

ДЕПАРТАМЕНТ ОБРАЗОВАНИЯ АДМИНИСТРАЦИИ ГОРОДА НОЯБРЬСКА

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
"Средняя общеобразовательная школа № 10 с углубленным изучением физики и
технических дисциплин" муниципального образования город Ноябрьск**

«Рассмотрено»:
на заседании МО учителей
по развитию творческих и
физических способностей.
Протокол № 1
от «29» августа 2022 г.
Руководитель МО:

«Согласовано»:
Заместитель директора
по УВР
Бурлака Е.Н.

«30» августа 2022 г.



**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
по адаптивной физической культуре
к адаптированной основной образовательной программе основного общего
образования**

5 класс

**Количество часов:
в неделю в 5 классе 2 часа, всего 68 часов**

Всего часов за год 68

**Разработчик программы:
Соколов Алексей Витальевич, учитель физической культуры**

Программа разработана в соответствии с ФГОС ООО, с учетом примерной адаптированной основной образовательной программы по адаптивной физической культуре основного общего образования обучающихся с задержкой психического развития.
«Физическая культура 5 - 7 кл.», / М.Я Виленский, И.М Туровский - Москва:
"Просвещение"

2022-2023 учебный год

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Знания о физической культуре. Физическая культура в основной школе: задачи, содержание и формы организации занятий. Система дополнительного обучения физической культуре; организация спортивной работы в общеобразовательной школе.

Физическая культура и здоровый образ жизни: характеристика основных форм занятий физической культурой, их связь с укреплением здоровья, организацией отдыха и досуга.

Исторические сведения об Олимпийских играх Древней Греции, характеристика их содержания и правил спортивной борьбы. Расцвет и завершение истории Олимпийских игр древности.

Способы самостоятельной деятельности. Режим дня и его значение для учащихся школы, связь с умственной работоспособностью. Составление индивидуального режима дня; определение основных индивидуальных видов деятельности, их временных диапазонов и последовательности в выполнении

Физическое развитие человека, его показатели и способы измерения. Осанка как показатель физического развития, правила предупреждения её нарушений в условиях учебной и бытовой деятельности. Способы измерения и оценивания осанки. Составление комплексов физических упражнений с коррекционной направленностью и правил их самостоятельного проведения.

Проведение самостоятельных занятий физическими упражнениями на открытых площадках и в домашних условиях; подготовка мест занятий, выбор одежды и обуви; предупреждение травматизма.

Оценивание состояния организма в покое и после физической нагрузки в процессе самостоятельных занятий физической культуры и спортом.

Составление дневника физической культуры.

Физическое совершенствование.

Физкультурно-оздоровительная деятельность. Роль и значение физкультурно-оздоровительной деятельности в здоровом образе жизни современного человека. Упражнения утренней зарядки и физкультминуток, дыхательной и зрительной гимнастики в процессе учебных занятий; закаливающие процедуры после занятий утренней зарядкой. Упражнения на развитие гибкости и подвижности суставов; развитие координации; формирование телосложения с использованием внешних отягощений.

Спортивно-оздоровительная деятельность. Роль и значение спортивно-оздоровительной деятельности в здоровом образе жизни современного человека.

Модуль «Гимнастика». Кувырки вперёд и назад в группировке; кувырки вперёд ноги «скрестно»; кувырки назад из стойки на лопатках (мальчики). Опорные прыжки через гимнастического козла ноги врозь (мальчики); опорные прыжки на гимнастического козла с последующим спрыгиванием (девочки).

Упражнения на низком гимнастическом бревне: передвижение ходьбой с поворотами кругом и на 90°, лёгкие подпрыгивания; подпрыгивания толчком двумя ногами; передвижение приставным шагом (девочки). Упражнения на гимнастической лестнице: перелезание приставным шагом правым и левым боком; лазанье разноимённым способом по диагонали и одноимённым способом вверх. Расхождение на гимнастической скамейке правым и левым боком способом «удерживая за плечи».

Модуль «Лёгкая атлетика». Бег на длинные дистанции с равномерной скоростью передвижения с высокого старта; бег на короткие дистанции с максимальной скоростью передвижения. Прыжки в длину с разбега способом «согнув ноги»; прыжки в высоту с прямого разбега.

Метание малого мяча с места в вертикальную неподвижную мишень; метание малого мяча на дальность с трёх шагов разбега.

Модуль «Зимние виды спорта». Передвижение на лыжах попеременным двухшажным ходом; повороты на лыжах переступанием на месте и в движении по учебной дистанции; подъём по пологому склону способом «лесенка» и спуск в основной стойке; преодоление небольших бугров и впадин при спуске с пологого склона.

Модуль «Спортивные игры».

Баскетбол. Передача мяча двумя руками от груди, на месте и в движении; ведение мяча на месте и в движении «по прямой», «по кругу» и «змейкой»; бросок мяча в корзину двумя руками от груди с места; ранее разученные технические действия с мячом.

Волейбол. Прямая нижняя подача мяча; приём и передача мяча двумя руками снизу и сверху на месте и в движении; ранее разученные технические действия с мячом.

Футбол. Удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы с небольшого разбега; остановка катящегося мяча способом «наступания»; ведение мяча «по прямой», «по кругу» и «змейкой»; обводка мячом ориентиров (конусов).

Совершенствование техники ранее разученных гимнастических и акробатических упражнений, упражнений лёгкой атлетики и зимних видов спорта, технических действий спортивных игр.

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

ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Готовность проявлять интерес к истории и развитию физической культуры и спорта в Российской Федерации, гордиться победами выдающихся отечественных спортсменов-олимпийцев;

готовность отстаивать символы Российской Федерации во время спортивных соревнований, уважать традиции и принципы современных Олимпийских игр и олимпийского движения;

готовность ориентироваться на моральные ценности и нормы межличностного взаимодействия при организации, планировании и проведении совместных занятий физической культурой и спортом, оздоровительных мероприятий в условиях активного отдыха и досуга;

готовность оценивать своё поведение и поступки во время проведения совместных занятий физической культурой, участия в спортивных мероприятиях и соревнованиях;

готовность оказывать первую медицинскую помощь при травмах и ушибах, соблюдать правила техники безопасности во время совместных занятий физической культурой и спортом;

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

готовность организовывать и проводить занятия физической культурой и спортом на основе научных представлений о закономерностях физического развития и физической подготовленности с учётом самостоятельных наблюдений за изменением их показателей;

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

осознание необходимости ведения здорового образа жизни как средства профилактики пагубного влияния вредных привычек на физическое, психическое и социальное здоровье человека;

способность адаптироваться к стрессовым ситуациям, осуществлять профилактические мероприятия по регулированию эмоциональных напряжений,

активному восстановлению организма после значительных умственных и физических нагрузок;

готовность соблюдать правила безопасности во время занятий физической культурой и спортом, проводить гигиенические и профилактические мероприятия по организации мест занятий, выбору спортивного инвентаря и оборудования, спортивной одежды;

готовность соблюдать правила и требования к организации бивуака во время туристских походов, противостоять действиям и поступкам, приносящим вред окружающей среде;

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

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

формирование представлений об основных понятиях и терминах физического воспитания и спортивной тренировки, умений руководствоваться ими в познавательной и практической деятельности, общении со сверстниками, публичных выступлениях и дискуссиях.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Универсальные познавательные действия:

проводить сравнение соревновательных упражнений Олимпийских игр древности и современных Олимпийских игр, выявлять их общность и различия;

осмысливать Олимпийскую хартию как основополагающий документ современного олимпийского движения, приводить примеры её гуманистической направленности;

анализировать влияние занятий физической культурой и спортом на воспитание положительных качеств личности, устанавливать возможность профилактики вредных привычек;

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

устанавливать причинно-следственную связь между планированием режима дня и изменениями показателей работоспособности;

устанавливать связь негативного влияния нарушения осанки на состояние здоровья и выявлять причины нарушений, измерять индивидуальную форму и составлять комплексы упражнений по профилактике и коррекции выявляемых нарушений;

устанавливать причинно-следственную связь между уровнем развития физических качеств, состоянием здоровья и функциональными возможностями основных систем организма;

устанавливать причинно-следственную связь между качеством владения техникой физического упражнения и возможностью возникновения травм и ушибов во время самостоятельных занятий физической культурой и спортом;

устанавливать причинно-следственную связь между подготовкой мест занятий на открытых площадках и правилами предупреждения травматизма.

Универсальные коммуникативные действия:

выбирать, анализировать и систематизировать информацию из разных источников об образцах техники выполнения разучиваемых упражнений, правилах планирования самостоятельных занятий физической и технической подготовкой;

вести наблюдения за развитием физических качеств, сравнивать их показатели с данными возрастно-половых стандартов, составлять планы занятий на основе

определённых правил и регулировать нагрузку по частоте пульса и внешним признакам утомления;

описывать и анализировать технику разучиваемого упражнения, выделять фазы и элементы движений, подбирать подготовительные упражнения и планировать последовательность решения задач обучения; оценивать эффективность обучения посредством сравнения с эталонным образцом;

наблюдать, анализировать и контролировать технику выполнения физических упражнений другими учащимися, сравнивать её с эталонным образцом, выявлять ошибки и предлагать способы их устранения;

изучать и коллективно обсуждать технику «иллюстративного образца» разучиваемого упражнения, рассматривать и моделировать появление ошибок, анализировать возможные причины их появления, выяснять способы их устранения.

Универсальные учебные регулятивные действия:

составлять и выполнять индивидуальные комплексы физических упражнений с разной функциональной направленностью, выявлять особенности их воздействия на состояние организма, развитие его резервных возможностей с помощью процедур контроля и функциональных проб;

составлять и выполнять акробатические и гимнастические комплексы упражнений, самостоятельно разучивать сложно-координированные упражнения на спортивных снарядах;

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

разучивать и выполнять технические действия в игровых видах спорта, активно взаимодействуют при совместных тактических действиях в защите и нападении, терпимо относится к ошибкам игроков своей команды и команды соперников;

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

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

К концу обучения в 5 классе обучающийся научится:

выполнять требования безопасности на уроках физической культуры, на самостоятельных занятиях физическими упражнениями в условиях активного отдыха и досуга;

проводить измерение индивидуальной осанки и сравнивать её показатели со стандартами, составлять комплексы упражнений по коррекции и профилактике её нарушения, планировать их выполнение в режиме дня;

составлять дневник физической культуры и вести в нём наблюдение за показателями физического развития и физической подготовленности, планировать содержание и регулярность проведения самостоятельных занятий;

осуществлять профилактику утомления во время учебной деятельности, выполнять комплексы упражнений физкультминуток, дыхательной и зрительной гимнастики;

выполнять комплексы упражнений оздоровительной физической культуры на развитие гибкости, координации и формирование телосложения;

выполнять опорный прыжок с разбега способом «ноги врозь» (мальчики) и способом «напрыгивания с последующим спрыгиванием» (девочки);

выполнять упражнения в висах и упорах на низкой гимнастической перекладине (мальчики); в передвижениях по гимнастическому бревну ходьбой и приставным шагом с поворотами, подпрыгиванием на двух ногах на месте и с продвижением (девочки);

передвигаться по гимнастической стенке приставным шагом, лазать разноимённым способом вверх и по диагонали;

выполнять бег с равномерной скоростью с высокого старта по учебной дистанции;

демонстрировать технику прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги»;

передвигаться на лыжах попеременным двухшажным ходом (для беснежных районов — имитация передвижения);

демонстрировать технические действия в спортивных играх:

баскетбол (ведение мяча с равномерной скоростью в разных направлениях; приём и передача мяча двумя руками от груди с места и в движении);

волейбол (приём и передача мяча двумя руками снизу и сверху с места и в движении, прямая нижняя подача);

футбол (ведение мяча с равномерной скоростью в разных направлениях, приём и передача мяча, удар по неподвижному мячу с небольшого разбега);

тренироваться в упражнениях общефизической и специальной физической подготовки с учётом индивидуальных и возрастно-половых особенностей.

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ, В ТОМ ЧИСЛЕ С УЧЕТОМ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ВОСПИТАНИЯ С УКАЗАНИЕМ КОЛИЧЕСТВА ЧАСОВ,
ОТВОДИМЫХ НА ОСВОЕНИЕ КАЖДОЙ ТЕМЫ**

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Воспитательный компонент	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		всего	контрольные работы	практические работы		
Легкая атлетика						
1.	Инструктаж по технике безопасности на уроках легкой атлетики. Знакомство с рекомендациями по технике безопасности во время выполнения беговых упражнений на самостоятельных занятиях лёгкой атлетикой.	1	0	1	Посредством изучения предмета «Физическая культура» реализуются данные виды и формы педагогического воздействия на обучающихся: - формирование у обучающихся культуру здорового и безопасного образа жизни; - оценивание поведения человека с точки зрения здорового образа жизни. - побуждение обучающихся соблюдать на уроке принципы учебной дисциплины и самоорганизации; - организация работы обучающихся с социально значимой информацией, получаемой на уроке социально значимой информации – умение обсуждать, высказывать мнение; - установление доверительных отношений между учителем и обучающимися, способствующих позитивному восприятию учащимися требований и просьб учителя.	https://resh.edu.ru/subject/9/
2.	Знакомство с программным материалом и требованиями к его освоению. Бег с максимальной скоростью на короткие дистанции.	1	0	0,5	- Воспитание сознательного отношения к процессу обучения и к любой другой деятельности. Воспитание культуры общения на уроке. - Формирование учителем умений слушать, слышать, высказывать и аргументировать своё мнение. - передача знаний о достижениях российских спортсменов в различных видах спорта;	https://resh.edu.ru/subject/9/
3.	Знакомство с системой дополнительного обучения физической культуре и организацией спортивной работы в школе. Бег с максимальной скоростью на короткие дистанции.	1	0	0,5		https://resh.edu.ru/subject/9/

4.	Бег с максимальной скоростью на короткие дистанции.	1	0	1	<p>- реализация воспитательных возможностей в различных видах деятельности обучающихся на основе восприятия элементов действительности: наблюдение за демонстрациями учителя, просмотр учебных фильмов.</p>	https://resh.edu.ru/subject/9/
5.	Знакомство с историей древних Олимпийских игр.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/9/
6.	Бег с равномерной скоростью на длинные дистанции.	1	0	0		https://resh.edu.ru/subject/9/
7.	Бег с равномерной скоростью на длинные дистанции.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/9/
8.	Знакомство с рекомендациями по технике безопасности при выполнении упражнений в метании малого мяча и со способами их использования для развития точности движения.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/9/
9.	Метание малого мяча в неподвижную мишень.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/9/
10.	Знакомство с рекомендациями учителя по технике безопасности на занятиях прыжками и со способами их использования для развития скоростно-силовых способностей.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/9/
11.	Прыжок в длину способом «согнув ноги».	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/9/

Раздел «Гимнастика с основами акробатики»						
12.	Инструктаж по технике безопасности на уроках гимнастики. Знакомство с понятием «физкультурно-оздоровительная деятельность. Кувырок вперёд в группировке.	1	0	0.5	<ul style="list-style-type: none"> - формировать понимание влияния физических упражнений на физическое развитие и физическую подготовленность; - формирование понимания анализа техники физических упражнений, их освоение и выполнение по показу; - обучение владением навыками выполнения жизненно важных двигательных умений (ходьба, бег, прыжки, кувырок) различными способами, в различных изменяющихся внешних условиях; 	https://resh.edu.ru/subject/9/
13.	Упражнения утренней зарядки. Кувырок вперёд в группировке.	1	0	1	<ul style="list-style-type: none"> - формирование умения работать в команде научить оценивать результаты своей деятельности; - осваивание умений договариваться и помогать одноклассникам в совместной работе; 	https://resh.edu.ru/subject/9/
14.	Упражнения дыхательной и зрительной гимнастики. Кувырок вперёд в группировке.	1	0	1	<ul style="list-style-type: none"> - осмысливание своего эмоционального состояния от работы, сделанной для себя и других; - воспитание уважительного отношения к проигравшим; 	https://resh.edu.ru/subject/9/
15.	Знакомство с понятием «спортивно-оздоровительная деятельность.	1	0	1	<ul style="list-style-type: none"> - понимание важности ведения здорового образа жизни через составление режимов дня; - Формирование умения организовывать самостоятельную работу учащихся, соблюдение техники безопасности и формирование знаний гигиенических правил, связанных с ЗОЖ и организацией рабочего места, безопасность в быту; 	https://resh.edu.ru/subject/9/
16.	Водные процедуры после утренней зарядки. Упражнения на развитие гибкости. Кувырок назад в группировке.	1	0	0,75	<ul style="list-style-type: none"> - привлечение внимания к знаниям о значениях гимнастических упражнений для сохранения правильной осанки, развития силовых способностей и гибкости; - формирование знания о значении страховки и выполнять страховку и само страховку во время занятий; 	https://resh.edu.ru/subject/9/
17.	Упражнения на развитие координации. Кувырок назад в группировке.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/9/

18.	Упражнения на формирование телосложения. Кувырок назад в группировке.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/9/ https://resh.edu.ru/subject/9/
19.	Кувырок вперёд ноги «скрёстно».	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/9/
20.	Кувырок назад из стойки на лопатках.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/9/
21.	Опорный прыжок на гимнастического козла.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/9/
22.	Опорный прыжок на гимнастического козла.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/9/
23.	Гимнастическая комбинация с элементами акробатики.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/9/
24.	Лазанье и перелезание на гимнастической стенке.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/9/
25.	Расхождение на гимнастической скамейке в парах.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/9/

Спортивно-оздоровительная деятельность с общеразвивающей направленностью.

26	Осанка как показатель физического развития и здоровья школьника. Упражнения для профилактики нарушения осанки.	1	0	0,5	- формирование умения работать в команде научить оценивать результаты своей деятельности; - осваивание умений договариваться и помогать одноклассникам в совместной работе;	https://resh.edu.ru/subject/9/
----	---	---	---	-----	--	---

27	Режим дня и его значение для современного школьника. Самостоятельный составление индивидуального режима дня.	1	0	0	<ul style="list-style-type: none"> - осмысливание своего эмоционального состояния от работы, сделанной для себя и других; - воспитание уважительного отношения к проигравшим; - понимание важности ведения здорового образа жизни через составление режимов дня; - Формирование умения организовывать самостоятельную работу учащихся, соблюдение техники безопасности и формирование знаний гигиенических правил, связанных с ЗОЖ и организацией рабочего места, безопасность в быту;
----	---	---	---	---	--

Спортивные игры. Волейбол

28.	Инструктаж по технике безопасности на уроках спортивных игр. Знакомство с понятием «健康发展» и значением здорового образа жизни в жизнедеятельности современного человека.	1	0	0	<ul style="list-style-type: none"> - рекомендации о технике безопасности на занятиях и играх, дать знания о терминологии игр и достижениях российских спортсменов в различных игровых видах спорта; - Воспитание у обучающихся чувства уважения к сопернику, к судье, чувства поддержки своим одноклассникам; - научить выполнять общеподготовительные и подводящие упражнения, двигательные действия в разнообразных игровых и соревновательных ситуациях; 	https://resh.edu.ru/subject/9/
29.	Знакомство с рекомендациями учителя по использованию подготовительных и подводящих упражнений для освоения технических действий игры волейбол.	1	0	1	<ul style="list-style-type: none"> - применение на уроке интерактивные формы работы с обучающимися: групповая работа или работа в парах, которые учат обучающихся командной работе и взаимодействию с другими обучающимися; 	https://resh.edu.ru/subject/9/
30.	Физическое развитие человека и факторы, влияющие на его показатели. Прямая нижняя подача мяча в волейболе.	1	0	0,5		https://resh.edu.ru/subject/9/

31.	Измерение индивидуальных показателей физического развития. Прямая нижняя подача мяча в волейболе.	1	0	0,5	https://resh.edu.ru/subject/9/
32.	Прямая нижняя подача мяча в волейболе.	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/9/
33.	Организация и проведение самостоятельных занятий. Прямая нижняя подача мяча в волейболе.	1	0	0,5	https://resh.edu.ru/subject/9/
34.	Ведение дневника физической культуры. Прямая нижняя подача мяча в волейболе.	1	0	0,5	https://resh.edu.ru/subject/9/
35.	Прямая нижняя подача мяча в волейболе.	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/9/
36.	Знакомство с рекомендациями учителя по использованию подготовительных и подводящих упражнений для освоения технических действий игры волейбол.	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/9/

37.	Приём и передача волейбольного мяча двумя руками снизу.	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/9/
38.	Приём и передача волейбольного мяча двумя руками снизу.	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/9/
39.	Приём и передача волейбольного мяча двумя руками снизу.	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/9/ Зачет;
40.	Приём и передача волейбольного мяча двумя руками сверху.	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/9/
41.	Приём и передача волейбольного мяча двумя руками сверху.	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/9/
42.	Приём и передача волейбольного мяча двумя руками сверху.	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/9/

**Физкультурно-оздоровительная деятельность.
Спортивные игры. Баскетбол.**

43.	Исследование влияния оздоровительных форм занятий физической культурой на работу сердца. Процедура определения состояния организма с помощью	1	0	0,5	<ul style="list-style-type: none"> - Воспитание сознательного отношения к процессу обучения и к любой другой деятельности. - Воспитание культуры общения на уроке. - Формирование учителем умений слушать, слышать, высказывать и аргументировать своё мнение. - передача знаний о достижениях российских спортсменов в различных видах спорта; 	https://resh.edu.ru/subject/9/
-----	---	---	---	-----	---	---

	одномоментной функциональной пробы.				- реализация воспитательных возможностей в различных видах деятельности обучающихся на основе восприятия элементов действительности: наблюдение за демонстрациями учителя, просмотр учебных фильмов: - дать необходимую информацию о технике безопасности на занятиях и играх, дать знания о терминологии игр и достижениях российских спортсменов в различных игровых видах спорта; - воспитывать у обучающихся чувство уважения к сопернику, к судье, чувство поддержки своим одноклассникам; - научить выполнять общеподготовительные и подводящие упражнения, двигательные действия в разнообразных игровых и соревновательных ситуациях; -применять на уроке интерактивные формы работы с обучающимися: групповая работа или работа в парах, которые учат обучающихся командной работе и взаимодействию с другими обучающимися;	
44.	Знакомство с рекомендациями учителя по использованию подготовительных и подводящих упражнений для освоения технических действий игры баскетбол.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/9/
45.	Передача баскетбольного мяча двумя руками от груди.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/9/
46.	Передача баскетбольного мяча двумя руками от груди.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/9/
47.	Передача баскетбольного мяча двумя руками от груди.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/9/
48.	Знакомство с рекомендациями учителя по использованию подготовительных и подводящих упражнений для освоения технических действий игры баскетбол.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/9/
49.	Ведение баскетбольного мяча.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/9/

	Бросок баскетбольного мяча в корзину двумя руками от груди с места.					
50.	Ведение баскетбольного мяча. Бросок баскетбольного мяча в корзину двумя руками от груди с места.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/9/
51.	Ведение баскетбольного мяча. Бросок баскетбольного мяча в корзину двумя руками от груди с места.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/9/
52.	Ведение баскетбольного мяча. Бросок баскетбольного мяча в корзину двумя руками от груди с места.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/9/
53.	Ведение баскетбольного мяча. Бросок баскетбольного мяча в корзину двумя руками от груди с места.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/9/
54.	Ведение баскетбольного мяча. Бросок баскетбольного мяча в корзину двумя руками от груди с места.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/9/
55.	Ведение баскетбольного мяча.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/9/

	Бросок баскетбольного мяча в корзину двумя руками от груди с места.					
56.	Ведение баскетбольного мяча. Бросок баскетбольного мяча в корзину двумя руками от груди с места.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/9/

Легкая атлетика

57.	Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО.	1	0	1	- владение техникой выполнения тестовых испытаний Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО). - Воспитание сознательного отношения к процессу обучения и к любой другой деятельности. Воспитание культуры общения на уроке. - Формирование учителем умений слушать, слышать, высказывать и аргументировать своё мнение. - передача знаний о достижениях российских спортсменов в различных видах спорта;	https://resh.edu.ru/subject/9/
58.	Бег с максимальной скоростью на короткие дистанции.	1	0	1	- реализация воспитательных возможностей в различных видах деятельности обучающихся на основе восприятия элементов действительности: наблюдение за демонстрациями учителя, просмотр учебных фильмов:	https://resh.edu.ru/subject/9/
59.	Бег с максимальной скоростью на короткие дистанции.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/9/
60.	Бег с равномерной скоростью на длинные дистанции.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/9/
61.	Бег с равномерной скоростью на длинные дистанции.	1	0	1		https://resh.edu.ru/subject/9/

62.	Метание малого мяча в неподвижную мишень.	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/9/
63.	Метание малого мяча на дальность.	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/9/
64.	Метание малого мяча на дальность.	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/9/
65.	Метание малого мяча на дальность.	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/9/
66.	Прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги»	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/9/
67.	Прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги»	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/9/
68.	Прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги»	1	0	1	https://resh.edu.ru/subject/9/
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0		