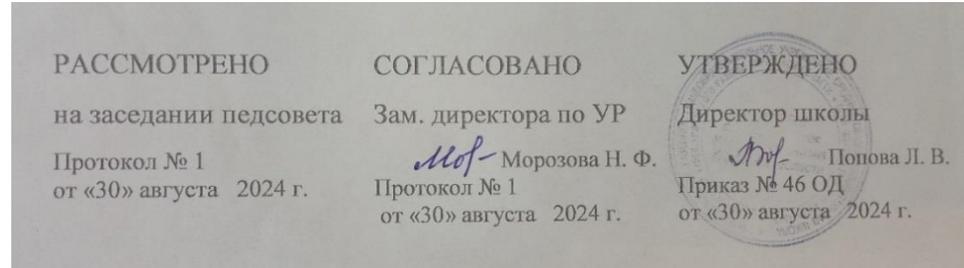


МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования Кировской области
Администрация Уржумского муниципального района
МКОУ СОШ села Русский Турек Уржумского района Кировской области



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по учебному предмету
«Физическая культура»
для 5-9 классов
на 2024-2025 учебный год

Составитель: Кожевников Н.В.-
учитель физкультуры, 1 кв. категория.

с. Русский Турек, 2024

Введение

Рабочая программа по учебному предмету «Физическая культура» для 5-9 классов (базовый уровень) составлена в соответствии с Федеральным Государственным образовательным стандартом и Основной образовательной программой основного общего образования МКОУ СОШ с. Русский Турек Уржумского района Кировской области.. Программа ориентирована на использование УМК В.И.Ляха: -Физическая культура. 5-9 классы: учеб. для общеобразовательных учреждений/ М.Я. Виленский, И.М. Туревский/; под редакцией М.Я Виленского. – 7-е изд. – М. : Просвещение, 2011

В соответствии с учебным планом Школы на изучение предмета «Физическая культура» в 5,6,7,8,9 классах отводится 2 часа в неделю (34 учебные недели, 68 часов).

Рабочая программа по предмету «Физическая культура» связана с целевыми ориентирами рабочей программы воспитания МКОУ СОШ с. Русский Турек.

Планируемые результаты освоения учебного предмета «Физическая культура» в 5-9 классах

Личностные результаты освоения основной образовательной программы основного общего образования должны отражать:

- 1) воспитание российской гражданской идентичности: патриотизм, уважение к Отечеству, прошлое и настоящее многонационального народа России; осознание своей этнической принадлежности, знание истории, языка, культуры своего народа, своего края, основ культурного наследия народов России и человечества; усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества; воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;
- 2) формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учетом устойчивых познавательных интересов, а также на основе формирования уважительного отношения к труду, развития опыта участия в социально значимом труде;
- 3) формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;
- 4) формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции, к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира; готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания;
- 5) освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества; участие в школьном самоуправлении и общественной жизни в пределах возрастных компетенций с учетом региональных, этнокультурных, социальных и экономических особенностей;
- 6) развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личностного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;

- 7) формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;
- 8) формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;
- 9) формирование основ экологической культуры соответствующей современному уровню экологического мышления, развитие опыта экологически ориентированной рефлексивно-оценочной и практической деятельности в жизненных ситуациях;
- 10) осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи;
- 11) развитие эстетического сознания через освоение художественного наследия народов России и мира, творческой деятельности эстетического характера.

Метапредметные результаты освоения основной образовательной программы основного общего образования должны отражать:

- 1) умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учебе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- 2) умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- 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;
- 4) умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности ее решения;
- 5) владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
- 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 и по аналогии) и делать выводы;
- 7) умение создавать, применять и преобразовывать знаки и символы, модели и схемы для решения учебных и познавательных задач;
- 8) смысловое чтение;
- 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;

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

11) формирование и развитие компетентности в области использования информационно-коммуникационных технологий (далее - ИКТ компетенции); развитие мотивации к овладению культурой активного пользования словарями и другими поисковыми системами;

(Подпункт в редакции, введенной в действие с 21 февраля 2015 года приказом Минобрнауки России от 29 декабря 2014 года N 1644.

12) формирование и развитие экологического мышления, умение применять его в познавательной, коммуникативной, социальной практике и профессиональной ориентации.

Предметные результаты освоения основной образовательной программы основного общего образования с учетом общих требований Стандарта и специфики изучаемых предметов, входящих в состав предметных областей, должны обеспечивать успешное обучение на следующем уровне общего образования.

(Пункт в редакции, введенной в действие с 21 февраля 2015 года приказом Минобрнауки России от 29 декабря 2014 года N 1644.

Предметные результаты изучения предметной области "Физическая культура и основы безопасности жизнедеятельности" должны отражать:

Физическая культура:

1) понимание роли и значения физической культуры в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;

2) овладение системой знаний о физическом совершенствовании человека, создание основы для формирования интереса к расширению и углублению знаний по истории развития физической культуры, спорта и олимпийского движения, освоение умений отбирать физические упражнения и регулировать физические нагрузки для самостоятельных систематических занятий с различной функциональной направленностью (оздоровительной, тренировочной, коррекционной, рекреативной и лечебной) с учетом индивидуальных возможностей и особенностей организма, планировать содержание этих занятий, включать их в режим учебного дня и учебной недели;

3) приобретение опыта организации самостоятельных систематических занятий физической культурой с соблюдением правил техники безопасности и профилактики травматизма; освоение умения оказывать первую доврачебную помощь при легких травмах; обогащение опыта совместной деятельности в организации и проведении занятий физической культурой, форм активного отдыха и досуга;

4) расширение опыта организации и мониторинга физического развития и физической подготовленности; формирование умения вести наблюдение за динамикой развития своих основных физических качеств: оценивать текущее состояние организма и определять тренирующее воздействие на него занятий физической культурой посредством использования стандартных физических нагрузок и функциональных проб, определять индивидуальные режимы физической нагрузки, контролировать направленность ее воздействия на организм во время самостоятельных занятий физическими упражнениями с разной целевой ориентацией;

5) формирование умений выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корригирующих упражнений, учитывающих индивидуальные способности и особенности, состояние здоровья и режим учебной деятельности; овладение основами технических действий, приемами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умением использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности; расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма, в том числе в подготовке к выполнению нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО)";
(Подпункт в редакции, введенной в действие с 21 февраля 2015 года приказом Минобрнауки России от 29 декабря 2014 года N 1644.

Содержание программы

Физическая культура

Физическая культура как область знаний

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».*

Физическая культура человека

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

- 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, физкультурминутки, физкультурпауз, 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 физической культурой

Самонаблюдение и самоконтроль. Оценка эффективности занятий. Оценка техники осваиваемых упражнений, способы выявления и устранения технических ошибок. Измерение резервов организма (с помощью простейших функциональных проб).

Физическое совершенствование

Физкультурно-оздоровительная деятельность

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. *Индивидуальные комплексы адаптивной физической культуры (при нарушении опорно-двигательного аппарата, центральной нервной системы, дыхания и кровообращения, при близорукости).*

Спортивно-оздоровительная деятельность¹

Гимнастика с основами акробатики: 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: беговые упражнения. Прыжковые упражнения. Упражнения в метании малого мяча. Спортивные игры: технико-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.* Способы плавания (теория) Правила поведения на водоемах. Лыжные гонки:² передвижение на лыжах разными способами. Подъемы, спуски, повороты, торможения.

Прикладно-ориентированная физкультурная деятельность

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).

¹Элементы видов спорта могут быть заменены на другие с учетом наличия материально-технической базы в общеобразовательной организации, а так же климато-географических и региональных особенностей.

² Для бесснежных районов Российской Федерации или в отсутствие условий для занятий лыжной подготовкой разрешается заменять модуль «Лыжные гонки» на двигательную активность на свежем воздухе.

**Тематическое планирование
5 класс**

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов	Задачи в соответствии с модулем «Школьный урок» из рабочей Программы воспитания
1.	Физическая культура как область знаний	Изучается в ходе урока.	
2.	Способы двигательной деятельности: - Гимнастика с основами акробатики; - Легкая атлетика; - Лыжные гонки; -Баскетбол -Футбол -Волейбол -Подготовка к сдаче норм ГТО - ОРУ	12 18 12 12 4 9 1 Изучаются в ходе урока.	<ul style="list-style-type: none"> • 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.
3.	Всего	68	

6 класс

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов	Задачи в соответствии с модулем «Школьный урок»
----------	------------------------	------------------	---

			из рабочей Программы воспитания
1.	Физическая культура как область знаний	Изучается в ходе урока.	
2.	Способы двигательной деятельности: - Гимнастика с основами акробатики; - Легкая атлетика; - Лыжные гонки; -Баскетбол -Футбол -Волейбол -Подготовка к сдаче норм ГТО - ОРУ	12 18 12 12 4 9 1 Изучаются в ходе урока.	<ul style="list-style-type: none"> • 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;
3.	Всего	68	

7 класс

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов	Задачи в соответствии с модулем «Школьный урок» из рабочей Программы воспитания
1.	Физическая культура как область знаний	Изучается в ходе урока.	
2.	Способы двигательной деятельности: - Гимнастика с основами акробатики;	12	<ul style="list-style-type: none"> • включение в урок игровых процедур, которые помогают

	<ul style="list-style-type: none"> - Легкая атлетика; - Лыжные гонки; -Баскетбол -Футбол -Волейбол -Подготовка к сдаче норм ГТО - ОРУ 	<p style="text-align: center;">18 12 12 4 9 1</p> <p style="text-align: center;">Изучаются в ходе урока.</p>	<p>поддержать мотивацию детей к получению знаний, налаживанию позитивных межличностных отношений в классе, помогают установлению доброжелательной атмосферы во время урока;</p> <ul style="list-style-type: none"> • организация шефства мотивированных и эрудированных учащихся над их неуспевающими одноклассниками, дающего школьникам социально значимый опыт сотрудничества и взаимной помощи;
3.	Всего	68	

8 класс

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов	Задачи в соответствии с модулем «Школьный урок» из рабочей Программы воспитания
1.	Физическая культура как область знаний	Изучается в ходе урока.	<ul style="list-style-type: none"> • включение в урок игровых процедур, которые помогают поддержать мотивацию детей к получению знаний, налаживанию позитивных межличностных отношений в классе, помогают установлению доброжелательной
2.	Способы двигательной деятельности: <ul style="list-style-type: none"> - Гимнастика с основами акробатики; - Легкая атлетика; - Лыжные гонки; -Баскетбол -Футбол -Волейбол 	<p style="text-align: center;">12 18 12 12 4 9</p>	

	-Подготовка к сдаче норм ГТО - ОРУ	1 Изучаются в ходе урока.	атмосферы во время урока; • организация шефства мотивированных и эрудированных учащихся над их неуспевающими одноклассниками, дающего школьникам социально значимый опыт сотрудничества и взаимной помощи;
3.	Всего	68	

9 класс

№ п/п	Название раздела, темы	Количество часов	Задачи в соответствии с модулем «Школьный урок» из рабочей Программы воспитания
1.	Физическая культура как область знаний	Изучается в ходе урока.	<ul style="list-style-type: none"> • 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;
2.	Способы двигательной деятельности: - Гимнастика с основами акробатики; - Легкая атлетика; - Лыжные гонки; -Баскетбол -Футбол -Волейбол -Подготовка к сдаче норм ГТО - ОРУ	12 18 12 12 4 9 1 Изучаются в ходе урока.	
3.	Всего	68	

**Календарно-тематический план по Физкультуре
5 класс (2ч в неделю, всего 68 часов)**

№ урока в году	№ урока в теме	Тема раздела/урока	Количество часов	Дата	
				План	Факт
		Легкая атлетика	9		
1	1	Легкоатлетические упражнения, бег. Организация и проведение пеших туристских походов.			
2	2	Олимпийские игры древности. Легкоатлетические упражнения, бег с низкого старта.			
3	3	Легкоатлетические упражнения, стартовый разгон в беге с низкого старта. Возрождение Олимпийских игр и олимпийского движения.			
4	4	Бег с максимальной скоростью, финальное усилие в метании мяча с места			
5	5	Бег с низкого старта, финальное усилие в метании мяча с места			
6	6	Бег с низкого старта, финальное усилие в метании мяча с места			
7	7	Бег с максимальной скоростью, метание мяча с 1-3 шагов			
8	8	Метание мяча с 1-3 шагов			
9	9	Легкоатлетические упражнения, бег, метание			
		Баскетбол	12		
10	1	Элементы техники владения мячом. Физическое развитие человека.			
11	2	Ведение мяча на месте. Ловля и передача мяча. Организация и планирование самостоятельных занятий по развитию физических качеств.			

12	3	Ведение мяча в движении. Ловля и передача мяча. Здоровье и здоровый образ жизни.			
13	4	Ловля и передача мяча. Ведение мяча с изменением направления			
14	5	Бросок по кольцу двумя руками. Ловля и передача мяча.			
15	6	Ловля и передача мяча. Бросок двумя руками с места.			
16	7	Ловля и передача мяча на месте и в движении.			
17	8	Ловля и передача мяча в движении. Ведение мяча с изменением направления.			
18	9	Бросок мяча по кольцу с места и после ведения.			
19	10	Бросок по кольцу с места, после передачи в ведении			
20	11	Остановка в два шага. Ведение мяча с изменением направления.			
21	12	Игры с элементами баскетбола.			
		Гимнастика с элементами акробатики	12		
22	1	Строевые упражнения, акробатические элементы, висы, равновесие. Режим дня, его основное содержание и правила планирования.			
23	2	Строевые упражнения, акробатические элементы, висы, равновесие. Закаливание организма.			
24	3	Строевые упражнения, акробатические элементы, висы, равновесие. Проведение самостоятельных занятий по коррекции осанки и телосложения.			
25	4	Строевые упражнения, акробатические элементы, висы, равновесие			
26	5	Строевые упражнения, висы, разбег и отталкивание в опорном прыжке			
27	6	Строевые упражнения, техника опорного прыжка в упор на коленях			
28	7	Строевые упражнения, техника опорного прыжка в упор присев			

29	8	Строевые упражнения, опорный прыжок в упор на колени, в упор присев			
30	9	Строевые упражнения, опорный прыжок			
31	10	Строевые упражнения, опорный прыжок			
32	11	Опорный прыжок, акробатические элементы, висы			
33	12	Опорный прыжок, акробатические элементы, висы			
		Лыжные гонки	12		
34	1	Освоение лыжных ходов: скользящий шаг, одновременный бесшажный ход			
35	2	Освоение лыжных ходов: попеременный 2-хшажный ход, одновременный бесшажный ход			
36	3	Освоение лыжных ходов попеременный 2-хшажный ход, одновременный бесшажный ход:			
37	4	Освоение лыжных ходов попеременный 2-хшажный ход, одновременный бесшажный ход:			
38	5	Освоение лыжных ходов: попеременный 2-хшажный ход.			
39	6	Освоение лыжных ходов: одновременный бесшажный ход, поворот переступанием.			
40	7	Освоение лыжных ходов: одновременный бесшажный ход.			
41	8	Освоение лыжных ходов: поворот переступанием, подъем «полуёлочкой».			
42	9	Освоение лыжных ходов: одновременный бесшажный ход.			
43	10	Освоение лыжных ходов: попеременный 2-хшажный ход.			
44	11	Освоение лыжных ходов.			
45	12	Освоение лыжных ходов.			
		Волейбол	9		
46	1	Элементы техники игры в волейбол			
47	2	Стойка волейболиста. Верхняя передача мяча.			

48	3	Передвижение в стойке. Верхняя передача.			
49	4	Верхняя передача мяча через сетку. Нижняя прямая подача.			
50	5	Чередование верхней передачи мяча над собой и в парах.			
51	6	Передача мяча через сетку. Нижняя прямая подача.			
52	7	Нижняя прямая подача. Приём мяча после подачи.			
53	8	Верхняя передача мяча. Прием мяча после подачи.			
54	9	Элементы техники игры в волейбол. Игра по правилам.			
		Легкая атлетика	9		
55	1	Разбег и переход планки в прыжках в высоту, отталкивание в прыжках в длину			
56	2	Прыжок в высоту и длину в целом			
57	3	Бег с максимальной скоростью, техника низкого старта			
58	4	Бег с максимальной скоростью, техника низкого старта			
59	5	Бег с максимальной скоростью, метание малого мяча с места			
60	6	Бег с максимальной скоростью, метание малого мяча с 1 шага			
61	7	Бег с максимальной скоростью, метание малого мяча с 3 шагов			
62	8	Бег с максимальной скоростью, метание малого мяча с 3 шагов			
63	9	Метание малого мяча на дальность			
		Футбол	4		
64	1	Ведение мяча. Удар по неподвижному мячу.			
65	2	Ведение мяча. Удар по неподвижному мячу.			
66	3	Ведение мяча с сопротивлением. Удар по катящемуся мячу.			
67	4	Ведение мяча. Удар по катящемуся мячу.			
		Подготовка к сдаче норм ГТО	1		
68	1	Подготовка к сдаче норм ГТО			

**Календарно-тематический план по Физкультуре
6 класс (2ч в неделю, всего 68 часов)**

№ урока в году	№ урока в теме	Тема раздела/урока	Количество часов	Дата	
				План	Факт
		Легкая атлетика	9		
1	1	Легкоатлетические упражнения, бег. История зарождения олимпийского движения в России			
2	2	Легкоатлетические упражнения, бег с низкого старта 60м. Выдающиеся достижения отечественных спортсменов на Олимпийских играх			
3	3	Развитие быстроты. Бег 30,60м.			
4	4	Легкоатлетические упражнения, бег с низкого старта.			
5	5	Бег с максимальной скоростью, прыжок в длину с места			
6	6	Прыжок в длину с разбега. Развитие координации движений.			
7	7	Развитие выносливости и силы. Кросс 1,5км			
8	8	Бег с максимальной скоростью, метание мяча с 1-3 шагов			
9	9	Метание мяча с 1-3 шагов. Краткая характеристика видов спорта, входящих в программу Олимпийских игр.			
		Баскетбол	12		
10	1	Элементы техники владения мячом. Физическая культура в современном обществе.			
11	2	Ведение мяча на месте. Ловля и передача мяча. Требование к ТБ и бережное отношение к природе			
12	3	Ловля и передача мяча. Бросок мяча двумя руками с места.			
13	4	Ловля и передача мяча. Ведение мяча с изменением направления			
14	5	Бросок по кольцу двумя руками. Ловля и передача мяча.			

15	6	Ловля и передача мяча. Бросок двумя руками с места.			
16	7	Ловля и передача мяча на месте и в движении.			
17	8	Ловля и передача мяча в движении. Развитие быстроты, выносливости, координации движений.			
18	9	Бросок мяча по кольцу с места и после ведения. Развитие силы.			
19	10	Бросок по кольцу с места, после передачи в ведении			
20	11	Остановка в два шага. Ведение мяча с изменением направления.			
21	12	Игра по правилам.Физподготовка и ее связь с укреплением здоровья, развитием физических качеств.			
		Гимнастика с элементами акробатики	12		
22	11	Организующие команды и приемы Подтягивание в висе.			
23	2	Строевые упражнения, акробатические элементы.. Правила безопасности и гигиенические требования			
24	3	Висы, равновесие. Развитиегибкости,координации движений.			
25	4	Ритмическая гимнастика , акробатические элементы			
26	5	Упражнения и комбинации на гимнастическом бревне.			
27	6	Строевые упражнения, акробатические элементы, висы, равновесие			
28	7	Техника опорного прыжка в упор на коленях			
29	8	Упражнения и комбинации на гимнастических брусьях			
30	9	Упражнения на параллельных и разновысотных брусьях.			
31	10	Строевые упражнения, опорный прыжок. Доврачебная помощь во время занятий физкультурой и спортом.			
32	11	Акробатические упражнения и комбинации. Организация досуга средствами физкультуры			
33	12	Развитие силы и выносливости. Наклон вперед из положения стоя.			
		Лыжные гонки	12		

34	1	Передвижение на лыжах. Скользящий шаг, одновременный бесшажный ход			
35	2	Развитие выносливости. 2км.			
36	3	Попеременный 2-хшажный ход, одновременный бесшажный ход:			
37	4	Спуски, торможения и подъемы.			
38	5	Самонаблюдение и самоконтроль			
39	6	Одновременный бесшажный ход, поворот переступанием.			
40	7	Попеременный 2-хшажный ход. Спуски и торможения.			
41	8	Одновременный бесшажный ход.			
42	9	Одновременный бесшажный ход.			
43	10	Развитие быстроты, силы, координации движений. Эстафеты.			
44	11	Поворот переступанием, подъем «полуёлочкой».			
45	12	Поворот переступанием, подъем «полуёлочкой».			
		Волейбол	9		
46	1	Оздоровительные формы занятий в режиме учебного дня и учебной недели.			
47	2	Передвижение в стойке. Верхняя передача мяча.			
48	3	Верхняя передача мяча через сетку. Нижняя прямая подача.			
49	4	Верхняя передача мяча. Нижняя прямая подача.			
50	5	Передача мяча над собой. Нижняя прямая подача.			
51	6	Передача мяча через сетку. Нижняя прямая подача.			
52	7	Нижняя прямая подача. Приём мяча после подачи.			
53	8	Верхняя передача мяча. Прием мяча после подачи.			
54	9	Элементы техники игры в волейбол. Игра по правилам			
		Легкая атлетика	9		
55	1	Техника прыжка в высоту и длину в целом			
56	2	Прыжковые упражнения. Прыжок в высоту и длину.			
57	3	Прыжок в длину с места.			

58	4	Беговые упражнения , техника низкого старта			
59	5	Бег с максимальной скоростью, техника низкого старта			
60	6	Бег с максимальной скоростью, техника низкого старта			
61	7	Бег с максимальной скоростью, метание малого мяча с 1 шага			
62	8	Бег с максимальной скоростью, метание малого мяча с 3 шагов			
63	9	Метание малого мяча на дальность			
		Футбол	4		
64	1	Ведение мяча. Удар по неподвижному мячу.			
65	2	Ведение мяча с сопротивлением. Удар по катящемуся мячу.			
66	3	Ведение мяча с сопротивлением. Удар по катящемуся мячу. Игра по правилам.			
67	4	Ведение мяча. Удар по катящемуся мячу. Способы плавания. Правила поведения на водоемах.			
		Подготовка к сдаче норм ГТО	1		
68	1	Подготовка к сдаче норм ГТО			

**Календарно-тематический план по Физкультуре
7 класс (2ч в неделю, всего 68 часов)**

№ урока в году	№ урока в теме	Тема раздела/урока	Количество часов	Дата	
				План	Факт
		Легкая атлетика	9		
1	1	Легкоатлетические упражнения, бег. Олимпийское движение в России(СССР)			
2	2	Легкоатлетические упражнения, бег с низкого старта 60м. Спортивная подготовка.			
3	3	Развитие быстроты. Бег 30,60м. Всестороннее и гармоничное физическое развитие.			
4	4	Легкоатлетические упражнения, бег с низкого старта.			
5	5	Бег с максимальной скоростью, прыжок в длину с места			
6	6	Прыжок в длину с разбега. Развитие координации движений.			
7	7	Развитие выносливости и силы. Кросс 1,5км			
8	8	Бег с максимальной скоростью, метание мяча с 1-3 шагов			
9	9	Метание мяча с 1-3 шагов. Профессионально-прикладная физическая подготовка.			
		Баскетбол	12		
10	1	Элементы техники владения мячом. Подготовка к занятиям физической культурой.			
11	2	Ведение мяча на месте. Ловля и передача мяча. Планирование занятий физической культурой.			

12	3	Ловля и передача мяча. Бросок мяча двумя руками с места.			
13	4	Ловля и передача мяча. Ведение мяча с изменением направления			
14	5	Бросок по кольцу двумя руками. Ловля и передача мяча.			
15	6	Ловля и передача мяча. Бросок двумя руками с места.			
16	7	Ловля и передача мяча на месте и в движении.			
17	8	Ловля и передача мяча в движении. Измерение резервов организма и состояния здоровья с помощью функциональных проб.			
18	9	Бросок мяча по кольцу с места и после ведения. Развитие силы.			
19	10	Бросок по кольцу с места, после передачи в ведении			
20	11	Остановка в два шага. Ведение мяча с изменением направления.			
21	12	Игра по правилам.Оценка эффективности занятий физкультурно-оздоровительной деятельностью.			
		Гимнастика с элементами акробатики	12		
22	1	Организуемые команды и приемы Подтягивание в висе.			
23	2	Строевые упражнения,акробатические элементы.			
24	3	Висы, равновесие. Развитиегибкости,координации движений.			
25	4	Ритмическая гимнастика, акробатические элементы			
26	5	Упражнения и комбинации на гимнастической перекладине.			
27	6	Строевые упражнения,акробатические элементы, висы, равновесие			
28	7	Техника опорного прыжка в упор на коленях			
29	8	Упражнения и комбинации на гимнастических брусьях			
30	9	Упражнения на параллельных и разновысотных брусьях.			
31	10	Строевые упражнения, опорный прыжок. Проведение банных процедур.			
32	11	Акробатические упражнения и комбинации. Восстановительный массаж.			
33	12	Развитие силы и выносливости. Наклон вперед из положения			

		стоя.			
		Лыжные гонки	12		
34	1	Передвижение на лыжах. Скользящий шаг, одновременный бесшажный ход			
35	2	Развитие выносливости. 2км.			
36	3	Попеременный 2-хшажный ход, одновременный бесшажный ход:			
37	4	Спуски, торможения и подъемы.			
38	5	Самонаблюдение и самоконтроль			
39	6	Одновременный бесшажный ход, поворот переступанием.			
40	7	Попеременный 2-хшажный ход. Спуски и торможения.			
41	8	Одновременный бесшажный ход.			
42	9	Одновременный бесшажный ход.			
43	10	Развитие быстроты, силы, координации движений. Эстафеты.			
44	11	Поворот переступанием, подъем «полуёлочкой».			
45	12	Поворот переступанием, подъем «полуёлочкой».			
		Волейбол	9		
46	1	Оздоровительные формы занятий в режиме учебного дня и учебной недели.			
47	2	Передвижение в стойке. Верхняя передача мяча.			
48	3	Верхняя передача мяча через сетку. Нижняя прямая подача.			
49	4	Верхняя передача мяча. Нижняя прямая подача.			
50	5	Передача мяча над собой. Нижняя прямая подача.			
51	6	Передача мяча через сетку. Нижняя прямая подача.			
52	7	Нижняя прямая подача. Прием мяча после подачи.			
53	8	Верхняя передача мяча. Прием мяча после подачи.			
54	9	Элементы техники игры в волейбол. Игра по правилам			
		Легкая атлетика	9		
55	1	Техника прыжка в высоту и длину в целом			

56	2	Прыжковые упражнения. Прыжок в высоту и длину.			
57	3	Прыжок в длину с места.			
58	4	Беговые упражнения, техника низкого старта			
59	5	Бег с максимальной скоростью, техника низкого старта			
60	6	Бег с максимальной скоростью, техника низкого старта			
61	7	Бег с максимальной скоростью, метание малого мяча с 1 шага			
62	8	Бег с максимальной скоростью, метание малого мяча с 3 шагов			
63	9	Метание малого мяча на дальность			
		Футбол	4		
64	1	Ведение мяча. Удар по неподвижному мячу. Развитие быстроты, силы, выносливости.			
65	2	Ведение мяча с сопротивлением. Удар по катящемуся мячу.			
66	3	Ведение мяча с сопротивлением. Удар по катящемуся мячу. Игра по правилам.			
67	4	Ведение мяча. Удар по катящемуся мячу. Способы плавания. Правила поведения на водоемах.			
		Подготовка к сдаче норм ГТО	1		
68	1	Подготовка к сдаче норм ГТО			

**Календарно-тематический план по Физкультуре
8 класс (2ч в неделю, всего 68 часов)**

№ урока в году	№ урока в теме	Тема раздела/урока	Количество часов	Дата	
				План	Факт
		Легкая атлетика	9		
1	1	Легкоатлетические упражнения, бег. Инструктаж по ТБ			
2	2	Легкоатлетические упражнения, бег с низкого старта 60м. Адаптивная физическая подготовка.			
3	3	Бег 30,60м. Общефизическая подготовка.			
4	4	Легкоатлетические упражнения, бег с низкого старта.			
5	5	Бег с максимальной скоростью, прыжок в длину с места			
6	6	Прыжок в длину с разбега. Развитие координации движений.			
7	7	Развитие выносливости и силы. Кросс 1,5км			
8	8	Бег с максимальной скоростью, метание мяча с 1-3 шагов			
9	9	Метание мяча с 1-3 шагов. Прикладно-ориентированные упражнения.			
		Баскетбол	12		
10	1	Элементы техники владения мячом. Подготовка к занятиям физической культурой.			
11	2	Ведение мяча на месте. Ловля и передача мяча.			
12	3	Ловля и передача мяча. Бросок мяча двумя руками с места.			
13	4	Ловля и передача мяча. Ведение мяча с изменением направления			
14	5	Бросок по кольцу двумя руками. Ловля и передача мяча.			
15	6	Ловля и передача мяча. Влияние занятий физкультурой на формирование положительных качеств личности.			
16	7	Ловля и передача мяча на месте и в движении.			

17	8	Ловля и передача мяча в движении. Выбор упражнений и составление индивидуальных комплексов для утренней зарядки, физкультминуток и физкультпауз.			
18	9	Бросок мяча по кольцу с места и после ведения. Развитие силы.			
19	10	Бросок по кольцу с места, после передачи в ведении			
20	11	Остановка в два шага. Ведение мяча с изменением направления.			
21	12	Игра по правилам.Оценка эффективности занятий физкультурно-оздоровительной деятельностью.			
		Гимнастика с элементами акробатики	12		
22	1	Организуемые команды и приемы Подтягивание в висе.			
23	2	Строевые упражнения,акробатические элементы.			
24	3	Висы, равновесие. Развитиегибкости,координации движений.			
25	4	Ритмическая гимнастика,акробатические элементы			
26	5	Упражнения и комбинации на гимнастической перекладине.			
27	6	Строевые упражнения,акробатические элементы, висы, равновесие			
28	7	Опорный прыжок. Индивидуальные комплексы адаптивной (лечебной) и корригирующей физической культуры.			
29	8	Упражнения и комбинации на гимнастических брусьях			
30	9	Упражнения на параллельных и разновысотных брусьях.			
31	10	Строевые упражнения, опорный прыжок. Техническая подготовка. Техника движений и ее основные показатели.			
32	11	Акробатическая комбинация. Оценка техники движений, способы выявления и устранения ошибок в технике выполнения.			
33	12	Развитие силы и выносливости.Наклон вперед из положения стоя.			
		Лыжные гонки	12		
34	1	Передвижение на лыжах.Скольльзящий шаг, одновременный			

		бесшажный ход			
35	2	Развитие выносливости. 2км.			
36	3	Попеременный 2-хшажный ход, одновременный бесшажный ход:			
37	4	Спуски, торможения и подъемы.			
38	5	Самонаблюдение и самоконтроль			
39	6	Одновременный бесшажный ход, поворот переступанием.			
40	7	Попеременный 2-хшажный ход. Спуски и торможения.			
41	8	Одновременный бесшажный ход.			
42	9	Одновременный бесшажный ход.			
43	10	Развитие быстроты, силы, координации движений. Эстафеты.			
44	11	Поворот переступанием, подъем «полуёлочкой».			
45	12	Поворот переступанием, подъем «полуёлочкой».			
		Волейбол	9		
46	1	Проведение самостоятельных занятий прикладной физической подготовкой.			
47	2	Передвижение в стойке. Верхняя передача мяча.			
48	3	Верхняя передача мяча через сетку. Нижняя прямая подача.			
49	4	Верхняя передача мяча. Нижняя прямая подача.			
50	5	Передача мяча над собой. Нижняя прямая подача.			
51	6	Передача мяча через сетку. Нижняя прямая подача.			
52	7	Нижняя прямая подача. Приём мяча после подачи.			
53	8	Верхняя передача мяча. Прием мяча после подачи.			
54	9	Элементы техники игры в волейбол. Игра по правилам			
		Легкая атлетика	9		
55	1	Техника прыжка в высоту и длину в целом			
56	2	Прыжковые упражнения. Прыжок в высоту и длину.			
57	3	Прыжок в длину с места.			
58	4	Беговые упражнения, техника низкого старта			

59	5	Бег с максимальной скоростью, техника низкого старта			
60	6	Бег с максимальной скоростью, техника низкого старта			
61	7	Бег с максимальной скоростью, метание малого мяча с 1 шага			
62	8	Бег с максимальной скоростью, метание малого мяча с 3 шагов			
63	9	Метание малого мяча на дальность			
		Футбол	4		
64	1	Ведение мяча. Удар по неподвижному мячу. Развитие быстроты, силы, выносливости.			
65	2	Ведение мяча с сопротивлением. Удар по катящемуся мячу.			
66	3	Ведение мяча с сопротивлением. Удар по катящемуся мячу. Игра по правилам.			
67	4	Ведение мяча. Удар по катящемуся мячу. Способы плавания. Правила поведения на водоемах.			
		Подготовка к сдаче норм ГТО	1		
68	1	Подготовка к сдаче норм ГТО			

**Календарно-тематический план по Физкультуре
9 класс (2ч в неделю, всего 68 часов)**

№ урока в году	№ урока в теме	Тема раздела/урока	Количество часов	Дата	
				План	Факт
		Легкая атлетика	9		
1	1	Легкоатлетические упражнения, бег. Инструктаж по ТБ			
2	2	Легкоатлетические упражнения, бег с низкого старта 60м. Организация и проведение пеших туристских походов.			
3	3	Бег 30,60м. Общефизическая подготовка.			
4	4	Легкоатлетические упражнения, бег с низкого старта.			
5	5	Бег с максимальной скоростью, прыжок в длину с места			
6	6	Прыжок в длину с разбега. Развитие координации движений.			
7	7	Развитие выносливости и силы. Кросс 1,5км			
8	8	Бег с максимальной скоростью, метание мяча с 1-3 шагов			
9	9	Метание мяча с 1-3 шагов. Техника движений и ее основные показатели.			
		Баскетбол	12		
10	1	Элементы техники владения мячом. Подготовка к занятиям физической культурой.			
11	2	Ведение мяча на месте. Ловля и передача мяча.			
12	3	Ловля и передача мяча. Бросок мяча двумя руками с места.			
13	4	Ловля и передача мяча. Ведение мяча с изменением направления			
14	5	Бросок по кольцу двумя руками. Ловля и передача мяча.			
15	6	Ловля и передача мяча. Влияние занятий физкультурой на формирование положительных качеств личности.			
16	7	Ловля и передача мяча на месте и в движении.			

17	8	Ловля и передача мяча в движении. Выбор упражнений и составление индивидуальных комплексов для утренней зарядки, физкультминуток и физкультпауз.			
18	9	Бросок мяча по кольцу с места и после ведения. Развитие силы.			
19	10	Бросок по кольцу с места, после передачи в ведении			
20	11	Остановка в два шага. Ведение мяча с изменением направления.			
21	12	Игра по правилам.Оценка эффективности занятий физкультурно-оздоровительной деятельностью.			
		Гимнастика с элементами акробатики	12		
22	1	Организуемые команды и приемы Подтягивание в висе.			
23	2	Строевые упражнения,акробатические элементы.			
24	3	Висы, равновесие. Развитиегибкости,координации движений.			
25	4	Ритмическая гимнастика,акробатические элементы			
26	5	Упражнения и комбинации на гимнастической перекладине.			
27	6	Строевые упражнения,акробатические элементы, висы, равновесие			
28	7	Опорный прыжок. Индивидуальные комплексы адаптивной (лечебной) и корригирующей физической культуры.			
29	8	Упражнения и комбинации на гимнастических брусьях			
30	9	Упражнения на параллельных и разновысотных брусьях.			
31	10	Строевые упражнения, опорный прыжок. Техническая подготовка. Техника движений и ее основные показатели.			
32	11	Акробатическая комбинация. Оценка техники движений, способы выявления и устранения ошибок в технике выполнения.			
33	12	Развитие силы и выносливости.Наклон вперед из положения стоя.			
		Лыжные гонки	12		
34	1	Передвижение на лыжах.Скольльзящий шаг, одновременный			

		бесшажный ход			
35	2	Развитие выносливости. 2км.			
36	3	Попеременный 2-хшажный ход, одновременный бесшажный ход:			
37	4	Спуски, торможения и подъемы.			
38	5	Самонаблюдение и самоконтроль			
39	6	Одновременный бесшажный ход, поворот переступанием.			
40	7	Попеременный 2-хшажный ход. Спуски и торможения.			
41	8	Одновременный бесшажный ход.			
42	9	Одновременный бесшажный ход.			
43	10	Развитие быстроты, силы, координации движений. Эстафеты.			
44	11	Поворот переступанием, подъем «полуёлочкой».			
45	12	Поворот переступанием, подъем «полуёлочкой».			
		Волейбол	9		
46	1	Проведение самостоятельных занятий прикладной физической подготовкой.			
47	2	Передвижение в стойке. Верхняя передача мяча.			
48	3	Верхняя передача мяча через сетку. Нижняя прямая подача.			
49	4	Верхняя передача мяча. Нижняя прямая подача.			
50	5	Передача мяча над собой. Нижняя прямая подача.			
51	6	Передача мяча через сетку. Нижняя прямая подача.			
52	7	Нижняя прямая подача. Приём мяча после подачи.			
53	8	Верхняя передача мяча. Прием мяча после подачи.			
54	9	Элементы техники игры в волейбол. Игра по правилам			
		Легкая атлетика	9		
55	1	Техника прыжка в высоту и длину в целом			
56	2	Прыжковые упражнения. Прыжок в высоту и длину.			
57	3	Прыжок в длину с места.			
58	4	Беговые упражнения, техника низкого старта			

59	5	Бег с максимальной скоростью, техника низкого старта			
60	6	Бег с максимальной скоростью, техника низкого старта			
61	7	Бег с максимальной скоростью, метание малого мяча с 1 шага			
62	8	Бег с максимальной скоростью, метание малого мяча с 3 шагов			
63	9	Метание малого мяча на дальность			
		Футбол	4		
64	1	Ведение мяча. Удар по неподвижному мячу. Развитие быстроты, силы, выносливости.			
65	2	Ведение мяча с сопротивлением. Удар по катящемуся мячу.			
66	3	Ведение мяча с сопротивлением. Удар по катящемуся мячу. Игра по правилам.			
67	4	Ведение мяча. Удар по катящемуся мячу. Способы плавания. Правила поведения на водоемах.			
		Подготовка к сдаче норм ГТО	1		
68	1	Подготовка к сдаче норм ГТО			

Планируемые результаты.

Знания о физической культуре

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;
- определять базовые понятия и термины физической культуры, применять их в процессе совместных занятий физическими упражнениями со своими сверстниками, излагать с их помощью особенности выполнения техники двигательных действий и физических упражнений, развития физических качеств;
- разрабатывать содержание самостоятельных занятий физическими упражнениями, определять их направленность и формулировать задачи, рационально планировать в режиме 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 доврачебной помощи при травмах и ушибах во время самостоятельных занятий физическими упражнениями.

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, принеших славу Российскому спорту;*
- *определять признаки положительного влияния занятий физической подготовкой на укрепление здоровья, устанавливать связь между развитием физических качеств и основных систем организма.*

Способы двигательной (физкультурной) деятельности.

Выпускник научится:

- 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;

Выпускник получит возможность научиться:

- вести дневник по физкультурной деятельности, включать в него оформление планов проведения самостоятельных занятий 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.

Физическое совершенствование.

Выпускник научится:

- 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);
- выполнять гимнастические комбинации на спортивных снарядах из числа хорошо освоенных упражнений;
- выполнять легкоатлетические упражнения в беге и прыжках (в высоту и длину);
- выполнять передвижения на лыжах скользящими способами ходьбы, демонстрировать их технику умения последовательно чередовать в процессе прохождения тренировочных дистанций (для снежных регионов России);
- выполнять спуски и торможения на лыжах с пологого склона одним из разученных способов;
- выполнять основные технические действия и приемы игры в футбол в условиях учебной и игровой деятельности;
- выполнять основные технические действия и приемы игры в волейбол в условиях учебной и игровой деятельности;
- выполнять основные технические действия и приемы игры в баскетбол в условиях учебной и игровой деятельности;
- выполнять тестовые упражнения на оценку уровня индивидуального развития основных физических качеств.

Выпускник получит возможность научиться:

- выполнять комплексы упражнений лечебной физической культуры с учетом имеющихся индивидуальных нарушений 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 по физической подготовке.

Материально технического обеспечение:

№ п/п	Наименование объектов и средств материально-технического оснащения.	Количество	Примечание
1	Библиотечный фон (книгопечатная продукция)		
1.1	Стандарт основного общего образования по физической культуре.	Д	Стандарт по физической культуре, примерные программы, авторские рабочие программы входят в состав обязательного программно-метадического обеспечения кабинета по физической культуре (спортивный зал)
1.2	Примерные программы по учебным предметам. Физическая культура 5 классы	Д	
1.3	Рабочие программы по физической культуре.	Д	
1.4	Физическая культура. 5-7 классы: учеб. для общеобразоват. учреждений/ М.Я. Виленский, И.М. Туревский/; под редакцией М.Я Виленского. – 7-е изд. – М. : Просвещение, 2011. – 156 с. : ил. - ISBN 978-5-09-023998-1.	К	Учебник, рекомендованный Министерством образования и науки Российской Федерации, и пособия входят в библиотечный фонд
1.5	Учебная, научная, научно-популярная литература по физической культуре, спорту, олимпийскому движению	Д	
1.6	Методические издания по физической культуре для учителей	Д	
2	Технические средства обучения		
2.1	Мультимедийный компьютер	Д	Технические требования: графическая операционная система, привод для чтения/записи компакт-дисков, аудио- и видеовходов/выходы, возможность выход

			в Интернет. С пакетом прикладных программ.
3	Учебно-практическое оборудование		
3.1	Стенка гимнастическая	Г	
3.2	Бревно гимнастическое напольное	Г	
3.3	Козел гимнастический	Г	
3.4	Конь гимнастический	Г	
3.5	Перекладина гимнастическая	Г	
3.6	Канат для лазанья с механическим креплением	Г	
3.7	Мост гимнастический подкидной	Г	
3.8	Скамейка гимнастическая жесткая	Г	
3.9	Маты гимнастические	Г	
3.10	Мяч малый (теннисный)	К	
3.11	Скакалка гимнастическая	К	
3.12	Палки гимнастические	К	
3.14	Обруч гимнастический	К	
Легкая атлетика			
3.15	Планка для прыжков в высоту	Д	
3.16	Стойка для прыжков в высоту	Д	
3.17	Рулетка измерительная (10м, 50)	Д	
Подвижные и спортивные игры			
3.18	Комплект щитов баскетбольных с кольцами и сеткой	Д	
3.19	Щиты баскетбольные навесные с кольцами и сеткой	Г	
3.20	Мячи баскетбольные	Г	
3.21	Стойки волейбольные универсальные	Д	
3.22	Сетка волейбольная	Д	
3.23	Мячи волейбольные	Г	
3.24	Ворота для футбола	Д	
3.25	Мячи футбольные	Г	
3.26	Насос для накачивания мячей	Д	
Средства первой помощи			
1	Аптечка медицинская	Д	
Спортивные залы (кабинеты)			

1	Спортивный зал игровой		С раздевалкой, (шкафчики), туалетом
2	Подсобное помещение для хранения инвентаря и оборудования		Включает в себя стеллажи
Пришкольный стадион (площадка)			
1	Игровое поле для мини-футбола	Д	

Примечание. Количество учебного оборудования приводится в расчете на один спортивный зал. Условные обозначения: Д – демонстрационный экземпляр (1 экз); К – комплект (из расчета на каждого учащегося, исходя из реальной наполняемости класса); Г – комплект, необходимый для практической работы в группах, насчитывающих несколько учащихся.