальной частотой (темпом) шагов. Выпрыгивание вверх с доставанием орбиты. Челночный бег (бередование прохождения за спиной и спиной вперед). Бег с максимальной скоростью в выполнении многоскоков. Передвижение на коньках с максимальной скоростью приставными шагами левым и правым краем. Броски баскетбольного мяча с ускорением и максимальной скоростью вправо и влево на обеих ногах и одной ногой с максимальной скоростью.

ускорениями» «дляблингизмением на п
Кувьрки вперёд, назад, боком с посл
спортивные игры, эстафеты.

Развитие силовых способностей.
дополнительным отягощением на основн
через препятствия. Спрыгивание с воз
ускорением, прыжком в длину и в вы
дополнительным отягощением (вперёд,
вперёд).

Развитие выносливости. Равнодлёрнный
дистанции. Повторные ускорения с ум
Повторный бег на короткие дистанции
уменьшающимся интервалом отдыха. - Гла
интервального метода. Передвбюжённей
умеренной интенсивности.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЫ НА УРОВНЕ НАЧАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

В результате изучения физической культуры и спорта обучающиеся будут сформированы личностные результаты:

готовность проявлять интерес к истории физической культуры и спорта в Российской Федерации, уважать традиции выдающихся отечественных и зарубежных спортсменов;

готовность соблюдать символы Российской Федерации, участвовать в спортивных соревнованиях, уважать традиции Олимпийских игр и олимпийского движения;

готовность ориентироваться на межличностного взаимодействия при проведении совместных занятий физической культурой и спортом, здоровьесберегающих мероприятий в условиях массового спорта;

готовность оценивать своё поведение и поведение других при проведении совместных занятий физической культурой и спортом в мероприятиях и соревнованиях;

готовность оказывать первую медицинскую помощь при травмах и повреждениях, соблюдать правила техники безопасности при проведении занятий физической культурой и спортом;

стремление к физической культуре и спорту, к формированию здорового образа жизни и телосложения, к занятиям спортом;

готовность организовывать и проводить занятия физической культурой и спортом на основе научных представлений о развитии и физической подготовленности с учётом индивидуальных особенностей и наблюдений за изменением их показателей;

осознание здоровья как базовой потребности человека, осознание объективной необходимости в его укреплении и сохранении посредством занятий физической культурой и спортом;

осознание необходимости ведения здорового образа жизни, профилактики пагубного влияния вредных привычек, осознание необходимости ведения здорового психического и социального здоровья человека;

способность адаптироваться к стрессовым ситуациям, способность к профилактике и лечению заболеваний, способность к регулярной физической активности;

напряжений, активному восстановлению умственных и физических нагрузок;

готовность соблюдать правила без физической культурой и спорта, профилактические мероприятия по оргспортивного инвентаря и оборудования, готовность соблюдать правила и время туристских походов, проносящим вред окружающей среде;

освоение опыта взаимодействия с поведением при выполнении учебных культуры, игровой и соревновательной

повышение компетентности физической культурой, планировании и зависимости от индивидуальных интересов

формирование представлений об основах физического воспитания и руководствоваться ими в познавательном общении со сверстниками, публичных

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

В результате изучения физической общего обучающегося будут сформированы познавательные учебные действия, учебные действия, универсальные регулятивные

У обучающегося будут сформированы познавательные учебные действия

проводить сравнение современных Олимпийских различия;

осмысливать Олимпийскую хартию как современного олимпийского гуманистической направленности;

анализировать влияние занятий физическим воспитанием положительных качеств личности профилактики вредных привычек;

характеризовать туристские виды спорта, выявлять их целевое предназначение в

руководствоваться требованиями техник передвижения по маршруту и организации устанавливать связь между режимом дня и изменениями показателей р устанавливать связь негативного состояния здоровья и выявлять индивидуальные формы и составлять профилактические мероприятия;

устанавливать связь между физическими качествами, состоянием здоровья возможностями основных систем организма

устанавливать связь между техникой физического упражнения и возникновением во время самостоятельных занятий

устанавливать связь между занятиями на открытых площадках и

У обучающегося будут сформированы коммуникативные учебные действия

выбирать, анализировать и систематизировать источники образцов техники выполнения правильного самостоятельных занятий подготовкой;

вести наблюдения за развитием физических показатели с данными стандартов, занятия на основе определённых пульса и внешним признакам утомления;

описывать и анализировать технику выделять фазы и элементы движений, упражнения;

и планировать последовательно эффективность обучения посредством

наблюдать, анализировать и контролировать физических упражнений другими обучающимися образцом, выявлять ошибки и

изучать и коллективно обсуждать те разучиваемого упражнения, рассматривать ошибок, анализировать возможные приемы способы их устранения.

У обучающегося и преподавателя сформулировать
регулятивные учебные действия

составлять и выполнять индивидуальные
упражнений с разной функциональной
особенности их воздействия на состояние
возможностей с помощью процедур контроля

составлять и выполнять акробатические
упражнений, самостоятель-но ориентироваться
упражнения на спортивных снарядах;

активно взаимодействовать в учебной и игровой
ориентироваться на указания учителя
конфликтных и нестандартных ситуаций
других на ошибку, право на её совместное

разучивать те же упражнения действия в
активно взаимодействуют при совместных
нападении, терпимо относится к ошибкам
соперников;

организовывать оказание помощи
время самостоятельных занятий физической
способы и приёмы помощи в зависимости
полученной травмы.

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

К концу **5-го класса** обучающийся научится:

выполнять требования безопасности на уроках
самостоятельных занятий физическими
активного отдыха и досуга;

проводить измерение индивидуально
показатели со стандартами
и профилактике её нарушения, планировать

составлять дневник физической культуры
показателями физического развития и
планировать содержание мероприятий
занятий;

осуществлять профилактику утомления
выполнять комплексы упражнений физической
зрительной гимнастики;

выполнять комплексы упражнений о культуру на развитие гибкости, координацию выполнять опорный прыжок с разбега (мальчики) и способом «напрыгивания» (девочки);

выполнять упражнения в висах и в упоре на перекладине (мальчики), в передвижении ходьбой и приставным шагом с поворотом на месте и с продвижением (девочки);

передвигаться по гимнастической скамейке различными способами вверх и по диагонали выполнять бег с равномерной скоростью дистанции;

демонстрировать технику прыжка в длину «ноги»;

передвигаться на лыжах попеременно без опоры (техника передвижения);

тренироваться в упражнениях общей физической подготовки с учетом индивидуальных особенностей;

демонстрировать технические действия в баскетболе (ведение мяча, передача мяча в различных направлениях, прием и передача мяча в движении);

волейбол (прием и передача мяча в движении, прямая нижняя подача);

футбол (ведение мяча, прием и передача мяча, удар по неподвижному мячу);

К концу учебного года обучающийся научится:

характеризовать Олимпийские игры с культурное явление, представлять Пьер де Кубертен в возрождении, обсуждать историю возникновения ритуалов Олимпийских игр;

измерять индивидуальные показатели их соответствия норме и подбирать направление развития;

контролировать режимы физической подготовки и степени утомления организма по внешним признакам самостоятельных занятий физической подготовкой;

проводить анализ причин зарождения движения, давать характеристику современности России;

объяснять положительное влияние за занятием спортом на воспитание личностных качеств и приводить примеры из собственной жизни;

объяснять понятие «техника», руководствоваться правилами технического обучения новым физическим упражнениям, оценивая технику их выполнения;

составлять планы самостоятельных занятий в течение недели и месяца, оценивать их оздоровительный эффект («орто статической пробы» (по образцу));

выполнять лазанье по канату в два акробатических прыжка (вверх и вниз); и три

составлять и самостоятельно выполнять упражнения в ходьбе, прыжках, поворотах, разведением рук и ног (демонстрируя)

выполнять стойку на голове с опорой на акробатическую комбинацию из ранее освоенных упражнений;

выполнять беговые упражнения с препятствиями («наступление» и «прыжковый бег», применяя различные местности);

выполнять метание малого подвижного предмета качающуюся и катящуюся с разной скоростью;

выполнять переход с передвигания на передвигание одновременным шагом по учебной дистанции, наблюдая за выполнением другими обучающимися, выявлять ошибки и предлагать способы их устранения (демонстрируя переход);

тренироваться в упражнениях общей физической подготовки с учетом особенностей;

демонстрировать и использовать технику баскетбола (передача и ловля мяча двумя руками снизу и от груди в движении); техникой ведения игровой деятельности;

волейбол (передача мяча за голову и использование разученных технических действий);

футбол (средние и длинные передачи действии при выполнении углового в штрафной линии, использование разученных технических действий).

К концу ~~в 8 курсе~~ ~~собирающийся~~ обучающийся научится:

проводить анализ основных направлений культуры в Российской Федерации, характеристик их организации;

анализировать понятие «всестороннее развитие», раскрывать критерии и привнести наследственными факторами физической

проводить занятия оздоровительной индивидуальной формы осанки и избыточные составлять планы занятия спортивной целевое содержание с выявляемыми развитием основных физических качеств;

выполнять гимнастическую комбинацию ранее освоенных упражнений с добавление ритмической гимнастики (девушки);

выполнять комбинацию параллельных брусьев упражнений в упоре на руках, кувырок выполнение другими обучающимися и анализировать ошибки и причины их устранения (юноши);

выполнять прыжок в длину с разбега наблюдать и анализировать технические обучающимися, выявлять ошибки и предлагать

выполнять тестовые задания комплексов легкоатлетических дисциплинах в соответствии требованиями к их технике;

выполнять передвижение на лыжах одноступенчатый переход с попеременного двухшагового ходом, преодоление естественных препятствий перешагиванием, перелазанием и (для цели передвижения);

измерять индивидуальные функциональные возможности с помощью проб Штанге, Генча, «задержки дыхания» при планировании индивидуальных занятий физической подготовкой;

определять характер травм и ушибов в самостоятельных занятиях физическими упражнениями и в отдыха, применяя первоначальную помощь;

составлять и выполнять комплексы акробатических упражнений с повышенной нагрузкой (юноши);

составлять и выполнять гимнастические упражнения на перекладине из разновысотных брусьев, в кулачки, в висе, в размахивании и соскока вперёд способом виса;

составлять и выполнять композиции упражнений с построением пирамид, группировок, группировок с опорой на гимнастический снаряд;

составлять и выполнять комплексы упражнений с включением элементов художественной гимнастики и равновесия (девушки);

совершенствовать технику беговых упражнений в самостоятельных занятиях техникой бега в соответствии с нормативными требованиями комплекса ГТО;

совершенствовать технику передвижений в самостоятельных занятиях техникой передвижений в соответствии с нормативными требованиями комплекса ГТО;

соблюдать правила безопасности в занятиях физическими упражнениями;

выполнять повороты кувырком, маятником;

выполнять технические элементы бросков;

совершенствовать технические действия в волейбол, футбол, взаимодействие в играх и игровой деятельности, при организации соревнований по защите;

тренироваться в упражнениях общей физической подготовки с учётом индивидуальных особенностей.

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
5 КЛАСС**

№ п /	Наименование раздела программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контроль работы	Практич работы	
Раздел 1. Знания о физической культуре					
1.1	Знания о физической культуре	3	0	0	Библиотека
Итого по разделу		3			
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности					
2.1	Способы самостоятельной деятельности	5	0	0	библиотека
Итого по разделу		5			
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ					
Раздел 3. Физкультурно-спортивная деятельность					
1.1	Физкультурно-спортивная деятельность	6	0	0	библиотека
Итого по разделу		6			
Раздел 4. Спортивно-оздоровительная деятельность					
2.1	Гимнастика (модуль "Акробатика")	8	0	0	библиотека
2.2	Лёгкая атлетика (модуль "Лёгкая атлетика")	8	0	0	библиотека
2.3	Зимние виды спорта (модуль "Зимние виды спорта")	10	0	0	библиотека
2.4	Спортивные игры. Баскетбол	12	0	0	библиотека

	" Спортивные игры ")				
2.5	Спортивные игры. В " Спортивные игры ")	10	0	0	библиотека
2.6	Спортивные игры. Ф " Спортивные игры ")	10	0	0	библиотека
2.7	Подготовка к выпол требований комплек " Спорт ")	30	0	0	библиотека
Итого по разделу		88			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ		102	0	0	

6 КЛАСС

№ п /	Наименование раздела программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контроль работы	Практич работы	
Раздел 3. Знания о физической культуре					
1.1	Знания о физической культуре	3	0	0	библиотека
Итого по разделу		3			
Раздел 4. Способы самостоятельной деятельности					
2.1	Способы самостоятельной деятельности	5	0	0	библиотека
Итого по разделу		5			
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ					
Раздел 5. Физкультурно-спортивная деятельность					
1.1	Физкультурно-спортивная деятельность	3	0	0	библиотека
Итого по разделу		3			
Раздел 6. Спортивно-оздоровительная деятельность					
2.1	Гимнастика (модуль "Лёгкая атлетика")	14	0	0	библиотека
2.2	Лёгкая атлетика (модуль "Лёгкая атлетика")	10	0	0	библиотека
2.3	Зимние виды спорта (модуль "Зимние виды спорта")	7	0	0	библиотека
2.4	Спортивные игры. Баскетбол (модуль "Спортивные игры")	12	0	0	библиотека

2.5	Спортивные игры. В " Спортивные игры ")	10	0	0	библиотека
2.6	Спортивные игры. Ф " Спортивные игры ")	8	0	0	библиотека
2.7	Подготовка к выпол требований комплекс " Спорт ")	30	0	0	библиотека
Итого по разделу		91			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ		102	0	0	

7 КЛАСС

№ п /	Наименование раздела программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контроль работы	Практич работы	
Раздел 1. Знания о физической культуре					
1.1	Знания о физической культуре	3	0	0	библиотека
Итого по разделу		3			
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности					
2.1	Способы самостоятельной деятельности	5	0	0	библиотека
Итого по разделу		5			
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ					
Раздел 3. Физкультурно-спортивная деятельность					
1.1	Физкультурно-спортивная деятельность	3	0	0	библиотека
Итого по разделу		3			
Раздел 4. Спортивно-оздоровительная деятельность					
2.1	Гимнастика (модуль "Акробатика")	12	0	0	библиотека
2.2	Лёгкая атлетика (модуль "Лёгкая атлетика")	10	0	0	библиотека
2.3	Зимние виды спорта (модуль "Зимние виды спорта")	10	0	0	библиотека
2.4	Спортивные игры. Баскетбол (модуль "Спортивные игры")	10	0	0	библиотека

2.5	Спортивные игры. В " Спортивные игры")	8	0	0	библиотека
2.6	Спортивные игры. Ф " Спортивные игры")	11	0	0	библиотека
2.7	Подготовка к выпол требований комплекс " Спорт")	30	0	0	библиотека
Итог факульту		91			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ		102	0	0	

8 КЛАСС

№ п /	Наименование раздела программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контроль работы	Практич работы	
Раздел 1. Знания о физической культуре					
1.1	Знания о физической культуре	3	0	0	библиотека
Итого по разделу		3			
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности					
2.1	Способы самостоятельной деятельности	5	0	0	библиотека
Итого по разделу		5			
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ					
Раздел 3. Физкультурно-спортивная деятельность					
1.1	Физкультурно-спортивная деятельность	3	0	0	библиотека
Итого по разделу		3			
Раздел 4. Спортно-спортивная деятельность					
2.1	Гимнастика (модуль "Лёгкая атлетика")	14	0	0	библиотека
2.2	Лёгкая атлетика (модуль "Лёгкая атлетика")	12	0	0	библиотека
2.3	Зимние виды спорта (модуль "Зимние виды спорта")	9	0	0	библиотека
2.4	Плавание (модуль "Плавание")	0	0	0	библиотека
2.5	Спортивные игры. Баскетбол (модуль "Спортивные игры")	10	0	0	библиотека

	" Спортивные игры ")				
2.6	Спортивные игры. В " Спортивные игры ")	10	0	0	библиотека
2.7	Спортивные игры. Ф " Спортивные игры ")	6	0	0	библиотека
2.8	Подготовка к выпол требований комплек " Спорт ")	30	0	0	библиотека
Итого по разделу		91			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ		102	0	0	

9 КЛАСС

№ п /	Наименование раздела программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контроль работы	Практич работы	
Раздел 1. Знания о физической культуре					
1.1	Знания о физической культуре	3	0	0	библиотека
Итого по разделу		3			
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности					
2.1	Способы самостоятельной деятельности	5	0	0	библиотека
Итого по разделу		5			
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ					
Раздел 3. Физкультурно-спортивная деятельность					
1.1	Физкультурно-спортивная деятельность	3	0	0	библиотека
Итого по разделу		3			
Раздел 4. Спортивно-оздоровительная деятельность					
2.1	Гимнастика (модуль "Олимпийские игры")	14	0	0	библиотека
2.2	Лёгкая атлетика (модуль "Лёгкая атлетика")	12	0	0	библиотека
2.3	Зимние виды спорта (модуль "Зимние виды спорта")	6	0	0	библиотека
2.4	Плавание (модуль "Плавание")	0	0	0	библиотека
2.5	Спортивные игры. Баскетбол (модуль "Спортивные игры")	9	0	0	библиотека

	" Спортивные игры ")				
2.6	Спортивные игры. В " Спортивные игры ")	10	0	0	библиотека
2.7	Спортивные игры. Ф " Спортивные игры ")	10	0	0	библиотека
2.8	Подготовка к выпол требований к (модуль " Спорт ")	30	0	0	библиотека
Итого по разделу		91			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ		102	0	0	

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

5 КЛАСС

№ п /	Тема урока	Количество часов			Дата изуче	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контроль работы	Практич работы		
1	Физическая культура школе	1	0	0	04.09.2023	библиотека
2	Физическая культура образ жизни человек	1	0	0	05.09.2023	библиотека
3	Олимпийские игры	1	0	0	06.09.2023	библиотека
4	Режим дня	1	0	0	11.09.2023	библиотека
5	Наблюдение за физ развитием	1	0	0	12.09.2023	библиотека
6	Организация и про самостоятельных з	1	0	0	13.09.2023	библиотека
7	Определение состо	1	0	0	18.09.2023	библиотека
8	Составление дневн культуре	1	0	0	19.09.2023	библиотека
9	Упражнения из аур груднш	1	0	0	20.09.2023	библиотека
10	Оздоровительные м режиме учебной де	1	0	0	25.09.2023	библиотека
11	Оздоровительные м	1	0	0		библиотека

	режиме учебной де				26.09.2023	
12	Упражнения на раз	1	0	0	27.09.2023	библиотека
13	Упражнения на раз	1	0	0	02.10.2023	библиотека
14	Упражнения на фор телосложения	1	0	0	03.10.2023	библиотека
15	Кувырок ниврѣд ви группировке	1	0	0	04.10.2023	библиотека
16	Кувырок вперед но	1	0	0	09.10.2023	библиотека
17	Кувырок назад из	1	0	0	10.10.2023	библиотека
18	Опорные прыжки	1	0	0	11.10.2023	библиотека
19	Опорные прыжки	1	0	0	16.10.2023	библиотека
20	Упражнения на низ гимнастическом бр	1	0	0	17.10.2023	библиотека
21	Упражнения на гим лестнице	1	0	0	18.10.2023	библиотека
22	Упражнения на гим скамейке	1	0	0	23.10.2023	библиотека
23	Бег на длинные ди	1	0	0	24.10.2023	библиотека
24	Бег на длинные ди	1	0	0	25.10.2023	библиотека
25	Бег на короткие д	1	0	0		библиотека

					07.11.2023	
26	Бег на короткие д	1	0	0	08.11.2023	библиотека
27	Прыжок в длину с «согнув ноги»	1	0	0	13.11.2023	библиотека
28	Прыжок в длину с «согнув ноги»	1	0	0	14.11.2023	библиотека
29	Метание малого мя мишень	1	0	0	15.11.2023	библиотека
30	Метание малого мя	1	0	0	20.11.2023	библиотека
31	Передвижение на л попеременным двух	1	0	0	21.11.2023	библиотека
32	Передвижение на л попеременным двух	1	0	0	22.11.2023	библиотека
33	Повороты на лыжах переступания	1	0	0	27.11.2023	библиотека
34	Повороты на лыжах переступания	1	0	0	28.11.2023	библиотека
35	Подъём в горку на «лесенка»	1	0	0	29.11.2023	библиотека
36	Подъём в горку на «лесенка»	1	0	0	04.12.2023	библиотека
37	Спуск на лыжах клон	1	0	0	05.12.2023	библиотека
38	Спуск на лыжах с	1	0	0	06.12.2023	библиотека
39	Преодоление небол	1	0	0		библиотека

	при спуске с поло				11.12.2023	
40	Преодоление больших п при спуске с поло	1	0	0	12.12.2023	библиотека
41	Техника ловли мяч	1	0	0	13.12.2023	библиотека
42	Техника ловли мяч	1	0	0	18.12.2023	библиотека
43	Техника передачи	1	0	0	19.12.2023	библиотека
44	Техника передачи	1	0	0	20.12.2023	библиотека
45	Ведение мяча стоя	1	0	0	25.12.2023	библиотека
46	Ведение мяча стоя	1	0	0	26.12.2023	библиотека
47	Ведение движением	1	0	0	27.12.2023	библиотека
48	Ведение мяча в дв	1	0	0	09.01.2024	библиотека
49	Бросок баскетболь корзину двумя рук места	1	0	0	10.01.2024	библиотека
50	Бросок баскетболь корзину двумя рук места	1	0	0	15.01.2024	библиотека
51	Технические дейст	1	0	0	16.01.2024	библиотека
52	Технические дейст	1	0	0		библиотека

					17.01.2024	
53	Прямая нижняя под	1	0	0	22.01.2024	библиотека
54	Прямая нижняя под	1	0	0	23.01.2024	библиотека
55	Приём и передача	1	0	0	24.01.2024	библиотека
56	Приём и передача	1	0	0	29.01.2024	библиотека
57	Приём и передача	1	0	0	30.01.2024	библиотека
58	Приём и передача	1	0	0	31.01.2024	библиотека
59	Технические дейст	1	0	0	05.02.2024	библиотека
60	Технические дейст	1	0	0	06.02.2024	библиотека
61	Технические дейст	1	0	0	07.02.2024	библиотека
62	Технические дейст	1	0	0	12.02.2024	библиотека
63	Удар по мячу внут стопы	1	0	0	13.02.2024	библиотека
64	Удар по мячу внут стопы	1	0	0	14.02.2024	библиотека
65	Остановка катящег внутренней сторон	1	0	0	19.02.2024	библиотека
66	Остановка катящег	1	0	0		библиотека

	внутренней сторон				20.02.2024	
67	Ведение футбольно прямой»	1	0	0	21.02.2024	библиотека
68	Ведение футбольно прямой»	1	0	0	26.02.2024	библиотека
69	Ведение футбольно кругу»	1	0	0	27.02.2024	библиотека
70	Ведение футбольно кругу»	1	0	0	28.02.2024	библиотека
71	Ведение футбольно	1	0	0	04.03.2024	библиотека
72	Обводка мячом ори	1	0	0	05.03.2024	библиотека
73	История ВФСК ГТО дни. Правила выпо спортивных нормат Физическая подгот	1	0	0	06.03.2024	библиотека
74	Правила ТБ на уро к ГТО. Первая помо травмах	1	0	0	11.03.2024	библиотека
75	Правила и техника норматива комплек 30 мстафеты	1	0	0	12.03.2024	библиотека
76	Правила и техника норматива комплек 30 мстафеты	1	0	0	13.03.2024	библиотека
77	Правила и техника норматива комплек	1	0	0	18.03.2024	библиотека

	1 0 0 0 м					
78	Правила и техника норматива комплек 1 0 0 0 м	1	0	0	19.03.2024	библиотека
79	Правила и техника норматива комплек мПодводящие упраж	1	0	0	20.03.2024	библиотека
80	Правила и техника норматива комплек мПодводящие упраж	1	0	0	01.04.2024	библиотека
81	Правила и техника норматива комплек лыжах Эстафеты	1	0	0	02.04.2024	библиотека
82	Правила и техника норматива комплек лыжах Эстафеты	1	0	0	03.04.2024	библиотека
83	Правила и техника норматива комплек Подтягивание из перекладины в разгибание рук в Эстафеты	1	0	0	08.04.2024	библиотека
84	Правила и техника норматива комплек Подтягивание из перекладины в разгибание рук в Эстафеты	1	0	0	09.04.2024	библиотека

85	Правила и техника норматива комплекта Подтягивание из в переклад ДЖСТАФЕТЫ.	1	0	0	10.04.2024	библиотека
86	Правила и техника норматива комплекта Подтягивание из в переклад ДЖСТАФЕТЫ.	1	0	0	15.04.2024	библиотека
87	Правила и техника норматива комплекта вперёд из положен гимнастическоо див и жн игры	1	0	0	16.04.2024	библиотека
88	Правила и техника норматива комплекта вперёд из положен гимнастическоо див и жн игры	1	0	0	17.04.2024	библиотека
89	Правила и техника норматива комплекта длину с места тол Эстафеты	1	0	0	22.04.2024	библиотека
90	Правила и техника норматива комплекта длину с места тол Эстафеты	1	0	0	23.04.2024	библиотека
91	Правила и техника норматива комплекта Поднимание тулови	1	0	0	24.04.2024	библиотека

	ле ж а с п н и а Н о д в и ж н ы е и					
92	П р а в и л а и т е х н и к а н о р м а т и в а к о м п л е к П о д н и м а н и е т у л о в и л е ж а н а П о с д в и и н ж е н . ы е и	1	0	0	06.05.2024	б и б л и о т е к
93	П р а в и л а и т е х н и к а н о р м а т и в а к о м п л е к м я ч а в е с П ю м д в и 5 ж о н г ы е	1	0	0	07.05.2024	б и б л и о т е к
94	П р а в и л а и т е х н и к а н о р м а т и в а к о м п л е к м я ч а в е с П ю м д в и 5 ж о н г ы е	1	0	0	08.05.2024	б и б л и о т е к
95	П р а в и т л е а х н и к а в ы п о л н о р м а т и в а к о м п л е к Ч е л н о ч н ы й Б е т а Ф е т	1	0	0	13.05.2024	б и б л и о т е к
96	П р а в и л а и т е х н и к а н о р м а т и в а к о м п л е к Ч е л н о ч н ы й Б е т а Ф е т	1	0	0	14.05.2024	б и б л и о т е к
97	П р а в и т л е а х н и к а в ы п о л н о р м а т и в а к о м п л е к 5 0 П о д в и ж н ы е и г р ы	1	0	0	15.05.2024	б и б л и о т е к
98	П р а в и л а и т е х н и к а н о р м а т и в а к о м п л е к 5 0 П о д в и ж н ы е и г р ы	1	0	0	16.05.2024	б и б л и о т е к
99	Л е т н и й ф е с т и в а л ь Г Т О . Г Т О с с о б л ю д е н и е м в ы п о л н е н и я и с п ы т а с т у п е н и	1	0	0	17.05.2024	б и б л и о т е к
100	Л е т н и й ф е с т и в а л ь	1	0	0		б и б л и о т е к

	ГТО с соблюдением выполнения испытательной ступени				20.05.2024	
101	Зимний фестиваль ГТО с соблюдением выполнения испытательной ступени	1	0	0	21.05.2024	библиотека
102	Зимний фестиваль ГТО с соблюдением выполнения испытательной ступени	1	0	0	22.05.2024	библиотека
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПРОГРАММЕ		102	0	0		

6 КЛАСС

№ п /	Тема урока	Количество часов			Дата изуче	Электронные образовательные ресурсы
		Всего	Контроль работы	Практич работы		
1	Возрождение Олимп	1	0	0	04.09.2023	библиотека
2	Символика и ритуалы игр	1	0	0	05.09.2023	библиотека
3	История первых Олимпийских игр современности	1	0	0	08.09.2023	библиотека
4	Составление дневника культуры	1	0	0	11.09.2023	библиотека
5	Физическая подготовка	1	0	0	12.09.2023	библиотека
6	Основы техники заготовки физических нагрузок	1	0	0	15.09.2023	библиотека
7	Составление плана занятий физическим воспитанием	1	0	0	18.09.2023	библиотека
8	Закаливающие процедуры: воздушные и солнечные ванны, купание в естественных водоемах	1	0	0	19.09.2023	библиотека
9	Упражнения для коррекции телосложения	1	0	0	22.09.2023	библиотека
10	Упражнения для профилактики нарушения зрения	1	0	0	25.09.2023	библиотека
11	Упражнения для профилактики плоскостопия	1	0	0		библиотека

	нарушений осанки				26.09.2023	
12	Акробатические ко	1	0	0	29.09.2023	библиотека
13	Акробатические ко	1	0	0	02.10.2023	библиотека
14	Опорные прыжки че гимнастического к	1	0	0	03.10.2023	библиотека
15	Опорные прыжки че гимнастического к	1	0	0	06.10.2023	библиотека
16	Опорные прыжки че гимнастического к	1	0	0	09.10.2023	библиотека
17	Упражнения на низ гимнастическом бр	1	0	0	10.10.2023	библиотека
18	Упражнения на низ гимнастическом бр	1	0	0	13.10.2023	библиотека
19	Упражнения на нев гимнастической пе	1	0	0	16.10.2023	библиотека
20	Упражнения на нев гимнастической пе	1	0	0	17.10.2023	библиотека
21	Лазание по канату	1	0	0	20.10.2023	библиотека
22	Лазание по канату	1	0	0	23.10.2023	библиотека
23	Упражнения ритмич	1	0	0	24.10.2023	библиотека
24	Упражнения ритмич	1	0	0	25.10.2023	библиотека
25	Упражнения ритмич	1	0	0		библиотека

					27.10.2023	
26	Старт с опорой на последующим ускор	1	0	0	01.11.2023	библиотека
27	Старт с опорой на последующим ускор	1	0	0	02.11.2023	библиотека
28	Спринтерский бег	1	0	0	03.11.2023	библиотека
29	Спринтерский бег	1	0	0	06.11.2023	библиотека
30	Гладкий равномерн	1	0	0	07.11.2023	библиотека
31	Гладкий равномерн	1	0	0	10.11.2023	библиотека
32	Прыжковые упражне высоту с разбега «перешагивание»	1	0	0	13.11.2023	библиотека
33	Прыжковые упражне высоту с разбега «перешагивание»	1	0	0	14.11.2023	библиотека
34	Прыжковые упражне высоту	1	0	0	17.11.2023	библиотека
35	Метание малого мя мишени	1	0	0	20.11.2023	библиотека
36	Передвижение одно одношажным ходом	1	0	0	21.11.2023	библиотека
37	Передвижение одно одношажным ходом	1	0	0	24.11.2023	библиотека
38	Преодоление небол	1	0	0		библиотека

	при спуске с горы скло				27.11.2023	
39	Преодоление небольших при спуске с поло	1	0	0	28.11.2023	библиотека
40	Упражнения лыжной	1	0	0	01.12.2023	библиотека
41	Передвижения на лыжах повороты, спуски,	1	0	0	04.12.2023	библиотека
42	Передвижения по у повороты, спуски,	1	0	0	05.12.2023	библиотека
43	Передвижение в ст	1	0	0	08.12.2023	библиотека
44	Передвижение в ст	1	0	0	11.12.2023	библиотека
45	Прыжки вверх толч	1	0	0	12.12.2023	библиотека
46	Прыжки вверх толч	1	0	0	15.12.2023	библиотека
47	Остановка двумя ш	1	0	0	18.12.2023	библиотека
48	Остановка двумя ш	1	0	0	19.12.2023	библиотека
49	Упражнения введе	1	0	0	22.12.2023	библиотека
50	Упражнения введе	1	0	0	25.12.2023	библиотека
51	Упражнения на пер мяча	1	0	0	26.12.2023	библиотека
52	Упражнения на пер	1	0	0		библиотека

	мяча				29.12.2023	
53	Игровая деятельность использованием те	1	0	0	09.01.2024	библиотека
54	Игровая деятельность использованием те	1	0	0	10.01.2024	библиотека
55	Приём мяча двумя разные зоны площа	1	0	0	12.01.2024	библиотека
56	Приём мяча двумя разные зоны площа	1	0	0	15.01.2024	библиотека
57	Передача мяча дву разные зоны площа	1	0	0	16.01.2024	библиотека
58	Передача мяча дву разные зоны площа	1	0	0	19.01.2024	библиотека
59	Игровая деятельность использованием те в подаче мяча	1	0	0	22.01.2024	библиотека
60	Игровая деятельность использованием те в подаче мяча	1	0	0	23.01.2024	библиотека
61	Игровая деятельность использованием пр сверху	1	0	0	26.01.2024	библиотека
62	Игровая деятельность использованием пр сверху	1	0	0	29.01.2024	библиотека
63	Игровая деятельность использованием те передачи мяча с ни	1	0	0	30.01.2024	библиотека

64	Игровая деятельность с использованием передачи мяча	1	0	0	02.02.2024	библиотека ЦОК
65	Удар по катящемуся	1	0	0	05.02.2024	библиотека
66	Удар по катящемуся	1	0	0	06.02.2024	библиотека
67	Игровая деятельность с использованием остановки мяча	1	0	0	09.02.2024	библиотека
68	Игровая деятельность с использованием остановки мяча	1	0	0	12.02.2024	библиотека
69	Игровая деятельность с использованием передачи мяча	1	0	0	13.02.2024	библиотека ЦОК
70	Игровая деятельность с использованием передачи мяча	1	0	0	16.02.2024	библиотека
71	Игровая деятельность с использованием ведения мяча	1	0	0	19.02.2024	библиотека
72	Игровая деятельность с использованием обводки	1	0	0	20.02.2024	библиотека
73	История ВФСК ГТО дни. Правила выполнения спортивных нормативов	1	0	0	22.02.2024	библиотека

	Правила ТБ. Первая травмах					
74	История ВФСК ГТО дни. Правила выпо спортивных н4о рсмгауп Правила ТБ. Первая травмах	1	0	0	26.02.2024	библиотека
75	Правила и техника норматива комплек и 60 мстафеты	1	0	0	27.02.2024	библиотека
76	Правила и техника норматива комплек и 60 мстафеты	1	0	0	01.03.2024	библиотека
77	Правила и техника норматива комплек 1000 м50 м	1	0	0	04.03.2024	библиотека
78	Правила и техника норматива комплек 1000 м и 1500 м	1	0	0	05.03.2024	библиотека
79	Правила и техника норматива комплек км и ГВо дквмю. дупри ае жне	1	0	0	07.03.2024	библиотека
80	Правила и техника норматива комплек км и ГВо дквмю. дящие уп	1	0	0	11.03.2024	библиотека
81	Правила и техника норматива компнае к лыжах 1 кмстафеты	1	0	0	12.03.2024	библиотека

82	Правила и техника норматива комплексов в лыжах 1 кМЭсиглафре2тЫ	1	0	0	15.03.2024	библиотека
83	Правила и техника норматива комплекса ГТС Подтягивание из в переклад-амдашнечики. С разгибание рук в Эстафеты	1	0	0	18.03.2024	библиотека
84	Правила и техника норматива комплексов Подтягивание в висе на переклад-амдашнечики. С разгибание рук в Эстафеты	1	0	0	19.03.2024	библиотека
85	Правила и техника норматива комплексов Подтягивание из в переклад-амдашнечики. С разгибание рук в Эстафеты	1	0	0	22.03.2024	библиотека
86	Правила и техника норматива комплексов Подтягивание из в переклад-амдашнечики. С разгибание рук в Эстафеты	1	0	0	01.04.2024	библиотека
87	Правила и техника норматива комплекса в перед из положен гимнастический игры	1	0	0	02.04.2024	библиотека
88	Правила и техника	1	0	0		библиотека

	норматива комплекса вперёд из положений гимнастического комплекса				05.04.2024	
89	Правила и техника норматива комплекса длину с места толчком	1	0	0	08.04.2024	библиотека
90	Правила и техника норматива комплекса длину с места толчком	1	0	0	09.04.2024	библиотека
91	Правила и техника норматива комплекса Поднимание туловища лёжа на спине	1	0	0	12.04.2024	библиотека
92	Правила и техника норматива комплекса Поднимание туловища лёжа на спине	1	0	0	15.04.2024	библиотека
93	Правила и техника норматива комплекса мяча в висе	1	0	0	16.04.2024	библиотека
94	Правила и техника норматива комплекса мяча в висе	1	0	0	19.04.2024	библиотека
95	Правила и техника норматива комплекса (пневматический)	1	0	0	22.04.2024	библиотека

96	Правила и техника норматива комплек (пневматика или э	1	0	0	23.04.2024	библиотека
97	Правила и техника норматива комплек Челнобюшй 3ЭсЮамфет	1	0	0	26.04.2024	библиотека
98	Правила и техника норматива комплек Челночный Бетафел	1	0	0	03.05.2024	библиотека
99	Правила и техника норматива комплек 50 Шодвижные игры	1	0	0	06.05.2024	библиотека
100	Правила и техника норматива комплек 50 Шодвижные игры	1	0	0	13.05.2024	библиотека
101	Фестиваль ГТО «Всдадим ГТО». (сда соблюдением прави выполнения испы4а ступени	1	0	0	17.05.2024	библиотека
102	Фестиваль ГТО «Всдадим ГТО». (сда соблюдением прави выполнения испы4а ступени	1	0	0	22.05.2024	библиотека
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПРОГРАММЕ		102	0	0		

7 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные образовательные ресурсы
		Всего	Контроль работы	Практич работы		
1	Истоки развития олимп	1	0	0	04.09.2023	библиотека
2	Олимпийское движение современной России	1	0	0	07.09.2023	библиотека
3	Воспитание качества занятиях физической культурой и спортом	1	0	0	08.09.2023	библиотека
4	Соблюдение правил безопасности и гигиены при выполнении физических упражнениях	1	0	0	11.09.2023	библиотека
5	Тактическая подготовка	1	0	0	14.09.2023	библиотека
6	Способы и приемы двигательной техники	1	0	0	15.09.2023	библиотека
7	Планирование занятия подготовкой	1	0	0	18.09.2023	библиотека
8	Оценивание оздоровительного эффекта занятий физической культурой	1	0	0	21.09.2023	библиотека
9	Упражнения для коррекции телосложения	1	0	0	22.09.2023	библиотека
10	Упражнения для пр	1	0	0		библиотека

	нарушения осанки				25.09.2023	
11	Упражнения для предотвращения нарушения осанки	1	0	0	28.09.2023	библиотека
12	Акробатические композиции	1	0	0	29.09.2023	библиотека
13	Акробатические пируэты	1	0	0	02.10.2023	библиотека
14	Стойка на голове с опорой	1	0	0	05.10.2023	библиотека
15	Стойка на голове с опорой	1	0	0	06.10.2023	библиотека
16	Комплекс упражнений	1	0	0	09.10.2023	библиотека
17	Комплекс упражнений	1	0	0	12.10.2023	библиотека
18	Комбинация гимнастических элементов на бревне	1	0	0	13.10.2023	библиотека
19	Комбинация на гимнастическом бревне	1	0	0	16.10.2023	библиотека
20	Комбинация на низком гимнастическом бревне	1	0	0	19.10.2023	библиотека
21	Комбинация элементов гимнастической перекладины	1	0	0	20.10.2023	библиотека
22	Лазанье по канату	1	0	0	23.10.2023	библиотека
23	Лазанье по канату	1	0	0	26.10.2023	библиотека
24	Преодоление препятствий	1	0	0		библиотека

	наступанием				27.10.2023	
25	Преодоление препятствий наступанием	1	0	0	02.11.2023	библиотека
26	Преодоление препятствий бегом	1	0	0	03.11.2023	библиотека
27	Преодоление препятствий бегом	1	0	0	06.11.2023	библиотека
28	Эстафетный бег	1	0	0	07.11.2023	библиотека
29	Эстафетный бег	1	0	0	10.11.2023	библиотека
30	Прыжки с разбега в длину	1	0	0	13.11.2023	библиотека
31	Прыжки с разбега в высоту	1	0	0	14.11.2023	библиотека
32	Метание малого мяча в мишень	1	0	0	17.11.2023	библиотека
33	Метание малого мяча в мишень	1	0	0	20.11.2023	библиотека
34	Торможение на лыжах «упор»	1	0	0	21.11.2023	библиотека
35	Торможение на лыжах «упор»	1	0	0	24.11.2023	библиотека
36	Поворот упором при спуске	1	0	0	27.11.2023	библиотека
37	Поворот упором при спуске	1	0	0	30.11.2023	библиотека
38	Преодоление естественных препятствий	1	0	0		библиотека

	препятствий на лыж				01.12.2023	
39	Преодоление естественных препятствий на лыж	1	0	0	04.12.2023	библиотека
40	Переходного хода время прохождения дистанции	1	0	0	07.12.2023	библиотека
41	Переход с одного хода время прохождения дистанции	1	0	0	08.12.2023	библиотека
42	Спуски и подъёмы время прохождения учебной дистанции	1	0	0	11.12.2023	библиотека
43	Спуски и подъёмы время прохождения учебной дистанции	1	0	0	14.12.2023	библиотека
44	Передача мяча после остановки	1	0	0	15.12.2023	библиотека
45	Передача мяча после остановки	1	0	0	18.12.2023	библиотека
46	Ловля мяча после остановки	1	0	0	21.12.2023	библиотека
47	Ловля мяча после остановки	1	0	0	22.12.2023	библиотека
48	Бросок мяча двумя руками с низу после ведения	1	0	0	25.12.2023	библиотека
49	Бросок мяча в корзину с низу после ведения	1	0	0	28.12.2023	библиотека
50	Бросок мяча в корзину с груди после ведения	1	0	0	29.12.2023	библиотека
51	Бросок мяча в корзину	1	0	0		библиотека

	г р у д и п о с л е в е д е н и				11.01.2024	
52	И г р о в а я д е я т е л ь н о с и с п о л ь з о в а н и е м р а з т е х н и ч е с к и х п р и ё м с	1	0	0	12.01.2024	б и б л и о т е к
53	И г р о в а я д е я т е л ь н о с и с п о л ь з о в а н и е м р а з т е х н и ч е с к и х п р и ё м s	1	0	0	15.01.2024	б и б л и о т е к
54	В е р х н я я п р я м а я п о д	1	0	0	18.01.2024	б и б л и о т е к
55	В е р х н я я п р я м а я п о д	1	0	0	19.01.2024	б и б л и о т е к
56	П е р е д а ч а ч е р е з с е р у к а м и с в е р х у	1	0	0	22.01.2024	б и б л и о т е к
57	П е р е д а ч а м я ч а ч е р е р у к а м и с в е р х у	1	0	0	25.01.2024	б и б л и о т е к
58	П е р е в о д м я ч а з а г о	1	0	0	26.01.2024	б и б л и о т е к
59	П е р е в о д м я ч а в у з а	1	0	0	29.01.2024	б и б л и о т е к
60	И г р о в а я д е я т е л ь н о с и с п о л ь з о в а н и е м р а з т е х н и ч е с к и х п р и ё м s	1	0	0	01.02.2024	б и б л и о т е к
61	И г р о в а я д е я т е л ь н о с и с п о л ь з о в а н и е м р а з т е х н и ч е с к и х п р и ё м s	1	0	0	02.02.2024	б и б л и о т е к
62	С р е д н и е и д л и н н ы е п р я м о й	1	0	0	05.02.2024	б и б л и о т е к
63	С р е д н и е и д л и н н ы е	1	0	0		б и б л и о т е к

	прямой				08.02.2024	
64	Средние и длинные диагонали	1	0	0	09.02.2024	библиотека
65	Средние и длинные диагонали	1	0	0	12.02.2024	библиотека
66	Тактические действия углового удара	1	0	0	15.02.2024	библиотека
67	Тактические действия углового удара	1	0	0	16.02.2024	библиотека
68	Тактические действия в бросании мяча в линии	1	0	0	19.02.2024	библиотека
69	Тактические действия в бросании мяча в линии	1	0	0	22.02.2024	библиотека
70	Игровая деятельность с использованием различных технических приёмов	1	0	0	26.02.2024	библиотека
71	Игровая деятельность с использованием различных технических приёмов	1	0	0	29.02.2024	библиотека
72	Игровая деятельность с использованием различных технических приёмов	1	0	0	01.03.2024	библиотека
73	История ВФСК ГТО, ГТО. Правила выполнения спортивных нормативов. Правила ТБ. Первая помощь	1	0	0	04.03.2024	библиотека

	т р а в м а х					
74	И с т о р и я В Ф С К Г Т О , Г Т О . П р а в и л а в ы п о л с п о р т и в н ы х н о р м а т и П р а в и л а Т Б . П е р в а я т р а в м а х	1	0	0	07.03.2024	б и б л и о т е к
75	П р а в и л а и т е х н и к а н о р м а т и в а к о м п л е к с и 6 0 м	1	0	0	11.03.2024	б и б л и о т е к
76	П р а в и л а и т е х н и к а н о р м а т и в а к о м п л е к с и 6 0 м	1	0	0	14.03.2024	б и б л и о т е к
77	П р а в и л а и т е х н и к а н о р м а т и в а к о м п л е к с 1 5 0 0 м	1	0	0	15.03.2024	б и б л и о т е к
78	П р а в и л а и т е х н и к а н о р м а т и в а к о м п л е к с 1 5 0 0 м	1	0	0	18.03.2024	б и б л и о т е к
79	П р а в и л а и т е х н и к а н о р м а т и в а к о м п л е к с к м	1	0	0	21.03.2024	б и б л и о т е к
80	П р а в и л а и т е х н и к а в ы п о л н о р м а т и в а к о м п л е к с к м	1	0	0	22.03.2024	б и б л и о т е к
81	П р а в и л а и т е х н и к а н о р м а т и в а к о м п л е к с л ы ж а х 2 к м	1	0	0	01.04.2024	б и б л и о т е к
82	П р а в и л а и т е х н и к а	1	0	0		б и б л и о т е к

	норматива комплекса ГТС лыжах 2 км				04.04.2024	
83	Правила и техника норматива комплекса Подтягивание из виса перекладинах разгибание рук в упоре на брусьях	1	0	0	05.04.2024	библиотека
84	Правила и техника норматива комплекса Подтягивание из виса перекладинах разгибание рук в упоре на брусьях	1	0	0	08.04.2024	библиотека
85	Правила и техника норматива комплекса Подтягивание из виса перекладинах 90 см	1	0	0	11.04.2024	библиотека
86	Правила и техника норматива комплекса Подтягивание из виса перекладинах 90 см	1	0	0	12.04.2024	библиотека
87	Правила и техника норматива комплекса вперед из положения гимнастической скамьи	1	0	0	15.04.2024	библиотека
88	Правила и техника норматива комплекса вперед из положения гимнастической скамьи	1	0	0	18.04.2024	библиотека
89	Правила и техника	1	0	0		библиотека

	норматива комплекса длину с места толч				19.04.2024	
90	Правила ИВЫШЕОХИНИИНИИ норматива комплекса длину с места толч	1	0	0	22.04.2024	библиотека
91	Правила и техника норматива комплекса Поднимание туловища лежа на спине	1	0	0	25.04.2024	библиотека
92	Правила и техника норматива комплекса Поднимание туловища лежа на спине	1	0	0	26.04.2024	библиотека
93	Правила и техника норматива комплекса мяча весом 150 г	1	0	0	02.05.2024	библиотека
94	Правила и техника норматива комплекса мяча весом 150 г	1	0	0	03.05.2024	библиотека
95	Правила и техника норматива комплекса (пневматика или эл)	1	0	0	06.05.2024	библиотека
96	Правила и техника норматива комплекса (пневматика или эл)	1	0	0	13.05.2024	библиотека
97	Правила и техника норматива комплекса безг* 10 м	1	0	0	16.05.2024	библиотека

98	Правила и техника норматива комплекса бег 3 * 10 м	1	0	0	17.05.2024	библиотека
99	Правила и техника норматива комплекса 50 м	1	0	0	20.05.2024	библиотека
100	Правила и техника норматива комплекса 50 м	1	0	0	21.05.2024	библиотека
101	Фестиваль «Мы и ГТО с соблюдением выполнения испытаний ступени	1	0	0	23.05.2024	библиотека
102	Фестиваль «Мы и ГТО с соблюдением выполнения испытаний ступени	1	0	0	24.05.2024	библиотека
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПРОГРАММЕ		102	0	0		

8 К Л А С С

№ п /	Тема урока	Количество часов			Дата изуче	Электронные образовательные ресурсы
		Всего	Контроль работы	Практич работы		
1	Физическая культура в обществе	1	0	0	06.09.2023	библиотека
2	Всестороннее и гармоничное физическое развитие	1	0	0	07.09.2023	библиотека
3	Адаптивная и лечебная физкультура	1	0	0	08.09.2023	библиотека
4	Коррекция нарушений осанки	1	0	0	13.09.2023	библиотека
5	Коррекция мышечной силы	1	0	0	14.09.2023	библиотека
6	Правила проведения занятий при коррекции телосложения	1	0	0	15.09.2023	библиотека
7	Составление планов самостоятельных занятий	1	0	0	20.09.2023	библиотека
8	Способы учёта индивидуальных особенностей	1	0	0	21.09.2023	библиотека
9	Профилактика умственной перенапряжения	1	0	0	22.09.2023	библиотека
10	Упражнения для профилактики утомления	1	0	0	27.09.2023	библиотека
11	Дыхательная гимнастика	1	0	0		библиотека

					28.09.2023	
12	Акробатические ко	1	0	0	29.09.2023	библиотека
13	Акробатические ко	1	0	0	04.10.2023	библиотека
14	Гимнастическая ко гимнастическом бр	1	0	0	05.10.2023	библиотека
15	Гимнастическая ко гимнастическом бр	1	0	0	06.10.2023	библиотека
16	Гимнастическая ко перекладине	1	0	0	11.10.2023	библиотека
17	Гимнастическая ко перекладине	1	0	0	12.10.2023	библиотека
18	Гимнастическая ко параллельных брус	1	0	0	13.10.2023	библиотека
19	Вольные упражнени ритмической гимна	1	0	0	18.10.2023	библиотека
20	Бег на короткие д	1	0	0	19.10.2023	библиотека
21	Бег на средние ди	1	0	0	20.10.2023	библиотека
22	Бег на длинные ди	1	0	0	25.10.2023	библиотека
23	Бегд ж инные дистан	1	0	0	26.10.2023	библиотека
24	Прыжки в длину с	1	0	0	27.10.2023	библиотека
25	Прыжки в длину с	1	0	0		библиотека

					08.11.2023	
26	Прыжок в длину с «прогнувшись»	1	0	0	09.11.2023	библиотека
27	Прыжок в длину с «прогнувшись»	1	0	0	10.11.2023	библиотека
28	Правила проведения сдачи норм комплек	1	0	0	15.11.2023	библиотека
29	Правила проведения сдачи норм комплек	1	0	0	16.11.2023	библиотека
30	Самостоятельная по выполнению нормативных требований комплек	1	0	0	17.11.2023	библиотека
31	Самостоятельная по выполнению нормативных требований комплек	1	0	0	22.11.2023	библиотека
32	Техника передвижения одновременно бес	1	0	0	23.11.2023	библиотека
33	Техника передвижения одновременно бес	1	0	0	24.11.2023	библиотека
34	Способы преодоления препятствий на лы	1	0	0	29.11.2023	библиотека
35	Способы преодоления препятствий на лы	1	0	0	30.11.2023	библиотека
36	Торможение с боковой стойкой	1	0	0	01.12.2023	библиотека
37	Торможение боковой	1	0	0	06.12.2023	библиотека
38	Переход с одного	1	0	0		библиотека

	д р у г о й				07.12.2023	
39	П е р е х о д с о д н о г о д р у г о й	1	0	0	08.12.2023	б и б л и о т е к
40	Л ы ж н а я п о д г о т о в к а н а л ы ж а х , п р и с п у т о р м о ж е н и и	1	0	0	13.12.2023	б и б л и о т е к
41	Т е х н и к а с т а р т о в п н а г р у д и и н а с п и	1	0	0	14.12.2023	б и б л и о т е к Ц О К
42	Т е х н и к а с т а р т о в п н а с п и н е	1	0	0	15.12.2023	б и б л и о т е к
43	Т е х н и к а п о в о р о т о в к р о л е м н а г р у д и и	1	0	0	20.12.2023	б и б л и о т е к
44	Т е х н и к а п о в о р о т о в к р о л е м н а н а р у д и н е	1	0	0	21.12.2023	б и б л и о т е к
45	П р о п л ы в а н и е у ч е б н	1	0	0	22.12.2023	б и б л и о т е к
46	П р о п л ы в а н и е у ч е б н	1	0	0	27.12.2023	б и б л и о т е к
47	П о в о р о т ы с м я ч о м	1	0	0	28.12.2023	б и б л и о т е к
48	П о в о р о т ы с м я ч о м	1	0	0	29.12.2023	б и б л и о т е к
49	П е р е д а ч а м я ч а о д н и с н и з у	1	0	0	10.01.2024	б и б л и о т е к
50	П е р е д а ч а м я ч а о д н и с н и з у	1	0	0	11.01.2024	б и б л и о т е к Ц О К
51	П е р е д а ч а м я ч а о д н	1	0	0	12.01.2024	б и б л и о т е к

52	Передача мяча одн	1	0	0	17.01.2024	библиотека
53	Бросок мяча в кор в прыжке	1	0	0	18.01.2024	библиотека
54	Бросок мяча в корзину в прыжке	1	0	0	19.01.2024	библиотека
55	Бросок мяча в кор прыжке	1	0	0	24.01.2024	библиотека
56	Бросок мяча в кор прыжке	1	0	0	25.01.2024	библиотека
57	Прямой нападающий	1	0	0	26.01.2024	библиотека
58	Прямой нападающий	1	0	0	31.01.2024	библиотека
59	Индивидуальное бл прыжке с места	1	0	0	01.02.2024	библиотека
60	Индивидуальное бл прыжке с места	1	0	0	02.02.2024	библиотека
61	Тактические дейст	1	0	0	07.02.2024	библиотека
62	Тактические дейст	1	0	0	08.02.2024	библиотека
63	Тактические дейст	1	0	0	09.02.2024	библиотека
64	Тактические дейст	1	0	0	14.02.2024	библиотека
65	Игровая деятельно использованием ра	1	0	0	15.02.2024	библиотека

	технических приём					
66	Игровая деятельность с использованием технических приём	1	0	0	16.02.2024	библиотека
67	Удар по мячу с частью подёма	1	0	0	21.02.2024	библиотека
68	Остановка мяча в стопы	1	0	0	22.02.2024	библиотека
69	Правила и фруг бво лми	1	0	0	24.02.2024	библиотека
70	Правила и фруг бво лми	1	0	0	28.02.2024	библиотека
71	Игровая деятельность классического фут	1	0	0	29.02.2024	библиотека
72	Игровая деятельность классического фут	1	0	0	01.03.2024	библиотека
73	История ВФСК ГТО, ГТО. Правила выполнения спортивных нбо рсмгауп Правила ТБ. Первая травмах	1	0	0	06.03.2024	библиотека
74	История ВФСК ГТО, ГТО. Правила выполнения спортивных нбо рсмгауп Правила ТБ. Первая травмах	1	0	0	07.03.2024	библиотека
75	Правила и техника норматива комплек	1	0	0	09.03.2024	библиотека

	и 6 0 м					
76	Правила и техника норматива комплекси 6 0 м	1	0	0	13.03.2024	библиотека
77	Правила и техника норматива комплекси 1 5 0 0 м или 2 0 0 0 м	1	0	0	14.03.2024	библиотека
78	Правила и техника норматива комплекси 1 5 0 0 м или 2 0 0 0 м	1	0	0	15.03.2024	библиотека
79	Правила и техника норматива комплекси км	1	0	0	20.03.2024	библиотека ЦОК
80	Правила и техника норматива комплекси км	1	0	0	21.03.2024	библиотека
81	Правила и техника норматива комплекси лыжах 2 км или 3	1	0	0	22.03.2024	библиотека
82	Правила и техника норматива комплекси лыжах 2 км или 3	1	0	0	01.03.2024	библиотека
83	Правила и техника норматива комплекси Подтягивание из перекладины сгибая ноги в коленях	1	0	0	06.03.2024	библиотека
84	Правила и техника	1	0	0		библиотека ЦОК

	норматива комплек Подтягивание из в перекладинах разгибание рук в				07.03.2024	
85	Правила и техника норматива комплек Подтягивание из в перекладинах 90 см	1	0	0	08.03.2024	библиотека
86	Правила и техника норматива комплек Подтягивание из в перекладинах 90 см	1	0	0	13.03.2024	библиотека
87	Правила и техника норматива комплек вперед из положен гимнастической ск	1	0	0	14.03.2024	библиотека
88	Правила и техника норматива комплек вперед из положен гимнастической ск	1	0	0	15.03.2024	библиотека
89	Правила и техника норматива комплек длину с места тол	1	0	0	20.03.2024	библиотека
90	Правила и техника норматива комплек длину с места тол	1	0	0	21.03.2024	библиотека
91	Правила и техника норматива комплек Поднимание тулови	1	0	0	22.03.2024	библиотека

	ле жа на спи не					
92	П р а в и л а и т е х н и к а н о р м а т и в а к о м п л е к П о д н и м а н и е т у л о в и л е ж а н а с п и н е	1	0	0	27.03.2024	б и б л и о т е к
93	П р а в и л а и т е х н и к а н о р м а т и в а к о м п л е к м я ч а В Б 0 0 М	1	0	0	28.03.2024	б и б л и о т е к
94	П р а в и л а и т е х н и к а н о р м а т и в а к о м п л е к м я ч а в е с о м 1 5 0 г	1	0	0	03.04.2024	б и б л и о т е к
95	П р а в и л а и т е х н и к а н о р м а т и в а к о м п л е к (п н е в м а т э и л к е а к т и р л ю и н о	1	0	0	08.05.2024	б и б л и о т е к
96	П р а в и л а и т е х н и к а н о р м а т и в а к о м п л е к (п н е в м а т и к а и л и э	1	0	0	15.05.2024	б и б л и о т е к
97	П р а в и л а и т е х н и к а н о р м а т и в а Г к Т о О м п л е к Ч е л н о ч н ы й б е г 3 * 1	1	0	0	16.05.2024	б и б л и о т е к
98	П р а в и л а и т е х н и к а н о р м а т и в а к о м п л е к Ч е л н о ч н ы й б е г 3 * 1	1	0	0	17.05.2024	б и б л и о т е к
99	П р а в и л а и т е х н и к а н о р м а т и в а к о м п л е к 5 0 м	1	0	0	22.05.2024	б и б л и о т е к
100	П р а в и л а и т е х н и к а н о р м а т и в а к о м п л е к	1	0	0	23.05.2024	б и б л и о т е к

	5 0 м					
101	Фестиваль «Мы сдаем норм ГТО с соблюдением техники выполнения (тест 50 вс) ту4 пени	1	0	0	24.05.2024	библиотека
102	Фестиваль «Мы сдаем норм ГТО с соблюдением техники выполнения (тест 50 вс) ту4 пени	1	0	0	25.05.2024	библиотека
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПРОГРАММЕ		102	0	0		

9 КЛАСС

№ п / п	Тема урока	Количество часов			Дата изуче	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контроль работы	Практич работы		
1	Здоровье и здоровь	1	0	0	06.09.2023	библиотека
2	Туристские походы активного отдыха	1	0	0	07.09.2023	библиотека
3	Професси- онная физическая культура	1	0	0	09.09.2023	библиотека
4	Восстановительный	1	0	0	13.09.2023	библиотека
5	Восстановительный	1	0	0	14.09.2023	библиотека
6	Банные процедуры	1	0	0	16.09.2023	библиотека
7	Измерение функцион организма	1	0	0	20.09.2023	библиотека
8	Оказание первой помощи самостоятельными за упражнениями и акт	1	0	0	21.09.2023	библиотека
9	Занятия физической режим питания	1	0	0	23.09.2023	библиотека
10	Упражнения для массы тела	1	0	0	27.09.2023	библиотека
11	Мероприятия в режи	1	0	0		библиотека

	активности обучающ				28.09.2023	
12	Длинный кувырок с	1	0	0	30.09.2023	библиотека
13	Кувырок унаоэра д в	1	0	0	04.10.2023	библиотека
14	Гимнастическая ком высокой переклади	1	0	0	05.10.2023	библиотека
15	Гимнастическая ком высокой переклади	1	0	0	07.10.2023	библиотека
16	Гимнастическая ком параллельных брусь	1	0	0	11.10.2023	библиотека
17	Гимнастическая ком параллельных брусь	1	0	0	12.10.2023	библиотека
18	Гимнастическая ком гимнастическом бре	1	0	0	14.10.2023	библиотека
19	Гимнастическая ком гимнастическом бре	1	0	0	18.10.2023	библиотека
20	Упражнения черлиди	1	0	0	19.10.2023	библиотека
21	Упражнения черлиди	1	0	0	21.10.2023	библиотека
22	Бег на короткие дистан	1	0	0	25.10.2023	библиотека
23	Бег на короткие ди	1	0	0	26.10.2023	библиотека
24	Бег на длинные дис	1	0	0	28.10.2023	библиотека
25	Бег на длинные дис	1	0	0		библиотека

					08.11.2023	
26	Прыжки в длину «пр	1	0	0	09.11.2023	библиотека
27	Прыжки в длину «пр	1	0	0	11.11.2023	библиотека
28	Прыжки в длину «со	1	0	0	15.11.2023	библиотека
29	Прыжки в «сдолгинуув но	1	0	0	16.11.2023	библиотека
30	Прыжки в высоту	1	0	0	18.11.2023	библиотека
31	Прыжки в высоту	1	0	0	22.11.2023	библиотека
32	Метание спортивног на дальность	1	0	0	23.11.2023	библиотека
33	Метание спортивног на дальность	1	0	0	25.11.2023	библиотека
34	Передвижение попер двухшажным ходом	1	0	0	29.11.2023	библиотека
35	Передвижение попер двухшажным ходом	1	0	0	30.11.2023	библиотека
36	Передвижение однош одношажным ходом	1	0	0	02.12.2023	библиотека
37	Передвижение однош одношажным ходом	1	0	0	06.12.2023	библиотека
38	Способы перехода с хода на другой	1	0	0	07.12.2023	библиотека
39	Способы перехода с	1	0	0		библиотека

	хода на другой				09.12.2023	
40	Мост из положения сторону	1	0	0	13.12.2023	библиотека
41	ОРУ с гимнастикой Упор присев стойка	1	0	0	14.12.2023	библиотека
42	Лазанье по канату	1	0	0	16.12.2023	библиотека
43	Опорный прыжок.	1	0	0	20.12.2023	библиотека
44	Ведение мяча	1	0	0	21.12.2023	библиотека
45	Ведение мяча	1	0	0	23.12.2023	библиотека
46	Передача мяча	1	0	0	27.12.2023	библиотека
47	Передача мяча	1	0	0	28.12.2023	библиотека
48	Приемы и броски мя	1	0	0	30.12.2023	библиотека
49	Приемы и броски мя	1	0	0	10.01.2024	библиотека
50	Приемы и броски мя	1	0	0	11.01.2024	библиотека
51	Приемы и броски мя	1	0	0	13.01.2024	библиотека
52	Приемы и броски мя	1	0	0	17.01.2024	библиотека
53	Подачи мяча в разн	1	0	0		библиотека

	соперника				18.01.2024	
54	Подачи мяча в разн соперника	1	0	0	20.01.2024	библиотека
55	Приёмы и передачи	1	0	0	24.01.2024	библиотека
56	Приёмы и передачи	1	0	0	25.01.2024	библиотека
57	Приёмы и передачи	1	0	0	27.01.2024	библиотека
58	Приёмы и пдеврижеанчии	1	0	0	31.01.2024	библиотека
59	Удары	1	0	0	01.02.2024	библиотека
60	Удары	1	0	0	03.02.2024	библиотека
61	Блокировка	1	0	0	07.02.2024	библиотека
62	Блокировка	1	0	0	08.02.2024	библиотека ЦОК
63	Ведение мяча	1	0	0	10.02.2024	библиотека
64	Ведение мяча	1	0	0	14.02.2024	библиотека
65	Приемы мяча	1	0	0	15.02.2024	библиотека
66	Приемы мяча	1	0	0	17.02.2024	библиотека
67	Передачи мяча	1	0	0		библиотека

					21.02.2024	
68	Передачи мяча	1	0	0	22.02.2024	библиотека
69	Остановки и удары	1	0	0	24.02.2024	библиотека
70	Остановки и удары	1	0	0	28.02.2024	библиотека
71	Остановки и удары движении	1	0	0	29.02.2024	библиотека
72	Остановки и удары движении	1	0	0	02.03.2024	библиотека
73	История ВФСК ГТО, ГТО. Правила выпол норматива в огу Первая помощь при	1	0	0	06.03.2024	библиотека
74	История ВФСК ГТО, ГТО. Правила выпол норматива в огу Первая помощь при	1	0	0	07.03.2024	библиотека
75	Правила и техника норматива комплекс 60 м или 100 м	1	0	0	09.03.2024	библиотека
76	Правила и техника норматива комплекс 60 м или 100 м	1	0	0	13.03.2024	библиотека
77	Правила техника выпол норматива комплекс 2000 м или 3000 м	1	0	0	14.03.2024	библиотека

78	Правила и техника норматива комплекс 2 0 0 0 м или 3 0 0 0 м	1	0	0	16.03.2024	библиотека
79	Правила и техника норматива комплекс км или 5 км	1	0	0	20.03.2024	библиотека
80	Правила и техника норматива комплекс км или 5 км	1	0	0	21.03.2024	библиотека
81	Правила и техника норматива комплекс лыжах 3 км или 5 км	1	0	0	03.04.2024	библиотека
82	Правила и техника норматива комплекс лыжах 3 км или 5 км	1	0	0	04.04.2024	библиотека
83	Правила и техника норматива комплекс Подтягивание из виса перекладине. Рывок. Сгибание и разгибание лежа на полу	1	0	0	06.04.2024	библиотека
84	Правила и техника норматива комплекс Подтягивание из виса перекладине. Рывок. Сгибание и разгибание лежа на полу	1	0	0	10.04.2024	библиотека
85	Правила и техника норматива комплекс	1	0	0	11.04.2024	библиотека

	Подтягивание из виса перекладине 90 см					
86	Правила и техника норматива комплекс Подтягивание из виса перекладине 90 см	1	0	0	13.04.2024	библиотека
87	Правила и техника норматива комплекс вперёд люжения сто гимнастической ска	1	0	0	17.04.2024	библиотека
88	Правила и техника норматива комплекс вперёд из положения гимнастической ска	1	0	0	18.04.2024	библиотека
89	Правила и техника норматива комплекс длинну с места толч	1	0	0	20.04.2024	библиотека
90	Правила и техника норматива комплекс длинну с места толч	1	0	0	24.04.2024	библиотека
91	Правила и техника норматива комплекс Поднимание туловища лежа на спине	1	0	0	25.04.2024	библиотека
92	Правила и техника норматива комплекс Поднимание туловища лежа на спине	1	0	0	27.04.2024	библиотека

93	Правила и техника норматива комплекс мяча весом 150 г, 5	1	0	0	02.05.2024	библиотека
94	Правила и техника норматива комплекс мяча весом 150 г, 5	1	0	0	04.05.2024	библиотека
95	Правила и техника норматива комплекс (пневматика или эл	1	0	0	08.05.2024	библиотека
96	Правила и техника норматива комплекс (пневматика или эл	1	0	0	11.05.2024	библиотека
97	Правила и техника норматива комплекс бег 3 * 10 м	1	0	0	15.05.2024	библиотека
98	Правила и техника норматива комплекс бег 3 * 10 м	1	0	0	16.05.2024	библиотека
99	Правила и техника норматива комплекс 50 м	1	0	0	18.05.2024	библиотека
100	Правила и техника норматива комплекс ГТО 50 м	1	0	0	22.05.2024	библиотека
101	Фестиваль «Мы и ГТО с соблюдением выполнения испытаний ступени	1	0	0	23.05.2024	библиотека

102	Фестиваль «Мыдича ГТО с соблюдением выполнения испытан ступени	1	0	0	25.05.2024	библиотека
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПРОГРАММЕ		102	0	0		

**УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА
ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ У**

• Физическая-9 культура Ля8 В. И. , Акцио
«Издательство «Просвещение»

• Физическая-9 культура Виленский М. Я. ,
Торочкова Т. Ю. и другие М. Яод Р«ддици
общество «Издательство «Просвещение»

• Физическая-9 культура Петрова Т. В. , К
Полянская Н. В. , Петров С. С. , Обществ
Издательский ц «ГНРТАрФ»«; В ЕАНКЦАиНБАНерное обш
«Издательство «Просвещение»

• Физическая-9 культура Петрова Т. В. , К
Полянская Н. В. , Петров С. С. , Обществ
Издательский ц «ГНРТАрФ»«; В ЕАНКЦАиНБАНерное обш
«Издательство «Просвещение»

1

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

Физическая культура-9 рабочая ТпВ оНф а р м
Копылов

Физическая культура-9 рабочая ЛяроВ рИ м

**ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И Р
ИНТЕРНЕТ**

Библиотека ЦОК

