

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Основная общеобразовательная школа №23»

<p>Рассмотрено на МО учителей-предметников МБОУ «ООШ №23»</p> <p>Руководитель <i>Крп.</i> Крупина Н.М. Приказ № <u>73</u> от «31» августа 2023 г.</p>	<p>УТВЕРЖДЕНО</p> <p>Директор МБОУ "ООШ № 23"</p> <p><i>Жабраилова</i></p> <p>Жабраилова С.М. от «31» августа 2023 г.</p>
---	---

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного предмета «Физическая культура»

для обучающихся 6 класса
на 2023-2024 учебный год

Учитель: Крупина И.Е.

Махачкала, 2023 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

к рабочей программе по физической культуре для учащихся 6 классов.

Рабочая программа разработана на основе авторской программы «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1- 11 классов»

(В. И. Лях, А. А. Зданевич М.:Просвещение, 2010г.).

В соответствии с ФБУПП учебный предмет «Физическая культура» вводится как обязательный предмет в основной школе и на его преподавание отводится 68 часов в год (2 часа в неделю).

Цели и задачи

Общей **целью** образования в области физической культуры является формирование у учащихся устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни.

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного предмета

Результаты освоения содержания предмета «Физическая культура» определяют те итоговые результаты, которые должны демонстрировать школьники по завершении обучения в основной школе.

Требования к результатам изучения учебного предмета выполняют двоякую функцию. Они, с одной стороны, предназначены для оценки успешности овладения программным содержанием, а с другой стороны, устанавливают минимальное содержание образования, которое в обязательном порядке должно быть освоено каждым ребенком, оканчивающим основную школу.

Результаты освоения программного материала по предмету «Физическая культура» в основной школе оцениваются по трем базовым уровням, исходя из принципа «общее — частное — конкретное», и представлены соответственно метапредметными, предметными и личностными результатами.

Планируемые результаты освоения программы

Личностные результаты освоения предмета физической культуры

Личностные результаты отражаются в индивидуальных качественных свойствах учащихся, которые приобретаются в процессе освоения учебного предмета «Физическая культура». Эти качественные свойства проявляются, прежде всего, в положительном отношении учащихся к занятиям двигательной (физкультурной) деятельностью, накоплению необходимых знаний, а также в умении использовать ценности физической культуры для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей, достижения личностно значимых результатов в физическом совершенстве.

Личностные результаты могут проявляться в разных областях культуры.

В области познавательной культуры:

- владение знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности, о соответствии их возрастным и половым нормативам;
- владение знаниями об особенностях индивидуального здоровья и о функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний и перенапряжения средствами физической культуры;

В области нравственной культуры:

- способность управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой, игровой и соревновательной деятельности;
- владение умением предупреждать конфликтные ситуации во время совместных занятий физической культурой и спортом, разрешать спорные проблемы на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим.

В области трудовой культуры:

- умение планировать режим дня, обеспечивать оптимальное сочетание нагрузки и отдыха;
- умение проводить туристские пешие походы, готовить снаряжение, организовывать и благоустраивать места стоянок, соблюдать правила безопасности;

В области эстетической культуры:

- красивая (правильная) осанка, умение ее длительно сохранять при разнообразных формах движения и пере движений;
- хорошее телосложение, желание поддерживать его в рамках принятых норм и представлений посредством занятий физической культурой;

В области коммуникативной культуры:

- владение умением осуществлять поиск информации по вопросам развития современных оздоровительных систем, обобщать, анализировать и творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой;
- владение умением достаточно полно и точно формулировать цель и задачи совместных с другими детьми занятий физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельностью, излагать их содержание;

В области физической культуры:

- владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений (ходьба, бег, прыжки, лазанья и др.) различными способами, в различных изменяющихся внешних условиях;

Метапредметные результаты освоения физической культуры

Метапредметные результаты характеризуют уровень сформированности качественных универсальных способностей учащихся, проявляющихся в активном применении знаний и умений в познавательной и предметно-практической деятельности. Приобретенные на базе освоения содержания предмета «Физическая культура», в единстве с освоением программного материала других образовательных дисциплин, универсальные способности потребуются как в рамках образовательного процесса (умение учиться), так и в реальной повседневной жизни учащихся.

Предметные результаты освоения физической культуры

Предметные результаты характеризуют опыт учащихся в творческой двигательной деятельности, который приобретается и закрепляется в процессе освоения учебного предмета «Физическая культура». Приобретаемый опыт проявляется в знаниях и способах двигательной деятельности, умениях творчески их применять при решении практических задач, связанных с организацией и проведением самостоятельных занятий физической культурой.

Содержание предмета, описание места учебного предмета в учебном плане

Согласно Базисному учебному плану на обязательное изучение всех учебных тем программы основной школы отводится 340 ч, из расчета 2 ч в неделю с V по IX класс. На преподавание в 6 классе отводится 68 часов в год (2 часа в неделю).

Распределение учебного времени прохождения программного материала

№	Вид программного материала	Количество часов (уроков)
1	Базовая часть	50
1.1	Основы знаний о физической культуре	В процессе уроков
1.2	Спортивные игры (волейбол)	14
1.3	Гимнастика с элементами акробатики	18
1.4	Легкая атлетика	14
1.5	Лыжная подготовка	14
2	Вариативная часть	18
2.1	Баскетбол	6
	Итого	68

Планирование е программного материала по физической культуре в 6 классе по четвертям

I четверть – уроки № 1-8 - легкая атлетика, уроки №9-17- волейбол;

II четверть –уроки № 18- 34гимнастика;

III четверть -уроки № 35- 46 - лыжная подготовка,уроки № 46-54 – волейбол;

IV- четверть - уроки № 54 – 60 - баскетбол, уроки № 60 - 68 - легкая атлетика.

Тесты проводятся 2 раза в год: в начале и конце учебного года

Содержание тестов общефизической подготовленности

1. Прыжок в длину с места.
2. Подтягивание.
3. Поднимание туловища за 30 секунд.
4. Бег 30м
5. Наклон вперед из положения стоя.
6. Бег 1000м.

Количество контрольных уроков

Класс	I четверть	II четверть	III четверть	IV четверть	За год
6	1	2	2	1	6

Учащиеся должны демонстрировать:

Физические способности	Физические упражнения	Мальчики			Девочки		
		«5»	«4»	«3»	«5»	«4»	«3»
Скоростные	Бег 60м с высокого старта с опорой на руку, с.	10,0	10,6	10,8	10,4	10,8	11,2
Скоростно-силовые	Прыжок в длину с места, см.	200	165	145	190	155	135
Выносливость	Бег 2000 м, мин.	10,30			14,00		
Координационные	Челночный бег 3х10м, с	8,3	9,0	9,3	8,8	9,6	10,0
Гибкость	Наклон вперед из положения сидя, см	10	6	2	16	9	5
Силовые	Подтягивание, количество раз	7	4	1	20	11	4

Календарно-тематическое планирование 6 класс

№ п/п	Тема урока	План	Факт	Основное содержание (решаемые проблемы)	Требования к результату
Легкая атлетика (8часов)					
1.	История легкой атлетики. Высокий старт от 10 до 15 м	1 нед сент		Первичный инструктаж на рабочем месте по технике безопасности. Инструктаж по л/а. Понятие об утомлении и переутомлении.	Личностные результаты: Владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений Предметные результаты : Способность отбирать физические упражнения по их функциональной направленности
2	Бег с ускорением от 30 до 40 м Тестирование бег 30 м	1 нед сент		Ходьба и бег; выполнение строевых упражнений; бег на скорость.	Личностные результаты: Владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений Предметные результаты : Способность отбирать физические упражнения по их функциональной направленности
3	Скоростной бег до 40м Тестирование 3x10	2 нед сент		Ходьба и бег; выполнение строевых упражнений; бег на скорость. Специальные беговые упражнения. Челночный бег – на результат	Личностные результаты: Владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений Предметные результаты : Способность отбирать физические упражнения по их функциональной направленности
4	Тестирование прыжок в длину с места.	2 нед сент		Комплекс ОРУ. СУ. Специальные беговые упражнения. Развитие силовых способностей и прыгучести	Личностные результаты: Владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений Предметные результаты : Способность отбирать физические упражнения по их функциональной направленности
5	Подтягивание в висе на перекладине.	3 нед сент		ОРУ в движении. Специальные беговые упражнения. П/игра «Перемена мест».	Личностные результаты: Владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений Предметные результаты : Способность отбирать физические упражнения по их функциональной направленности
6.	Метание малого мяча	3 нед		Метание теннисного мяча на	Личностные результаты: Владение навыками

		сент		дальность на точность и на заданное расстояние. Бросок в цель с расстояния 4–5 метров. Игра «Невод». Развитие скоростно-силовых способностей.	выполнения жизненно важных двигательных умений Предметные результаты :Способность отбирать физические упражнения по их функциональной направленности
7	Метание малого мяча на дальность с 4-5 бросковых шагов.	4 нед сент		Метание теннисного мяча на дальность на точность и на заданное расстояние. Бросок в цель с расстояния 4–5 метров. Игра «Невод». Развитие скоростно-силовых способностей.	Личностные результаты : Владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений Предметные результаты :Способность отбирать физические упражнения по их функциональной направленности
8	Контрольный урок. Метание малого мяча на дальность с 4-5 бросковых шагов	4 нед сент		Метание мяча на дальность. Игра «Волк во рву». Развитие скоростно-силовых способностей.	Личностные результаты : Владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений Предметные результаты :Способность отбирать физические упражнения по их функциональной направленности
Спортивные игры. Волейбол (8 часов)					
9	Правила игры в волейбол. Стойки и перемещения.	1недо кт		Комплекс ОРУ, прыжки, бег, ходьба, упражнения с мячом, подвижные игры, эстафеты.	Личностные результаты : Владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений Предметные результаты :Способность отбирать физические упражнения по их функциональной направленности
10	Техника стойки игрока, перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед.	1недо кт		ОРУ с мячом. Игры: «Охотники и утки», «Перестрелка». Развитие скоростно-силовых способностей	Личностные результаты : Владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений Предметные результаты :Способность отбирать физические упражнения по их функциональной направленности
11	Техника передачи мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения.	2недо кт		Повторить правила техники безопасности на занятиях по спортивным играм (волейбол).	Личностные результаты : Владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений Предметные результаты :Способность отбирать физические упражнения по их функциональной направленности

12	Техника нижней прямой подачи мяча с расстояния 3-6 метров от сетки.	2недо кт		ОРУ с мячом. Подвижная игра «Перестрелка». Развитие скоростно-силовых способностей.	Личностные результаты: Владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений Предметные результаты : Способность отбирать физические упражнения по их функциональной направленности
13	Волейбол. Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. Игра в мини-волейбол.	3недо кт		Совершенствовать прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. Игра в мини-волейбол.	Личностные результаты: Владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений Предметные результаты : Способность отбирать физические упражнения по их функциональной направленности
14	Волейбол. Прием мяча снизу двумя руками в парах через зону.	3недо кт		Совершенствование техники приема мяча снизу двумя руками в парах через зону.	Личностные результаты: Владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений Предметные результаты : Способность отбирать физические упражнения по их функциональной направленности
15	Волейбол. Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку	4 недок т		Совершенствовать прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку. Провести игру по упрощенным правилам.	Личностные результаты: Владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений Предметные результаты : Способность отбирать физические упражнения по их функциональной направленности
16	Оценка техники приема мяча снизу двумя руками. Игра в мини-волейбол. Тестирование – прыжок в длину с места.	4 недок т		Оценка техники приема мяча снизу двумя руками. Игра в мини-волейбол. Повторить нижнюю прямую подачу мяча. Тестирование – прыжок в длину с места. Повторить нижнюю прямую подачу мяча.	Личностные результаты: Владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений Предметные результаты : Способность отбирать физические упражнения по их функциональной направленности
Гимнастика (18 часов)					
17	ИОТ при проведении	5		Разучить строевой шаг, размыкание	Личностные результаты: Владение навыками

	занятий по гимнастике. Висы. Строевые упражнения	нед т		и смыкание на месте, ОРУ на месте без предметов, вис лежа, вис присев (д.).	выполнения жизненно важных двигательных умений Предметные результаты :Способность отбирать физические упражнения по их функциональной направленности
18	Строевые упражнения Подъем переворотом в упор. Подтягивание	5 нед т		Разучить подъем переворотом в упор, сед ноги врозь (м.) Повторить строевой шаг, размыкание и смыкание на месте, ОРУ на месте без предметов	Личностные результаты: Владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений Предметные результаты :Способность отбирать физические упражнения по их функциональной направленности
19	Сед ноги врозь (м.). Вис лежа. Вис присев (д.). ОРУ с гимнастической палкой.	3нед оябр		Повторить строевой шаг, размыкание и смыкание на месте, подъем переворотом в упор, сед ноги врозь (м.), вис лежа, вис присев (д.). Провести эстафеты, ОРУ с гимнастической палкой.	Личностные результаты: Владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений Предметные результаты :Способность отбирать физические упражнения по их функциональной направленности
20	Подъем переворотом в упор. Развитие силовых способностей.	3 нед ябр		Повторить строевой шаг, размыкание и смыкание на мес-те, подъем переворотом в упор, сед ноги врозь (м.), вис лежа, вис присев (д.). Провести эстафеты, ОРУ с гимнастической палкой.	Личностные результаты: Владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений Предметные результаты :Способность отбирать физические упражнения по их функциональной направленности
21	Сед ноги врозь (м.). Вис лежа. Вис присев (д.). Эстафеты.	4нед нояб		Повторить подъем переворотом в упор, сед ноги врозь (м.), вис лежа, вис присев (д.). Провести эстафеты	Личностные результаты: Владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений Предметные результаты :Способность отбирать физические упражнения по их функциональной направленности
22	Оценка техники выполнения упражненийПодъем переворотом в упор. Сед ноги врозь (м.). Вис лежа. Вис присев	4нед нояб		Корректировка техники выполнения упражнений. Индивидуальный подход. Оценка техники выполнения упражнений. Подъем переворотом в упор. Сед ноги врозь (м.). Вис лежа. Вис присев	Личностные результаты: Владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений Предметные результаты :Способность отбирать физические упражнения по их функциональной направленности

	(д.). Выполнение подтягивания в висе.			(д.).	Личностные результаты: Владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений Предметные результаты : Способность отбирать физические упражнения по их функциональной направленности
23	Разучить: прыжок ноги врозь (козел в ширину, высота 100-110 см).	5нед нояб		Разучить: прыжок ноги врозь (козел в ширину, высота 100-110 см). ОРУ в движении.	Личностные результаты: Владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений Предметные результаты : Способность отбирать физические упражнения по их функциональной направленности
24	Прыжок ноги врозь. Строевые упражнения	5нед нояб		Повторить прыжок ноги врозь (козел в ширину, высота 100-110 см). Провести эстафеты, упражнения на гимнастической скамейке.	Личностные результаты: Владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений Предметные результаты : Способность отбирать физические упражнения по их функциональной направленности
25	Выполнение комплекса упражнений с обручем. Упражнения на гимнастической скамейке.	1нед дек		Повторить прыжок ноги врозь. Выполнение комплекса с обручем, упражнений на гимнастической скамейке. Развитие скоростно-силовых способностей.	Личностные результаты: Владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений Предметные результаты : Способность отбирать физические упражнения по их функциональной направленности
26	Прыжок ноги врозь. Эстафеты.	1нед дек		Повторить прыжок ноги врозь. Выполнение комплекса с обручем, упражнений на гимнастической скамейке. Развитие скоростно-силовых способностей	Личностные результаты: Владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений Предметные результаты : Способность отбирать физические упражнения по их функциональной направленности

27	Упражнения на гимнастической скамейке. Строевые упражнения	2нед дек		Повторить прыжок ноги врозь. Выполнение комплекса с обручем, упражнений на гимнастической скамейке. Развитие скоростно-силовых способностей	Личностные результаты: Владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений Предметные результаты : Способность отбирать физические упражнения по их функциональной направленности
28	Выполнение прыжка ноги врозь (на оценку).	2нед дек		Оценить выполнение техники прыжка ноги врозь Выполнение комплекса ОРУ с обручем.	Личностные результаты: Владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений Предметные результаты : Способность отбирать физические упражнения по их функциональной направленности
Акробатика. Лазанье (6 часов).					
29	Акробатика. Кувырки вперед, назад, стойка на лопатках. Два кувырка вперед слитно.	3нед дек		Повторить кувырки вперед, назад, стойка на лопатках. Составление комбинации. Два кувырка вперед слитно. ОРУ с мячом.	Личностные результаты: Владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений Предметные результаты : Способность отбирать физические упражнения по их функциональной направленности
30	Два кувырка вперед слитно. «Мост» из положения стоя (с помощью). Лазание по канату в три приема.	3нед дек		Совершенство-вать два кувырка вперед слитно. «Мост» из положения стоя (с помощью). ОРУ с мячом. Лазание по канату в три приема. Развитие координационных способностей	Личностные результаты: Владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений Предметные результаты : Способность отбирать физические упражнения по их функциональной направленности
31	Лазание по канату в два приема. Игра «Не дай обручу упасть».	4нед дек		Обучение лазанию по канату в два приема. Развитие координационных способностей	Личностные результаты: Владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений Предметные результаты : Способность отбирать физические упражнения по их функциональной направленности

32	Комбинация из разученных приемов. ОРУ с мячом.	4нед дек		Научиться составлять комбинацию из разученных приемов. Комбинация ОРУ с мячом. Лазание по канату в два приема. Развитие координационных способностей.	Личностные результаты: Владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений Предметные результаты : Способность отбирать физические упражнения по их функциональной направленности
33	Совершенствование комбинации из разученных элементов.	4нед дек		Выполнение комбинации из разученных элементов. Выполнение комбинации ОРУ с мячом. Лазание по канату в два приема.	Личностные результаты: Владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений Предметные результаты : Способность отбирать физические упражнения по их функциональной направленности
34	Оценка техники выполнения кувырков. Лазание по канату.	4нед дек		Научиться выполнять два кувырка вперед слитно. ОРУ с предметом. Лазание по канату в три приема на расстояние.	Личностные результаты: Владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений Предметные результаты : Способность отбирать физические упражнения по их функциональной направленности
Лыжная подготовка (14 часов). Классические ходы. Спуски и подъемы.					
35	Техника одновременного двушажного хода.	3нед нв		ТБ на занятиях по лыжной подготовке. ОРУ с лыжами. Прохождение дистанции	Личностные результаты: Владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений Предметные результаты : Способность отбирать физические упражнения по их функциональной направленности
36	История лыжного спорта. Техника одновременного двушажного хода	3нед нв		ОРУ с лыжами. Прохождение дистанции	Личностные результаты: Владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений Предметные результаты : Способность отбирать физические упражнения по их функциональной направленности
37	Подъёмы и спуски.	4нед нв		ОРУ с лыжами. Прохождение дистанции.	Личностные результаты: Владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений Предметные результаты : Способность отбирать физические упражнения по их функциональной направленности

38	Обучение технике подъема «полуёлочкой».	4нед нв		ОРУ с лыжами. Прохождение дистанции. Эстафета.	Личностные результаты: Владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений Предметные результаты : Способность отбирать физические упражнения по их функциональной направленности
39	Повороты на месте.	5нед янв		ОРУ с лыжами. Прохождение дистанции. Эстафета.	Личностные результаты: Владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений Предметные результаты : Способность отбирать физические упражнения по их функциональной направленности
40	Прохождение дистанции до 3000 метров.	5нед янв		Прохождение дистанции. Развитие выносливости.	Личностные результаты: Владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений Предметные результаты : Способность отбирать физические упражнения по их функциональной направленности
41	Обучение торможения «плугом».	1недф евр		Техника торможения «плугом».	Личностные результаты: Владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений Предметные результаты : Способность отбирать физические упражнения по их функциональной направленности
42	Прохождение дистанции до 3500 метров.	1недф евр		Прохождение дистанции. Развитие выносливости	Личностные результаты: Владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений Предметные результаты : Способность отбирать физические упражнения по их функциональной направленности
43	Техника поворотов переступанием.	2 недфе вр		Игры на воздухе, зимние эстафеты, лыжные гонки.	Личностные результаты: Владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений Предметные результаты : Способность отбирать физические упражнения по их функциональной направленности
44	Повторение техники подъёмов, спусков, торможений.	2 недфе вр		Комплекс ОРУ, подвижные игры, эстафеты.	Личностные результаты: Владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений Предметные результаты : Способность отбирать физические упражнения по их функциональной направленности

45	Закрепление техники подъёмов, спусков, торможений.	3недф евр		Комплекс ОРУ, подвижные игры, эстафеты.	Личностные результаты: Владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений Предметные результаты : Способность отбирать физические упражнения по их функциональной направленности
46	Повторение пройденных ранее ходов.	3недф евр		Игры на воздухе, зимние эстафеты, лыжные гонки	Личностные результаты: Владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений Предметные результаты : Способность отбирать физические упражнения по их функциональной направленности
Коньковый ход-2(часа)					
47	Обучение технике конькового хода (свободный стиль.)	4недф евр		Обучение технике конькового хода (свободный стиль.) Развитие скоростной выносливости – 2-3 раза по 500 м	Личностные результаты: Владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений Предметные результаты : Способность отбирать физические упражнения по их функциональной направленности
48	Совершенствование техники конькового хода. Сдача текущих задолженностей.	4 недфе вр		Совершенствование техники конькового хода. Сдача текущих задолженностей	Личностные результаты: Владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений Предметные результаты : Способность отбирать физические упражнения по их функциональной направленности
Спортивные игры. Волейбол -6 (часов)					
49	Волейбол. Прием мяча снизу двумя руками в парах в зоне и через зону.	1 недма рта		Разучить прием мяча снизу двумя руками в парах в зоне и через зону. Повторить стойки и передвижения игрока, передачи мяча сверху двумя руками в парах через сетку	Личностные результаты: Владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений Предметные результаты : Способность отбирать физические упражнения по их функциональной направленности
50	Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером.	1 нед марта		Разучить прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером. Игра по упрощенным правилам.	Личностные результаты: Владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений Предметные результаты : Способность отбирать физические упражнения по их функциональной направленности

51	Оценка техники передачи мяча сверху двумя руками в парах. Нижняя прямая подача мяча в заданную зону.	2 нед марта		Оценка техники передачи мяча сверху двумя руками в парах. Совершенствовать нижнюю прямую подачу мяча в заданную зону.	Личностные результаты: Владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений Предметные результаты : Способность отбирать физические упражнения по их функциональной направленности
52	Прием мяча снизу двумя руками после подачи. Игра по упрощенным правилам	2 нед марта		Совершенство-вать прием мяча снизу двумя руками после подачи. Игра по упрощенным правилам	Личностные результаты: Владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений Предметные результаты : Способность отбирать физические упражнения по их функциональной направленности
53	Прямой нападаю-щий удар после подбрасывания мяча партнером. Игра по упрощенным правилам	3 нед марта		Совершенство-вать прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером. Игра по упрощенным правилам.	Личностные результаты: Владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений Предметные результаты : Способность отбирать физические упражнения по их функциональной направленности
54	Оценка техники приема мяча снизу двумя руками в парах. Позиционное нападение (6-0).	3 нед марта		Оценка техники приема мяча снизу двумя руками в парах. Разучить позиционное нападение (6-0).	Личностные результаты: Владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений Предметные результаты : Способность отбирать физические упражнения по их функциональной направленности
Спортивные игры.Баскетбол-6(часов)					
55	ИОТ при проведении занятий по спортивным	1неда пр		Ознакомление с правилами техники безопасности по баскетболу.. Выполнение сочетания приемов:	Личностные результаты: Владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений Предметные результаты : Способность отбирать

	играм..Баскетбол. Ведение мяча с изменением скорости и высоты отскока. Игра в мини-баскетбол.			(ведение - остановка - бросок). Игра в мини-баскетбол.	физические упражнения по их функциональной направленности
56	Баскетбол. Сочетание приемов: (ведение - остановка - бросок). Игра в мини-баскетбол.	1 неда р		Оценка техники броска снизу в движении. Игра в мини-баскетбол.	Личностные результаты: Владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений Предметные результаты : Способность отбирать физические упражнения по их функциональной
57	Оценка техники броска снизу в движении. Игра в мини-баскетбол	2неда пр		Разучить позиционное нападение через скрестный выход. Игра в мини-баскетбол	Личностные результаты: Владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений Предметные результаты : Способность отбирать физические упражнения по их функциональной
58	Позиционное нападение через скрестный выход. Игра в мини-баскетбол.	2 неда р		Разучить вырывание и выбивание мяча. Бросок одной рукой от плеча на месте.	Личностные результаты: Владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений Предметные результаты : Способность отбирать физические упражнения по их функциональной
59	Вырывание и выбивание мяча. Бросок одной рукой от плеча на месте.	3неда пр		Разучить позиционное нападение через скрестный выход. Игра в мини-баскетбол	Личностные результаты: Владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений Предметные результаты : Способность отбирать физические упражнения по их функциональной
60	Нападение быстрым прорывом. Игра в мини-баскетбол	3неда пр		Разучить нападение быстрым прорывом. Игра в мини-баскетбол	Личностные результаты: Владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений Предметные результаты : Способность отбирать физические упражнения по их функциональной
Легкая атлетика-8(часов)					
61	Упражнения для развития выносливости в беге умеренной интенсивности.	4нед апр		Напомнить ИОТ при проведении занятий по легкой атлетике. Выполнить бег в равномерном темпе (1000 м). Специальные беговые упражнения.	Личностные результаты: Владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений Предметные результаты : Способность отбирать физические упражнения по их функциональной

62	Смешанные передвижения: мальчики до 3500 метров, девочки до 2500 метров.	4недап р		ОРУ с предметами. Беговые упражнения. Кросс по пересечённой местности.	Личностные результаты: Владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений Предметные результаты : Способность отбирать физические упражнения по их функциональной
63	Кросс до 20 минут.	1 нед мая		Беговые упражнения. Кросс по пересечённой местности.	. Личностные результаты: Владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений Предметные результаты : Способность отбирать физические упражнения по их функциональной
64	Тестирование бега мальчики-1000 метров, девочки-1000 метров.	1 нед мая		ОРУ упражнения. Развитие выносливости.с предметами. Беговые	Личностные результаты: Владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений Предметные результаты : Способность отбирать физические упражнения по их функциональной
65	Техника прыжка в высоту способом «перешагивание»	2нед мая		Комплекс ОРУ. СУ. Специальные беговые упражнения. Развитие силовых способностей и прыгучести.	Личностные результаты: Владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений Предметные результаты : Способность отбирать физические упражнения по их функциональной
66	Техника прыжка в высоту с 3-5 шагов разбега.	2нед мая		Комплекс ОРУ. СУ. Специальные беговые упражнения. Развитие силовых способностей и прыгучести.	Личностные результаты: Владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений Предметные результаты : Способность отбирать физические упражнения по их функциональной
67	Метания мяча на дальность 5-6 метров.	3нед мая		Комплекс ОРУ. СУ. Специальные беговые упражнения. Развитие координации и ловкости	Личностные результаты: Владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений Предметные результаты : Способность отбирать физические упражнения по их функциональной
68	Повторение пройденного материала.	4 нед мая		ОРУ. Специально беговые упражнения. Развитие координационных способностей.	Личностные результаты: Владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений Предметные результаты : Способность отбирать физические упражнения по их функциональной

Перечень учебно-методического обеспечения

Учебно-методический комплект

Комплексная программа физического воспитания учащихся 1 – 11 классы

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

Учебники:

Авторы: доктор педагогических наук В.И. Лях, кандидат педагогических наук А.А. Зданевич

Физическая культура 8 – 9 классы, Учебник для общеобразовательных учреждений под редакцией В.И. Ляха А.А. Зданевича

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

Пособия для учащихся:

Л. Е. Любомирский, В. И. Лях, Г. Б. Мейксон "Физическая культура". Учебник для учащихся 5-7 классов и 8-9 классов.

Пособия для учителя:

- Жилкин А. И. и др. Легкая атлетика: Учеб.пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / А.И.Жилкин, В.С.Кузьмин, Е.В.Сидорчук. — М.: Издательский центр «Академия», 2003.

- Ковалько В.И. Поурочные разработки по физкультуре. 5-9 классы. Универсальное издание. – М.: ВАКО, 2005. – (В помощь школьному учителю).

- Журнал «Физическая культура в школе».

- Урок в современной школе /ред. Г.А. Баландин, Н.Н. Назаров, Т.Н. Казаков. – М., 2004.

Нормативные документы:

- Федеральный закон «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» от 04.12.2007 г. № 329-ФЗ (ред. т 21.04.2011 г.);

- Национальная доктрина образования в Российской Федерации. Постановление Правительства РФ от 04.10.2000 г. № 751;

- базисный учебный план общеобразовательных учреждений Российской Федерации. Приказ МО РФ от 09.03.2004 г. № 1312 (ред. от 30.08.2010 г.);

-Обязательный минимум содержания начального образования. Приказ МО РФ от 19.05.1998 г. № 1235;

Сайты

<http://www.infosport.ru/press/fkvot/> - Физическая культура: воспитание, образование, тренировка. Ежеквартальный научно-методический журнал Российской Академии Образования Российской Государственной Академии Физической Культуры.

Материально-техническое обеспечение

Учебно-методическое обеспечение:

- примерные программы по учебному предмету «Физическая культура» (5—9 классы);

- рабочие программы по физической культуре;

- учебники и пособия, которые входят в предметную линию В.И. Ляха;

Учебно-практическое и учебно-лабораторное оборудование:

- скамейки гимнастические;

- скакалки гимнастические;

- обручи гимнастические;

- маты гимнастические;

- мячи малые (резиновые, теннисные);

- мячи большие (резиновые, баскетбольные, волейбольные, футбольные);

- щиты с баскетбольными кольцами;

- стойки волейбольные;

- сетка волейбольная;