

Муниципальное автономное общеобразовательное учреждение
Горьковская средняя общеобразовательная школа
Тюменского муниципального района

Рассмотрено на заседании ШМО

СОГЛАСОВАНО

учителей начальных классов,

Заместитель директора

протокол от «29» августа 2023 г. №1

от «1» сентября 2023г.

Руководитель ШМО: *В.С.* /Квят М.А./

Лисина /Осина Л. А./

Рабочая программа



Предмет	Физическая культура
Учебный год	2023-2024
Класс	6
Количество часов в год	68
Количество часов в неделю	2

Учитель: *С.И.* Панфилова И.И

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

6 класс

Знания о физической культуре. Возрождение Олимпийских игр и олимпийского движения в современном мире; роль Пьера де Кубертена в их становлении и развитии. Девиз, символика и ритуалы современных Олимпийских игр. История организации и проведения первых Олимпийских игр современности; первые олимпийские чемпионы.

Способы самостоятельной деятельности. Ведение дневника физической культуры. Физическая подготовка и её влияние на развитие систем организма, связь с укреплением здоровья; физическая подготовка как результат физической подготовки.

Правила и способы самостоятельного развития физических качеств. Способы определения индивидуальной физической нагрузки. Правила проведения измерительных процедур по оценке физической подготовленности. Правила техники выполнения тестовых заданий и способы регистрации их результатов. Правила и способы составления плана самостоятельных занятий физической подготовкой.

ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ.

Физкультурно-оздоровительная деятельность. Правила самостоятельного закаливания организма с помощью воздушных и солнечных ванн, купания в естественных водоёмах. Правила техники безопасности и гигиены мест занятий физическими упражнениями.

Оздоровительные комплексы: упражнения для коррекции телосложения с использованием дополнительных отягощений; упражнения для профилактики нарушения зрения во время учебных занятий и работы за компьютером; упражнения для физкультурпауз, направленных на поддержание оптимальной работоспособности мышц опорно-двигательного аппарата в режиме учебной деятельности.

Спортивно-оздоровительная деятельность.

Модуль «Гимнастика». Акробатическая комбинация из общеразвивающих и сложно координированных упражнений, стоек и кувырков, ранее разученных акробатических упражнений. Комбинация из стилизованных общеразвивающих упражнений и сложно- координированных упражнений ритмической гимнастики, разнообразных движений руками и ногами с разной амплитудой и траекторией, танцевальными движениями из ранее разученных танцев (девочки).

Опорные прыжки через гимнастического козла с разбега способом «согнув ноги» (мальчики) и способом «ноги врозь» (девочки).

Гимнастические комбинации на низком гимнастическом бревне с использованием стилизованных общеразвивающих и сложно- координированных упражнений, передвижений шагом и лёгким бегом, поворотами с разнообразными движениями рук и ног, удержанием статических поз (девочки). Упражнения на невысокой гимнастической перекладине: висы; упор ноги врозь; перемах вперёд и обратно (мальчики). Лазанье по канату в три приёма (мальчики).

Модуль «Легкая атлетика». Старт с опорой на одну руку и последующим ускорением; спринтерский и гладкий равномерный бег по учебной дистанции; ранее разученные беговые упражнения. Прыжковые упражнения: прыжок в высоту с разбега способом «перешагивание»; ранее разученные прыжковые упражнения в длину и высоту; напрыгивание и спрыгивание.

Метание малого (теннисного) мяча в подвижную (раскачивающуюся) мишень.

Модуль «Зимние виды спорта». Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом; преодоление небольших трамплинов при спуске с пологого склона в низкой стойке; ранее разученные упражнения лыжной подготовки; передвижения по учебной дистанции, повороты, спуски, торможение.

Модуль «Спортивные игры».

Баскетбол. Технические действия игрока без мяча: передвижение в стойке баскетболиста; прыжки вверх голчком одной ногой и приземлением на другую ногу; остановка двумя шагами и прыжком. Упражнения с мячом: ранее разученные упражнения в ведении мяча в разных направлениях и по разной траектории, на передачу и броски мяча в корзину. Правила игры и игровая деятельность по правилам с использованием разученных технических приёмов.

Волейбол. Приём и передача мяча двумя руками снизу в разные зоны площадки команды соперника. И Правила игры и игровая деятельность по правилам с использованием разученных технических приёмов в подаче мяча, его приёме и передаче двумя руками снизу и сверху.

Футбол. Удары по катящемуся мячу с разбега. Правила игры и игровая деятельность по правилам с использованием разученных технических приёмов в остановке и передаче мяча, его ведении и обводке. 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.

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 оборудованию, спортивной одежды;

готовность соблюдать правила и требования к организации бивака 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, общения со сверстниками, публичных выступлений 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 бивака;

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 подготовки;

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 последовательность 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 результирующие 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 относятся 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 6 классе обучающийся научится:

характеризовать Олимпийские игры современности как международное культурное явление, роль Пьерра де Кубертена в их историческом возрождении; обсуждать историю возникновения девиза, символики и ритуалов Игр;

измерять индивидуальные показатели физических качеств, определять их соответствие возрастным нормам и подбирать упражнения для их направленного развития;

контролировать режимы физической нагрузки по частоте пульса и степени утомления организма по внешним признакам во время самостоятельных занятий физической подготовкой;

готовить места для самостоятельных занятий физической культурой и спортом в соответствии с правилами техники безопасности и гигиеническими требованиями;

отбирать упражнения оздоровительной физической культуры и составлять из них комплексы физкультурминуток и физкультурпауз для оптимизации работоспособности и снятия мышечного утомления в режиме учебной деятельности;

составлять и выполнять акробатические комбинации из разученных упражнений, наблюдать и анализировать выполнение другими учащимися, выявлять ошибки и предлагать способы устранения; выполнять лазанье по канату в три приёма (мальчики), составлять и выполнять комбинацию на низком бревне из стилизованных общеразвивающих и сложно-координированных упражнений (девочки);

выполнять беговые упражнения с максимальным ускорением, использовать их в самостоятельных занятиях для развития быстроты и равномерный бег для развития общей выносливости;

выполнять прыжок в высоту с разбега способом «перешагивание», наблюдать и анализировать его выполнение другими учащимися, сравнивая с заданным образцом, выявлять ошибки и предлагать способы устранения;

выполнять передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом, наблюдать и анализировать его выполнение другими учащимися, сравнивая с заданным образцом, выявлять ошибки и предлагать способы устранения (для бесснежных районов — имитация передвижения); выполнять правила и демонстрировать технические действия в спортивных играх:

баскетбол (технические действия без мяча; броски мяча двумя руками снизу и от груди с места; использование разученных технических действий в условиях игровой деятельности);

волейбол (приём и передача мяча двумя руками снизу и сверху в разные зоны площадки соперника; использование разученных технических действий в условиях игровой деятельности);

футбол (ведение мяча с разной скоростью передвижения, с ускорением в разных направлениях; удар по катящемуся мячу сразбега; использование разученных технических действий в условиях игровой деятельности);

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

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ С УКАЗАНИЕМ АКАДЕМИЧЕСКИХ ЧАСОВ, ОТВОДИМЫХ НА ОСВОЕНИЕ КАЖДОЙ ТЕМЫ
УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА, УЧЕБНОГО КУРСА, УЧЕБНОГО МОДУЛЯ, ВОЗМОЖНОСТЬ ИСПОЛЬЗОВАНИЯ ПО ЭТОЙ ТЕМЕ
ЭЛЕКТРОННЫХ (ЦИФРОВЫХ) ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ РЕСУРСОВ, ЯВЛЯЮЩИХСЯ УЧЕБНО – МЕТОДИЧЕСКИМИ МАТЕРИАЛАМИ,
ИСПОЛЬЗУЕМЫХ ДЛЯ ОБУЧЕНИЯ И ВОСПИТАНИЯ РАЗЛИЧНЫХ ГРУПП ПОЛЬЗОВАТЕЛЕЙ ПРЕДСТАВЛЕННЫМИ В
ЭЛЕКТРОНОМ ВИДЕ ДИДАКТИЧЕСКИЕ ИКТ, СОДЕРЖАНИЕ КОТОРЫХ СООТВЕТСТВУЕТ ЗАКОНАДАТЕЛЬСТВУ В
ОБРАЗОВАНИИ
6 КЛАСС**

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Содержание образования	Воспитательный компонент	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
Раздел 1. Знания о физической культуре (1 час)					
1.1.	Возрождение Олимпийских игр. Символика и ритуалы первых Олимпийских игр. История первых Олимпийских игр современности	1	Знакомится с личностью Пьера де Кубертена, характеризуют его как основателя идеи возрождения Олимпийских игр и активного участника в формировании олимпийского движения; анализируют смысл лозунга Олимпийских игр и их символику, обсуждают влияние их на современное развитие олимпийского движения, приводят примеры; знакомятся с историей организации и проведения первых Олимпийских игр в Афинах;	Формирование интереса к физической культуре и потребность заниматься ей. Воспитание позитивных морально-волевых качеств. Побуждение учащихся к самостоятельному определению целей и содержания физкультурно-спортивной деятельности (на уроках и дома).	РЭШ: Урок № 1 https://resh.edu.ru/subject/lesson/7128/start/290599/
Итого по разделу					
		1			
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности (3 часа)					
2.1	Составление дневника физической культуры. Составление плана самостоятельных занятий физической подготовкой. Закрепляющие процедуры с помощью воздушных и солнечных ванн, купания в естественных водоёмах	1	Знакомится с правилами составления и заполнения основных разделов дневника физической культуры; разучивают способы самостоятельного составления содержания плана занятий физической подготовкой на основе результатов индивидуального тестирования; обсуждают целесообразность и эффективность закаливания организма с помощью воздушных и солнечных ванн; знакомятся с правилами безопасности при проведении закаливающих процедур с помощью солнечных и воздушных ванн, купания в естественных водоёмах, приводят примеры возможных последствий их несоблюдения.	Формирование интереса к физической культуре и потребность заниматься ей. Воспитание позитивных морально-волевых качеств. Побуждение учащихся к самостоятельному определению целей и содержания физкультурно-спортивной деятельности (на уроках и дома).	РЭШ: Урок № 3 https://resh.edu.ru/subject/lesson/7131/start/262120/ Урок № 5 https://resh.edu.ru/subject/lesson/7132/start/261738/ Урок № 6 https://resh.edu.ru/subject/lesson/7133/start/261832/
2.2	Физическая подготовка человека. Правила развития физических качеств.	1	Знакомится с понятием «физическая подготовка», рассматривают его содержание	Укрепление здоровья и правильное	РЭШ: Урок № 3 https://resh.edu.ru/subject/lesson/

			(физические качества), осмысливают физическую подготовленность как результат физической подготовки;	физическому развитию. Формирование двигательных умений и навыков. Стимулирование учащихся к наиболее качественному выполнению физических упражнений, заданий, к исправлению собственных ошибок.	7130/start/261862/ Урок № 4 https://resh.edu.ru/subject/lesson/7131/start/262120/
2.3	Определение индивидуальной физической нагрузки для самостоятельных занятий физической подготовкой. Правила измерения показателей физической подготовленности	1	Определяют режимы индивидуальной нагрузки по пульсу для разных зон интенсивности и вносят их показатели в дневник физической культуры; расматривают и анализируют критерии повышения физической нагрузки в системе самостоятельных занятий физической подготовкой, выделяют характерные признаки (изменение цвета кожи и нарушение координации, субъективные ощущения самоочувствия, показатели пульса); и скорости выполнения, по количеству повторений)	Формирование интереса к физкультуре и потребность заниматься ей. Пробуждение у учащихся чувства собственной значимости. Стимулирование и развитие чувства коллективизма и взаимовыручки.	РЭШ: Урок № 8 https://resh.edu.ru/subject/lesson/7135/start/
Итого по разделу					
Раздел 3. Физическое совершенствование (64 часа)					
Физкультурно-оздоровительная деятельность (2 часа)					
3.1.	Упражнения для профилактики нарушения зрения	1	Повторяют ранее освоенные упражнения зрительной гимнастики и отбирают новые упражнения; Разучивают комплекс зрительной гимнастики и включают его в дневник физической культуры, выполняют комплекс в режиме учебного дня	Укрепление здоровья и содействие правильному физическому развитию. Формирование двигательных умений и навыков. Стимулирование учащихся к наиболее качественному выполнению физических упражнений, заданий, к исправлению собственных ошибок.	РЭШ: Урок № 11 https://resh.edu.ru/subject/lesson/7139/start/262024/
3.2.	Упражнения для оптимизации работоспособности мышц в режиме учебного дня. Упражнения для коррекции	1	Определяют мышечные группы для направленного воздействия на них физических упражнений; отбирают необходимые физические упражнения и	Укрепление здоровья и содействие правильному физическому развитию.	РЭШ: Урок № 12 https://resh.edu.ru/subject/lesson/7140/start/262086/

телесложения	<p>определяют их дозировку, составляют комплекс коррекционной гимнастики (консультируются с учителем); отбирают упражнения для физкультурпауз и определяют их дозировку (упражнения на растягивание мышц туловища и подвижности суставов);</p>	<p>Формирование двигательных умений и навыков. Стимулирование учащихся к наиболее качественному выполнению физических упражнений, заданий, к исправлению собственных ошибок.</p>	<p>РЭШ: Урок № 10 https://resh.edu.ru/subject/lesson/7138/start/261676/</p>
Спортивно-оздоровительная деятельность (54 часа)			
Модуль «Гимнастика» (10ч.)			
<p>3.3 Техника безопасности Кувырок вперед, кувырок назад</p>	2	<p>Укрепление здоровья и содействие правильному физическому развитию. Формирование двигательных умений и навыков. Стимулирование учащихся к наиболее качественному выполнению физических упражнений, заданий, к исправлению собственных ошибок.</p>	<p>https://multiurok.ru/files/kuvyro-k-variant-i-nazad-k-variant-i-nazad.html</p>
<p>3.4 Стойка на лопатках. Прыжки через скакалку. Упражнения на низком гимнастическом бревне</p>	4	<p>Укрепление здоровья и содействие правильному физическому развитию. Формирование двигательных умений и навыков. Стимулирование учащихся к наиболее качественному выполнению физических упражнений, заданий, к исправлению собственных ошибок.</p>	<p>Видеорок. https://vk.com/video101339917456239401 https://rosomflist.ru/nauchit-prugat-na-skalke/ РЭШ: Урок № 15 https://resh.edu.ru/subject/lesson/7142/start/262000/</p>

3.7	Висы и упоры на невысокой перекладине. Опорные прыжки. Упражнения ритмической гимнастики		повторяют технику ранее изученных упражнений на гимнастической перекладине; аблюдают и анализируют образец техники перемаха одной ногой вперёд и назад, определяют технические сложностинаблюдают и анализируют образец техники упора ноги врозь (упор верхом), определяют технические сложности в его исполнении, делают выводы. овторяют ранее изученные упражнения ритмической гимнастики, танцевальные движения; изучивают стилизованные общеразвивающие упражнения для ритмической гимнастики (перемещения приставным шагом с движением рук и туловища, приседы и полуприседы с отведением одной руки в сторону, круговые движения туловища, прыжковые упражнения различной конфигурации). Повторяют технику ранее изученных опорных прыжков;	Укрепление здоровья и содержание правильному физическому развитию. Формирование двигательных умений и навыков. Воспитание позитивных морально-волевых качеств.	РЭШ: Урок № 14 https://resh.edu.ru/subject/lesson/7137/stat/261377/ РЭШ: Урок № 15 https://resh.edu.ru/subject/lesson/7142/stat/262000/ РЭШ: Урок № 17 https://resh.edu.ru/subject/lesson/7144/stat/262608/
Модуль «Легкая атлетика» (13 часов)					
3.10	Беговые упражнения	1	наблюдают и анализируют образец техники старта, уточняют её фазы и элементы, делают выводы; наблюдают и анализируют образец техники спринтерского бега, уточняют её фазы и элементы, делают выводы.	Формирование двигательных умений и навыков. Воспитание позитивных морально-волевых качеств. Становление настойчивости в процессе преодоления учащимися собственных недоработок.	РЭШ: Урок № 19 https://resh.edu.ru/subject/lesson/7146/stat/262582/

3.11	Гладкий равномерный бег	2	наблюдают и анализируют образец техники гладкого равномерного бега, уточняют её фазы и элементы, делают выводы; описывают технику гладкого равномерного бега, определяют его отличительные признаки от техники спринтерского бега.	Приучение к самообладанию, умение сдерживать отрицательные эмоции, быть дисциплинированным. Формирование потребностей, мотивов, интересов, активного и осознанного отношения к физкультурно-спортивной деятельности.	РЭШ: Урок № 19 https://resh.edu.ru/subject/lesson/7146/stat/262582/
3.12	Спринтерский бег	2	описывают технику спринтерского бега, разучивают её по фазам и в полной координации; контролируют технику выполнения спринтерского бега другими учащимися, выявляют возможные ошибки и предлагают способы их устранения (работа в парах).	Формирование интереса к физкультуре и потребность заниматься ей. Воспитание позитивных морально-волевых потребностей, мотивов, интересов, активного и осознанного отношения к физкультурно-спортивной деятельности, качеств.	РЭШ: Урок № 19 https://resh.edu.ru/subject/lesson/7146/stat/262582/
3.13	Прыжок в длину с разбега	3	наблюдают и анализируют образец техники прыжка в длину, уточняют её фазы и элементы, делают выводы; описывают технику выполнения прыжка в длину, выделяют технику исполнения отдельных его фаз, разучивают прыжок по фазам и в полной координации.	Формирование интереса к физкультуре и потребность заниматься ей. Воспитание позитивных морально-волевых потребностей, мотивов, интересов, активного и осознанного отношения к физкультурно-спортивной деятельности, качеств.	Видеорок. https://ok.ru/video/1624885757321
3.14	Прыжок в высоту способом «Перешагивание»	2	наблюдают и анализируют образец техники прыжка в высоту способом «перешагивание», уточняют её фазы и элементы, делают выводы; описывают технику выполнения прыжка в высоту, выделяют технику исполнения отдельных его фаз, разучивают прыжок по фазам и в полной координации.	Формирование двигательных умений и навыков. Способствование развитию пелестремленности в условиях непосредственно видимой цели (победы). Становление настойчивости в процессе преодоления учащимися собственных недоработок.	РЭШ: Урок № 21 https://resh.edu.ru/subject/lesson/7148/stat/262254/

3.15	Метание малого мяча	3	повторяют ранее изученные способы метания малого (теннисного) стона на месте и с разбега, в неподвижную мишень и на дальность; разучивают технику броска малого мяча в подвижную мишень, акцентируют внимание на технике выполнения выделенных отличительных признаков.	Формирование интереса к физкультуре и потребность заниматься ей, Воспитание позитивных морально-волевых качеств, Формирование потребности, мотивов, интересов, активного и осознанного отношения к физкультурно-спортивной деятельности.	РЭШ: Урок № 22 https://resh.edu.ru/subject/lesson/7/149/stat/262318/
------	---------------------	---	---	--	---

Модуль «Зимние виды спорта» (13 часов)
Лыжная подготовка (7 часов)

3.16	Техника безопасности Одновременно одношажный ход. Попеременно двухшажный ход. Подъемы и спуски.	6	наблюдают и анализируют образец техники одновременного одношажного хода, сравнивают с техникой ранее изученных способов ходьбы. Находят отличительные признаки и делают выводы; разучивают технику передвижения на лыжах одновременным одношажным ходом по фазам и в полной координации; разучивают технику передвижения на лыжах попеременно двухшажным ходом по фазам и в полной координации; демонстрируют технику передвижения на лыжах по учебной дистанции; разучивают технику и способы подъема и спуска на лыжах, акцентируют внимание на выполнении технических элементов; контролируют технику подъема и спуска на лыжах другими учащимися.	Укрепление здоровья и содействие правильному физическому развитию. Формирование двигательных умений и навыков. Формирование интереса к физкультуре и потребность заниматься ей.	РЭШ: Урок № 23 https://resh.edu.ru/subject/lesson/7/152/stat/ Видеоролики. Презентация. https://prf4.web.ru/presentation-pro-fizculturu/prezoiemle-rodetov-i-dreziastviii-na-lyzhakh.html
3.17	Преодоление трамплинов. Торможение «шлугом», «упором». Повороты на лыжах «махом».	7	Разучивают технику преодоления небольших препятствий, акцентируют внимание на выполнении технических элементов; Разучивают технику выполнения торможения «шлугом», акцентируют внимание на выполнении технических элементов; контролируют технику выполнения торможения	Укрепление здоровья и содействие правильному физическому развитию. Формирование двигательных умений и навыков. Формирование интереса к	Презентация. https://korikautokov.tu/fizkultu.ru/presentation/dreziematastia-ro-tiene-lyzhnaja-rodetovka РЭШ: Урок № 24 https://resh.edu.ru/subject/lesson

			«шлугом» другими учащимися, выявляют возможные ошибки и предлагают способы их устранения (работа в группах). Разучивают технику выполнения поворотов на лыжах «махом», акцентируют внимание на выполнении технических элементов; контролируют технику выполнения поворотов на лыжах «махом» Другими учащимися, выявляют возможные ошибки и предлагают способы их устранения (работа в группах) Подготовка к сдаче норм ГТО, Уметь правильно передвигаться на лыжах.	физкультуре и потребность заниматься ей. Формирование потребности, мотивов, интереса, активного и осознанного отношения к физкультурно-спортивной деятельности. Содействие формированию социальной активности учащихся.	7153/stat/262219/ Видеоуроки.
Модуль «Спортивные игры. Баскетбол» (8 часов)					
3.19	Техника безопасности Ведение мяча	2	Разучивают технические действия игрока при ведении мяча по элементам и в полной координации (ведение в различных стойках баскетболиста; ведение с изменением направления движения, на месте и в движении); анализируют выполнение технических действий при ведении мяча, выделяют их трудные элементы и акцентируют внимание на их выполнении; разучивают технические действия игрока с мячом по элементам и в полной координации.	Формирование мировоззрения, убеждений и установок, целостных ориентаций. Формирование потребностей, мотивов, интереса, активного и осознанного отношения к физкультурно-спортивной деятельности. Содействие формированию социальной активности учащихся.	РЭШ. Урок 25-26. https://resh.edu.ru/subject/9/6/
3.20	Передачи и ловля мяча. Броски мяча в кольцо	3	знакомятся с образцами технических действий игрока при передачах и ловле мяча (виды и способы ловли и передач мяча; передачи и ловля мяча на месте и в движении, в парах и тройках); анализируют выполнение технических действий при передачах и ловле мяча, выделяют их трудные элементы и акцентируют внимание на их выполнении; разучивают технические действия игрока по элементам и в полной координации. знакомятся с образцами технических действий игрока при броске мяча; анализируют выполнение технических действий при броске мяча в кольцо, выделяют их трудные элементы и акцентируют внимание на их выполнении; разучивают технические действия игрока при броске мяча в кольцо по элементам и в полной координации (с места и в движении; после остановки; после двух шагов).	Укрепление здоровья и содействие правильному физическому развитию. Формирование двигательных умений и навыков. Формирование интереса к физкультуре и потребность заниматься ей. Воспитание позитивных морально-волевых качеств.	РЭШ. Урок 25-26. https://resh.edu.ru/subject/9/6/

3.21	Технические действия без мяча. Технические действия с мячом	3	знакомятся с образцами технических действий игрока без мяча (передвижения в стойке баскетболиста; прыжок вверх толчком одной и приземление на другую, остановка двумя шагами, остановка прыжком, повороты на месте); анализируют выполнение технических действий без мяча, выделяют их трудные элементы и акцентируют внимание на их выполнении; разучивают технические действия игрока без мяча по элементам и в полной координации. знакомятся с образцами технических действий игрока с мячом. Разучивают технические действия игрока с мячом по элемен там и в полной координации.	Укрепление здоровья и формирование правильного двигательного поведения. Формирование двигательных умений и навыков. Формирование интереса к физкультуре и потребность заниматься ей. Воспитание положительных морально-волевых качеств.	РЭШ: Урок № 25-26 https://resh.edu.ru/subject/lesson/7154/start/309280/
------	--	---	---	--	--

Модуль «Спортивные игры. Волейбол» (6 часов)

3.22	Техника безопасности Передачи мяча сверху двумя руками	2	совершенствуют технику ранее разученных технических действий игры в волейбол; разучивают и совершенствуют передачу мяча двумя руками сверху в разные зоны площадки соперника.	Укрепление здоровья и формирование правильного двигательного поведения. Формирование двигательных умений и навыков. Формирование интереса к физкультуре и потребность заниматься ей. Воспитание положительных морально-волевых качеств.	РЭШ: Урок 27-28 https://resh.edu.ru/subject/9/6/
3.23	Прием мяча снизу двумя руками. Нижняя подача мяча. Игровые действия в волейболе	4	Совершенствуют технику ранее разученных технических действий игры в волейбол; разучивают и совершенствуют передачу мяча двумя руками снизу в разные зоны площадки соперника. совершенствуют технику ранее разученных технических действий игры в волейбол; разучивают правила игры в волейбол и знакомятся с игровыми действиями в нападении и защите; игранот в волейбол по правилам с использованием разученных технических действий. игранот в волейбол по правилам с использованием разученных технических действий.	Укрепление здоровья и формирование правильного двигательного поведения. Формирование двигательных умений и навыков. Формирование интереса к физкультуре и потребность заниматься ей. Воспитание положительных морально-волевых качеств. Содействие формированию социальной активности учащихся.	РЭШ: Урок 27-28 https://resh.edu.ru/subject/9/6/

Модуль «Спортивные игры. Футбол» (4 часа)

<p>3.24</p> <p>Техника безопасности. Ведение и передача мяча</p>	<p>2</p> <p>совершенствуют технику ранее изученных технических действий игры футбол; совершенствуют технику передачи катящегося мяча на разные расстояния и направления (обучение в парах); разучивают правила игры в футбол и знакомятся с игровыми действиями в нападения и защите; играют в футбол по правилам с использованием разученных технических действий.</p>	<p>Стимулирование чувства ответственности за общее дело. Становление настойчивости в процессе преодоления учащимися собственных недоработок. Создание условий для проявления физического интеллекта. Приучение к самообладанию, умению сдерживать отрицательные эмоции, быть дисциплинированным.</p>	<p>РЭШ. Урок 29-30 https://resh.edu.ru/subject/9/6/</p>	
<p>3.25</p> <p>Удар по катящемуся мячу и по воротам</p>	<p>2</p> <p>знакомятся с образом удара по катящемуся мячу с разбегта, демонстрируемого учителем, выделяют его фазы и технические элементы; разучивают технику удара по катящемуся мячу с разбегта по фазам и в полной координации; играют в футбол по правилам с использованием разученных технических действий.</p>	<p>Стимулирование чувства ответственности за общее дело. Становление настойчивости в процессе преодоления учащимися собственных недоработок. Создание условий для проявления физического интеллекта.</p>	<p>РЭШ. Урок 29-30 https://resh.edu.ru/subject/9/6/</p>	
<p>Раздел 4. Спорт (8 часов)</p>	<p>8</p>	<p>осваивают содержание Примерных модульных программ по физической культуре или рабочей программой базовой физической подготовки; демонстрируют приросты в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО.</p>	<p>Стимулирование чувства ответственности за общее дело. Становление настойчивости в процессе преодоления учащимися собственных недоработок. Создание условий для проявления физического интеллекта. Приучение к самообладанию, умению сдерживать отрицательные эмоции, быть дисциплинированным.</p>	<p>РЭШ. Урок № 31. https://resh.edu.ru/subject/lesson/7/160/start/261960/</p>
<p>ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ 68</p>				

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 6 КЛАСС

№ ур	Модуль Тема урока	Кол-во часов	Содержание учебного материала	Формирование функциональной грамотности	Ссылка на методические рекомендации	Контроль	ПОРЫ	Домашние задания	План	Факт
Способы самостоятельной деятельности (1ч.)										
1 четверть 18часов										
1	Составление дневника физической культуры. Физическая подготовка человека. Составление плана самостоятельных занятий физической подготовкой. Закаливающие процедуры с помощью воздушных и солнечных ванн, купания в естественных водоёмах	1	Режим дня. Определение «закаливание». Физическая подготовка. Физические показатели. Требования к выполнению физических упражнений.	Развитие интереса и привычки к систематическим занятиям физической культурой и спортом.	Учебник Физическая культура 5-7 кл. под ред. М.Я. Виленского П.3		Учебник Физическая культура 5-7 кл. под ред. М.Я. Виленского 7кл. под ред. М.Я. Виленского П.3	Повторение Т-Б на уроках физкультуры и легкой атлетике	5.09.23	
Леткая атлетика (7ч.)										
2	<i>Привила поведения и техника безопасности на уроках физической культуры. Влияние занятий легкой атлетикой на организм школьников. Беговые упражнения.</i>	1	Требования к уроку физической культуры (одежда, обувь). Требования к личной гигиене. Профилактика травматизма на спортивных площадках. Оказание первой помощи. Уровень физического развития. Специальные беговые упражнения Развитие скоростных качеств.	Приобретение знаний, необходимых для занятий физической культурой и спортом.	Учебник Физическая культура 5-7 кл. под ред. М.Я. Виленского П.6. Учебник Физическая культура 3-4 кл. под редакцией Т. В. Петрова		Матвеев В.И. Физическая культура. 6 класс: учеб. для общеобразоват. учреждений; под ред. В. И. Дяха. – 7-е изд. – М.: Просвещение, 2019. – 237 с. Единное окно доступа к информации	Изучение материала https://matad1.oles.du/sprint-beg/	8.09.23	

							онным ресурсам [Электронный ресурс]. М. 2005 – 2018. URL: http://winda.w.edu.ru/			
3	Спринтерский бег. Развитие скоростных способностей.	1	Специальные беговые упражнения. Понятие "старт", "финиш", темп, длительность бега. Старт с опорой на одну руку и последующим ускорением (стартовый разгон). Бег с максимальной скоростью на отрезке до 20м. из разных исходных положений. Бег 30м на результат (с).	Обогащение двигательного опыта прикладными упражнениями, ориентированными на подготовку к предстоящей жизнедеятельности. Технически правильно выполнять двигательные действия	Учебник Физическая культура 5-7кл. под ред. М.Я. Виленского П.6,31	Мальчик и: «5»-5,2 и меньше «4»-5,3-5,9 «3»-6,0 и больше Девочки «5»- 5,3 и меньше «4»- 5,4-6,0 «3»- 6,1 и больше	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7146/start/262582/	shkola/fizkultura/2020/05/09/metametyacha-v-tsel	12.09.23	
4	Метание малого мяча в цель.	1	Знакомство с рекомендациями учителя по развитию скоростно-силовых способностей на занятиях лёгкой атлетикой. Метание мяча в вертикальную и горизонтальную цель. Метание мяча в движущую цель.	Владение знаниями о правилах регулирования физической нагрузки в условиях проведения утренней зарядки, регулярных занятий спортом. Выполнение тестовых заданий, определяющих уровень физической подготовленности	Учебник Физическая культура 5-7кл. под ред. М.Я. Виленского П.2,3,6 Лях В.И. Физическая культура. Тестовый. Контроль. 5-9 кл. пособие для учителей	https://resh.edu.ru/subject/lesson/7149/start/262318/	https://infoportal.ru/methodicheskie-rekomendacii-metanie-malogo-myacha-nadalnost-3515703.html	15.09.23		
5	Метание малого мяча.	1	Специальные имитационные	Владение методикой организации	Учебник Физическая культура 5-7кл. под ред.		https://resh.edu.ru/subject/	Изучение https://infoportal.ru/		

		упражнения. Метание малого мяча на дальность с места и с 3-5 шагов разбега.	индивидуальных форм занятий физическими упражнениями. Технически правильно выполнять двигательные действия.	М.Я. Виленского П.2,4,6,7 Лях В.И. Физическая культура. Тестовый. Контроль. 5-9 кл. пособие для учителей		с/lesson/7149/start/262318/	к.тп/методическая-газета-шока-кроссова-урождения-rodgotovka-5258668.html		
6	Правила и способы самостоятельного развития физических качеств. Кроссовая подготовка.	1 Знакомство с рекомендациями учителя по развитию выносливости и быстроты на самостоятельных занятиях лёгкой атлетикой. Бег до 2000м. без учета времени в равномерном темпе.	Технически правильно выполнять двигательные действия. Умение оценивать собственное физическое состояние по простым тестам и результатам самоконтроля.	Учебник Физическая культура 5-7кл. под ред. М.Я. Виленского П.2,4,6,7 Лях В.И. Физическая культура. Тестовый. Контроль. 5-9кл. пособие для учителей		Никольская О.Б. Кроссовая подготовка Ст.19	Изучение http://window.edu.ru/resource/681/22681/files/makienko.pdf ст.4	19.09.2023	
7	Способы определения индивидуальной физической нагрузки. Прыжок в длину с разбега.	1 Специальные прыжковые упражнения. Прыжок в длину с 7-9 шагов разбега. Напрыгивания и спрыгивания. Прыжок в длину с места на результат (см)	Умение оценивать собственное физическое состояние по простым тестам и результатам самоконтроля. Технически правильно выполнять двигательные действия	Учебник Физическая культура 5-7кл. под ред. М.Я. Виленского П.2,4	Мальчик и: «5»- 184 и больше «4»- 183-145 «3»- 144 и меньше Девочки «5»- 179 и больше «4»- 178-140 «3»- 139 и меньше	http://window.edu.ru/resource/681/2681/files/makienko.pdf ст.4	Изучение http://window.edu.ru/resource/681/22681/files/makienko.pdf ст.4	21.09.2023 22.09.2023	
8	Правила и способы составления плана самостоятельных занятий физической подготовкой. Прыжок в длину с разбега.	1 СТУ. Прыжок в длину с разбега на результат (см).	Умение выполнять индивидуальные комплексы упражнений, использовать приобретенные знания и умения в практической	Учебник Физическая культура 5-7кл. под ред. М.Я. Виленского П.6,7 Лях В.И.	Мальчик и: «5»- 360 и больше «4»- 359-	http://window.edu.ru/resource/681/2681/files/makienko.pdf	Составить разминку перед спринтерскими м бегом	26.09.2023	

			деятельности. Технически правильно выполнять двигательные действия.	Физическая культура. Тестовый. Контроль. 5-9кл. пособие для учителей	271 «3»- 270 и меньше Девочки «5»- 330 и больше «4»- 329-231 «3»- 230 и меньше					
Спорт (2ч.)										
9	Спринтерский бег.	1	Подготовка к сдаче норм ГТО. Бег 60м на результат (с)	Умение выполнить тестовые задания, определяющие индивидуальный уровень физической подготовленности	Учебник Физическая культура 5-7кл. под ред. М.Я. Виленского П.6,7 Дях В.И. Физическая культура. Тестовый. Контроль. 5-9кл. пособие для учителей		https://www.w.gto.ru/ ВФСК ГТО	Разминка перед кроссовым бегом	29.09.2023 28.09.2023	
10	Кроссовая подготовка.	1	Подготовка к сдаче норм ГТО. Бег 1500м на результат (мин,сек)	Умение анализировать состояние здоровья при выполнении физических упражнений.	Учебник Физическая культура 5-7кл. под ред. М.Я. Виленского П.6,7 Дях В.И. Физическая культура. Тестовый. Контроль. 5-9кл. пособие для учителей		https://www.w.gto.ru/ ВФСК ГТО	https://reshed.u.ru/subject/lesson/7155/stat/262383/	3.10.2023 5.10.2023	
11	Привлечение и техника безопасности на уроках баскетбола. Стойки и перемещения баскетболиста. Повороты и остановки. Технические	1	ТБ на уроках баскетбола. Перемещение игрока. Остановка прыжком и двумя шагами. Прыжки вверх толчком одной ногой и приземлением на	Развитие интереса и привычки к систематическим занятиям физической культурой и спортом.	Учебник Физическая культура 5-7кл. под ред. М.Я. Виленского П.9,16		https://reshed.u.ru/subject/lesson/5170/conspect/195917/	Изучение материала https://infourok.ru/tema_vedenie_muash_a_v_basketbo	6.10.2023	
Баскетбол (8ч.)										

	действия баскетболиста без мяча.		другую. Повороты с мячом. Остановка прыжком. Ловля и передача мяча двумя руками от груди на месте, с пассивным сопротивлением защитника. Ведение мяча на месте и в движении с изменением высоты отскока. Знакомство с рекомендациями учителя по использованию подводящих и подготовительных упражнений для самостоятельного обучения техническим действиям баскетболиста без мяча.		Технически правильно выполнять двигательные действия.	Учебник Физическая культура 5-7кл. под ред. М.Я. Виленского П.9, 16	Девочки и мальчики «5»-1-2 незнач.ош «4»-1 трубая ошибка «3»-2 и > труб ошибки	Учебник физическ ой культуры 5-7 класс. Виленский М.Я 89-91 ст	Изучение https://www.balgames.ru/basketbol/section_basketball_transfer/	10.10.2023	
12	Ведение мяча.	1	Вырывание, выбивание. Перехват мяча. Ведение мяча с изменением скорости и направления движения. Ловля и передача мяча одной и двумя руками на месте и в движении. Ведение мяча со сменной рук «змейкой» на оценку.		Технически правильно выполнять двигательные действия. Владение устным и письменным общением.	Учебник Физическая культура 5-7кл.под ред. М.Я. Виленского П.1,9,16	Учебник Физическая культура 5-7кл.под ред.	Изучение https://ru.wikipedia.org/wiki/Ведение_мяча	13.10.2023		
13	Передачи мяча в парах.	1	Остановка после ведения прыжком перед броском. Бросок мяча в кольцо с места, после ведения с двух шагов. Комбинации в парах из изученных		Технически правильно выполнять двигательные действия. Владение устным и письменным общением.	Учебник Физическая культура 5-7кл.под ред. М.Я. Виленского П.1,9,16	Учебник Физическая культура 5-7кл.под ред.	Изучение https://ru.wikipedia.org/wiki/Передача_мяча	13.10.2023		

			элементов: ведение-передача-ведение-два шага-бросок - подбор.			М.Я.Виле некого П.9,16				
14	История развития баскетбола. Бросок мяча.	1	Бросок мяча в корзину с места, после ведения после двух шагов. Комбинации в тройках из изученных элементов: ведение-передача-ведение-два шага-бросок - подбор.	Умение анализировать новые ситуации и применять в них уже имеющиеся знания. Уметь выполнять бросок мяча в корзину с места и после ведения.	Учебник Физическая культура 5-7кл. под ред. М.Я. Виленского П.9,16		Учебник Физическая культура 5-7кл. под ред. М.Я. Виленского	Изучить https://ru.wikipedia.org/wiki/Баскетбол	17.10.2023	
15	Привлечь самостоятельного закалывания организма с помощью воздушных и солнечных ванн, купания в естественных водоемах. Бросок мяча.	1	Бросок мяча в корзину на точность из 5 попыток на оценку (раз). Учебная игра 3х3 по упрощенным правилам.	Технически правильно выполнять двигательные действия. Владение методикой закаливания организма.	Учебник Физическая культура 5-7кл. под ред. М.Я. Виленского П.3,9,16	Девочки «5»- 3 «4»- 2 «3»- 1 Мальчики «5»- 4 «4»- 3 «3»- 2	Учебник Физическая культура 5-7кл. под ред. М.Я. Виле некого П.1,9,16	Изучить https://ru.wikipedia.org/wiki/Баскетбол	20.10.2023	
16	Размеры площадки, цита, рисунок до кольца. Ведение мяча.	1	Выполнять комплекс упражнений для развития координационных способностей без мяча и с мячом. Ведение мяча на месте и в движении с изменением высоты отскока. Целночный бег с мячом 6х6 на результат (сек).	Владение разными видами информации.	Учебник Физическая культура 5-7кл. под ред. М.Я. Виленского П.9,16	Девочки «5»- 22 и меньше «4»- 23-25 «3»- 26-28 Мальчики «5»- 20 и меньше «4»- 21-23 «3»- 24-26	Учебник Физическая культура 5-7кл. под ред. М.Я. Виле некого П.9,16	Вспомнить правила игры в баскетбол.	24.10.2023	
17	Тактика игры и комплексное развитие психомоторной плотности.	1	Ведение мяча, передачи мяча, бросок мяча в корзину. Применять	Технически правильно выполнять двигательные действия. Умение	Учебник Физическая культура 5-7кл. под ред. М.Я. Виленского	Учебник Физическая культура 5-7кл. под ред. М.Я. Виле некого П.9,16	Вспомнить жесты судей в баскетболе.	27.10.2023		

			изученные элементы и комбинации в учебной игре.	организовывать занятия физическими упражнениями в группах.	П.9,16	культура 5-7кл.под ред М.Я.Виленского П.3,9,16	Учебник Физическая культура 5-7кл. под ред. М.Я. Виленского П.9,16	Учебник Физическая культура 5-7кл. под ред М.Я.Виленского П.9,16	История Олимпийских игр.	7.11.23	
18	Правила игры и жестикуляция судей. Тактика игры и комплексное развитие психомоторной плотности.	1	Ведение мяча, передачи мяча, бросок мяча в корзину. Применять изученные элементы и комбинации в учебной игре.	Умение организовывать занятия физическими упражнениями в группах.	Учебник Физическая культура 5-7кл. под ред. М.Я. Виленского П.9,16	Учебник Физическая культура 5-7кл. под ред М.Я.Виленского П.9,16	Учебник Физическая культура 5-7кл. под ред М.Я.Виленского П.9,16	История Олимпийских игр.	7.11.23		

2 четверть 16 часов

Знания о физической культуре (1ч.)

19	Возрождение олимпийских игр. Символика и ритуалы первых Олимпийских игр. История первых Олимпийских игр современности.	1	Возрождение олимпийских игр. Символика и ритуалы первых Олимпийских игр. История первых Олимпийских игр современности.	Владение способами находить и отбирать необходимую информацию из книг, справочников, энциклопедий и др. Умение доводить информацию до одноклассников.	Учебник Физическая культура 5-7кл.под ред. М.Я. Виленского П.1 Твой олимпийский учебник, под ред. В.С. Родиченко, стр. 15				10.11.23		
Способы самостоятельной деятельности (1ч.)											
20	Правила развития физических качеств. Физическая подготовка человека.	1	Составление комплекса упражнений для развития физических качеств, с учетом половых и возрастных особенностей. Упражнения для развития выносливости,	Умение выполнять физические упражнения, согласно своему уровню физического развития. Умение составлять комплексы упражнений для развития индивидуальных физических способностей.	ФИЗИЧЕСКИЕ КАЧЕСТВА. СИЛА Методические рекомендации Составитель Елена Викторовна Перепелюкова	ФИЗИЧЕСКИЕ КАЧЕСТВА А.СИЛА Методические рекомендации	Изучить https://ru.wikipedia.org/wiki/лов_сеп/сле_лять-кувырок-вперед	14.11.23			

			гибкости, силовых, координационных, скоростно-силовых, скоростных способностей.			Составитель Елена Викторовна Перепелок ова				
Гимнастика (10ч.)										
21	Привлечение обучающихся и тематика безопасности на уроках гимнастики. Привлечение тематик безопасности и гигиены мест занятий физическими упражнениями. Кувырок вперед.	1	Дискуссия по проблемам развития спорта и занятий физической культурой, осознание роли физической культуры в формировании способности к достижению всестороннего физического и духовного развития, здорового образа жизни. Перекаты. Упражнения для развития координационных способностей.	Приобретение знаний об особенностях индивидуального здоровья, физического развития, возможностей, их коррекции посредством занятий физическими упражнениями.	Учебник Физическая культура 5-7кл. под ред. М.Я. Виленского П.8,5	Учебник Физическая культура 5-7кл. под ред. М.Я. Виленского П.7,8,15 Лях В.И. Физическая культура. Тестовый контроль. 5-9кл. пособие для учителей	Физическая культура 5-7кл. под ред. М.Я. Виленского П.7,8,15 М.Я.Виленского П.7,8,15 Физическая культура. Тестовый контроль. 5-9кл., под ред. М.Я.Виленского	Выполнить https://reshed.it.u.ru/subject/lesson/4774/consult/172690/	21.11.23	
22	Кувырок вперед. Кувырок назад.	1	Перекаты. Упражнения для развития координационных способностей. Кувырок вперед ноги скрестно, кувырок назад в упор присев. Знакомство с рекомендациями учителя по распределению упражнений в комбинации ритмической гимнастики и подборе музыкального сопровождения.	Технически правильно выполнять двигательные умения выполнять индивидуальные комплексы упражнений действия.	Учебник Физическая культура 5-7кл. под ред. М.Я. Виленского П.7,8,15 Лях В.И. Физическая культура. Тестовый контроль. 5-9кл. пособие для учителей	Физическая культура 5-7кл. под ред. М.Я.Виленского П.7,8,15 Физическая культура. Тестовый контроль. 5-9кл., под ред. М.Я.Виленского	Выполнить https://reshed.it.u.ru/subject/lesson/4774/consult/172690/	21.11.23		

23	Стойка на лопатках.	1	Стойка на лопатках из разных и.п. Стойка на лопатках с согнутыми ногами, прямыми, стойка на лопатках ноги врозь. Кувырок назад из стойки на лопатках.	Технически правильно выполнять двигательные действия. Умение выполнять индивидуальные комплексы упражнений.	Учебник Физическая культура 5-7кл. под ред. М.Я. Виленского П.8,15 Лях В.И. Физическая культура. Тестовый. Контроль. 5-9кл. пособие для учителей	Учебник Физическая культура 5-7кл. под ред. М.Я. Виленского	Учебник Физическая культура 5-7кл. под ред. М.Я. Виленского	Изучить https://ru.wikihow.com/прыгать-через-скакалку	24.11.23	
24	Прыжки через скакалку.	1	Многооскоки. Перепрыгивания через вертикальные и горизонтальные препятствия. Прыжки через скакалку за 1 мин на результат (раз).	Технически правильно выполнять двигательные действия. Владение методикой организации индивидуальных формами занятий физическими упражнениями.	Учебник Физическая культура 5-7кл. под ред. М.Я. Виленского П.8,15 Лях В.И. Физическая культура. Тестовый. Контроль. 5-9кл. пособие для учителей	Учебник Физическая культура 5-7кл. под ред. М.Я. Виленского	Учебник Физическая культура 5-7кл. под ред. М.Я. Виленского	Вспомнить акробатическую комбинацию	28.11.23	
25	Акробатическая комбинация.	1	Выполнять акробатическую комбинацию из ранее	Технически правильно выполнять двигательные действия. Умение	Учебник Физическая культура 5-7кл. под ред. М.Я.	Учебник Физическая культура 5-7кл. под ред. М.Я. Виленского	Выполнить https://reshed.it.ru/subject/e	1.12.23		

			изученных элементов на оценку.	оценивать выполнение упражнений одноклассниками	Виленского П.8,15			ssom/7137/сопсрест/261376/		
26	Опорные прыжки.	1	Опорные прыжки с разбега через козла «ноги врозь»- девочки, «согнув ноги»- мальчики. Подготовка к сдаче норм ГТО. Поднимание туловища из положения лежа за 1 мин на результат (раз).	Технически правильно выполнять двигательные действия. Владение разными видами информации	Учебник Физическая культура 5-7кл. под ред. М.Я. Виленского П.7,8,15 Лях В.И. Физическая культура. Тестовый. Контроль. 5-9кл. пособие для учителей	Девочки «5»- 28 и больше «4»- 27-17 «3»- 16 и меньше Мальчики «5»- 32 и больше «4»- 31-21 «3»- 20 и меньше	Учебник Физическая культура 5-7кл. под ред. М.Я. Виленского П.7,8,15	https://info.go.ktu/konспект - soobscheniya-ro-fizkulture-na-temu-urazhdnenuya-na-bleche-1685747.html	5.12.23	
27	Упражнения на гимнастическом бревне (дев). Висы и упоры (мал).	1	Знакомство с рекомендациями учителя по использованию подготовительных и подводящих упражнений для освоения физических упражнений на гимнастическом бревне. Разновидность шагов на гимнастическом бревне, прыжки со сменной ног, повороты, равновесие на одной (дев). Висы на средней перекладине, упор ноги врозь, перемах вперед и обратно (мал). Подготовка к сдаче норм ГТО. Сгибание и	Технически правильно выполнять двигательные действия. Уметь оказывать страховку при выполнении упражнений одноклассниками	Учебник Физическая культура 5-7кл. под ред. М.Я. Виленского П.7,8,15 Лях В.И. Физическая культура. Тестовый. Контроль. 5-9кл. пособие для учителей	Девочки «5»- 15 и больше «4»- 14-7 «3»- 6 и меньше Мальчики «5»- 9 и больше «4»- 8-5 «3»- 4 и меньше	Физическая культура. 6-7 класс: учеб. для общеобразоват. организаций / А. П. Матвеев — 7 изд. — М. Просвещение, 2018. — 192 с.	https://info.go.ktu/konспект - soobscheniya-ro-fizkulture-na-temu-urazhdnenuya-na-bleche-1685747.html	8.12.23	

28	Висы и упоры. Упражнения на гимнастическом бревне.	1	разгибание рук в висе на перекладине; мальчики на высокой перекладине, девочки на низкой из виса лезка на реулыгат (раз).	Технически правильно выполнять двигательные действия. Уметь оказывать страховку при выполнении упражнений одноклассниками	Учебник Физическая культура 5-7кл. под ред. М.Я. Виленского П.8,15	Девочки и мальчики «5»- 8,9-10 баллов «4»- 8,0-8,8 баллов «3»- 6,8-7,9 баллов	Учебник Физическая культура 5-7кл. под ред. М.Я. Виленского П.8,15	https://infourok.ru/oropture-ruzhki-temika-urobreniya-5611796.html	12.12.23		
29	История организации и проведение нервах Олимпийских игр современности. Опорный прыжок.	1	Опорный прыжок с разбега «ноги врозь» на оценку (дев). Опорный прыжок с разбега «согнув ноги» на оценку (мал).	Умение находить необх.одному информацию в литературных источниках	Учебник Физическая культура 5-7кл. под ред. М.Я. Виленского П.1,8,15	Девочки и мальчики «5»- 8,9-10 баллов «4»- 8,0-8,8 баллов «3»- 6,8-7,9 баллов	Учебник Физическая культура 5-7кл. под ред. М.Я.Виленского П.7,8,15 Физическая	Изучить https://reshed.u.ru/subject/lesson/4773/conspect/172518/	15.12.23		

30	Ритмическая гимнастика (дев). Лазанье по канату (мал).	1	Комбинация из стилизованных общеразвивающих упражнений и сложно-координированных упражнений ритмической гимнастики, разнообразных движений руками и ногами с разной амплитудой и траекторией, танцевальными движениями (дев). Лазанье по канату в три приема (мал).	Овладевание знаниями о здоровом образе жизни, о роли и месте физической культуры в организации здорового образа жизни, о своих индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности, об особенностях индивидуального здоровья и функциональных возможностях организма. Технически правильно выполнять двигательные действия	Учебник Физическая культура 5-7 кл. под ред. М.Я. Виленского П.8, 15, 29	Физическая культура. 6-7 классы: учебник для общеобразовательных организаций / А. П. Матвеев. — 7-е издание — М.: Просвещение, 2018. — 192с.	Выполнить технику выполнения отжимания от пола	19.12.23		
Спорт (2ч.)										
31	Сгибание и разгибание рук в упоре лежа.	1	Подготовка к сдаче норм ГТО. Сгибание и разгибание рук в упоре			https://www.sport.gto.ru/ ВФСК ГТО	Выполнить комплекс упражнений	22.12.23		

32	Гибкость.	1	Лежа на результат (раз). Подготовка к сдаче норм ГТО. Тест на определение гибкости на результат (см).			https://www.dfd.ru/ ВФСК ГТО	на гибкость	Техника безопасности на уроках волейбола	26.12.23	
Волейбол (2 ч.)										
33	Привила поведения и техники безопасности на уроках волейбола. Стойки и перемещения.	1	Перемещения по площадке в стойке волейболиста (представленным шагом, липом и спиной вперед). Перемещения без мячом и с выпонением	Технически правильно выполнять двигательные действия. Умение анализировать и оценивать деятельность одноклассников.	Учебник Физическая культура 5-7кл. под ред. М.Я. Виленского П.10,17	Учебник Физическая культура 5-7кл. под ред. М.Я. Виленского П.1,10,17	Учебник Физическая культура 5-7кл. под ред. М.Я. Виленского П.1,10,17	Изучить https://ru.wikipedia.org/wiki/нов.сopл/выпoннйт-нжннo-пoдлaчy-в-волейболе	29.12.23	
34	История развития волейбола. Верхняя передача мяча. Нижняя передача мяча.	1	НПМ после набрасывания партнером, после отскока от стены, над собой. ВПМ и прием мяча снизу в парах.	Умение находить необходимую информацию в литературных источниках. Технически правильно выполнять двигательные действия	Учебник Физическая культура 5-7кл. под ред. М.Я. Виленского П.1,10,17	Учебник Физическая культура 5-7кл. под ред. М.Я. Виленского П.1,10,17	Учебник Физическая культура 5-7кл. под ред. М.Я. Виленского П.1,10,17	Выполнить комплекс упражнений для профилактики и зрения.	9.01.24	
3 четверть 20 часов										
Физкультурно-оздоровительная деятельность (1 ч.)										
35	Профилактика нарушения зрения.	1	Упражнения для профилактики зрения во время работы за компьютером, во время физкультурпауз.	Умение выполнять индивидуальные комплексы упражнений.		https://soz27.ru/lapsheni-e-zreni-a-shkolnikov/	Составить комплекс гимнастики для глаз	12.01.24		
Лыжная подготовка (7 ч.)										
36	Привила поведения и техники безопасности на уроках лыжной подготовки. Лыжные ходы. Классификация лыжных ходов.	1	ТБ на уроках лыжной подготовки. Экипировка лыжника, подбор инвентаря. Первая помощь при обморожениях. Прохождение дистанции 1 км. Перевышение ОДХ на	Овладение способами оказывать первую медицинскую помощь пострадавшему, обратиться за экстренной помощью к специализированным службам. Усвоение системы знаний о занятиях физической культурой.	Учебник Физическая культура 5-7кл. под ред. М.Я. Виленского П.13,20 Учебник Физическая культура 5-7кл. под ред. М.Я. Виленского	Девочки Ималычки «5» - без груб ошибок «4» - 1 груб. ошибка «3» - 2 и бол. груб. ошибок	Учебник Физическая культура 5-7кл. под ред. М.Я. Виленского П.13,20	Изучить https://resh.edu.ru/subject/lesson/5/169/compress/195698/	16.01.24	

			оценку. Прохождение по дистанции отдельных отрезков одновременным одношажным ходом.	Технически правильно выполнять двигательные действия	П.13,20					
37,3 8	Лыжные ходы.	2	Передвижение ПДХ на оценку. Передвижение по дистанции одновременным двухшажным ходом. Переход с одновременного хода на попеременный.	Технически правильно выполнять двигательные действия. Умение применять теоретические знания на практике.	Учебник Физическая культура 5-7кл. под ред. М.Я. Виленского П.13,20	Девочки Ималычки «5» - без груб ошибок «4» - 1 груб. ошибка «3» - 2 и бол. груб. ошибок	Учебник Физическая культура 5-7кл. под ред. М.Я. Виленского	https://resh.edu.ru/subject/lesson/4287/conspec/v/191154/	19.01.24 23.01.24	
39,4 0	Подъемы и спуски.	2	Выполнять подъем в пологий склон ступающим шагом, полувелочкой, слочкой. Выполнять спуск с пологого склона в низкой стойке. Передвижение по дистанции 1 км на результат (мин, сек).	Умение выполнять тестовые задания, определяющие индивидуальный уровень физической подготовленности.	Учебник Физическая культура 5-7кл. под ред. М.Я. Виленского П.13,20 Лях В.И. Физическая культура. Тестовый. Контроль. 5-9кл. пособие для учителей	Мальчики и девочки в/у времени	Физическая культура 5-7кл. под ред. М.Я. Виленского	Изучить https://resh.edu.ru/subject/lesson/6159/conspec/v/191180/	26.01.24 30.01.24	

41	Проедление трамплинов.	1	Знакомство с рекомендациями учителя по самостоятельному безопасному проедлению небольших трамплинов. Проедление дистанции с проедлением бугров и впадин. Передвижение ООХ на оценку	Умение использовать приобретенные знания в практической деятельности.	Физическая культура 5-7 кл. под ред. М.Я. Виленского П.13, 20 Лях В.И. Физическая культура. Тестовый. Контроль. 5-9кл. пособие для учителей		Матвеев А. П. Физическая культура. 6-7 классы: учеб. для общеобразоват. организаций / А. П. Матвеев. – 7-е изд. – М.: Просвещение, 2018. – 192 с. : ил.	Изучить https://resh.edu.ru/subject/lesson/622/1/compres/t/224883/	2.02.24	
42	Торможение «шлугтом», «упором».	1	Выполнять торможение «шлугтом,упором» при спуске с горы. Выполнять торможение «шлугтом» на оценку. Выполнять торможение «шлугтом» на оценку.	Умение использовать приобретенные знания в практической деятельности.	Лях В.И. Физическая культура. Тестовый. Контроль. 5-9кл. пособие для учителей	Девочки и мальчики «5» - без груб ошибок «4» - 1 груб. ошибка «3» - 2 и бол. груб. ошибок	Физическая культура 5-7 кл. под ред. М.Я. Виленского П.13, 20	Ознакомиться Лях В.И. Физическая культура. Лыжная подготовка ст.172	6.02.24	
43,44	Повороты на лыжах «махом»	2	Разучивают технику выполнения поворотов на лыжах «махом», акцентируют внимание на выполнении технических элементов; контролируют	Умение использовать приобретенные знания в практической деятельности.	Лях В.И. Физическая культура. Тестовый. Контроль. 5-9кл. пособие для учителей		Лях В.И. Физическая культура. Лыжная подготовка ст.172	Повторить изученный материал.	9.02.24 13.02.24	

			технику выполнения поворотов на лыжах «махом» другими учащимися, выявляют возможные ошибки и предлагают способы их устранения (работа в группах)							
45,4 6	Прохождение дистанции 2 км.	2	Подготовка к сдаче норм ГТО. Пройти дистанцию 2 км на результат (мин, сек).	Уметь правильно передвигаться на лыжах.	Физическая культура 5-7 кл. под ред М.Я. Виленского П.13,20	Девочки «5»-14,30 и < «4»- 14,31-15,00 «3»-15,01-15,30 Мальчики «5»-14,00 и < «4»- 14,01-14,30 «3»- 14,31-15,00	Физическая культура 5-7 кл. под ред М.Я. Виленского П.7, 13,20		16.02.24 20.02.24	
Спорт (Зч.)										
47,4 8	Прохождение дистанции 2 км	2	Подготовка к сдаче норм ГТО. Пройти дистанцию 2 км на результат (мин, сек).	Умение выполнять физические упражнения на результат.	Физическая культура 5-7 кл. под ред. М.Я. Виленского П.13,20 Лях В.И. Физическая культура. Тестовый. Контроль. 5-9 кл. пособие для учителей		https://www.w.eto.pl/ ВФСК ГТО	Выполнения комплекса на развитие силы.	27.02.24 1.03.24	
49	Сгибание-разгибание рук в упоре лежа.	1	Подготовка к сдаче норм ГТО. Правильно выполнить сгибание-разгибание рук в упоре	Умение оценивать свои результаты и сравнивать их с предыдущими	Физическая культура 5-7 кл. под ред. М.Я. Виленского П.8,15		https://www.w.eto.pl/ ВФСК ГТО	Вспомнить т-б на коньках.	5.03.24	

			лежа на результат (раз).		Лях В.И. Физическая культура. Тестовый. Контроль. 5-9кл. пособие для учителей					
Волейбол (4ч.)										
50	Техника безопасности на уроках волейбола. Упражнения в парах.	1	Повторить ТБ на уроках волейбола. Выполнить передачи мяча в парах: передача мяча сверху двумя руками, прием мяча снизу двумя руками. ВИМ над собой (раз). НИМ над собой (раз)	Приобретение знаний, необходимых для занятий физической культурой и спортом в повседневной жизни.	Физическая культура 5-7кл. под ред. М.Я. Виленского П.10,17	Девочки «5»- 12 и больше «4»- 9-11 «3»- 6-8 Мальчики «5»- 15 и больше «4»- 12-14 «3»- 8-11	Физическая культура 5-7кл. под ред М.Я.Виленского П.10,17	Изучение https://suferp.edu.su/14x91bd.html	12.03.24	
51	Подача мяча.	1	Выполнить нижнюю подачу мяча на точность на результат. Выполнять прием мяча снизу двумя руками после подачи.	Технически правильно выполнять двигательные действия. Умение находить ошибки при выполнении упражнений.	Физическая культура 5-7кл. под ред. М.Я. Виленского П.10,17	Девочки «5»-4 «4»-3 «3»-2 Мальчики «5»-4 «4»-3 «3»-2	Физическая культура 5-7кл. под ред М.Я.Виленского П.10,17	Изучить https://resh.edu.ru/subject/lesson/7156/consult/262454/	15.03.24	
52	Техническая подготовка. Передачи мяча.	1	Передачи мяча в парах и тройках. Игровые комбинации: подача-прием-передача. Учебная игра с применением изученных комбинаций.	Технически правильно выполнять двигательные действия. Умение исправлять выявленные ошибки.	Физическая культура 5-7кл. под ред. М.Я. Виленского П.10,17		Физическая культура 5-7кл. под ред М.Я.Виленского П.10,17	Выполнить комплекс упражнений №3	19.03.24	
53	Тактика игры и комплексное развитие психомоторной плотности.	1	Игровые комбинации: подача-прием-передача. Применение игровых	Овладевание способами находить и отбирать необходимую информацию	Учебник Физическая культура 5-7кл. под ред. М.Я. Виленского		Физическая культура	Изучить https://resh.edu.ru/subject/lesson/7156/consult/262454/	22.03.24	

			комбинаций в учебной игре.	из книг, справочников, энциклопедий и внедрять в практику.	П.10,17	5-7кл. под ред М.Я.Виленского П.10,17	sson/7136/сопсrest26164 2/		
4 четверть 14 часов									
Способы самостоятельной деятельности (1ч.)									
54	Определение индивидуальной физической нагрузки для самостоятельных занятий физической подготовкой. Правила измерения показателей физической подготовленности.	1	Комплексы упражнений для развития физических качеств для повышения уровня физической подготовленности. Комплексы упражнений для развития физических качеств для повышения уровня физической подготовленности.	Осознание роли физической культуры в подготовке к труду и защите Отечества. Осознание роли физической культуры в сохранении здоровья и высокой работоспособности	Учебник Физическая культура 5-7кл. под ред. М.Я. Виленского П.2,3,4	Учебник Физическая культура 5-7кл. под ред. М.Я. Виленского П.2,3,4	Выполнить комплекс упражнений №4	2.04.24	
Физкультурно-оздоровительная деятельность (1ч.)									
55	Коррекция телосложения с использованием дополнительных отягощений.	1	Упражнения анаэробного характера. Общеразвивающие упражнения с гантелями. Броски набивного мяча.	Понимание пользы занятий физическими упражнениями для здоровья человека. Умение дозировать нагрузку.	Учебник Физическая культура 5-7кл. под ред. М.Я. Виленского П.2	Учебник Физическая культура 5-7кл. под ред. М.Я. Виленского П.2	Т-Б на уроке легкой атлетике.	5.04.24	
Легкая атлетика (6ч.)									
56	Техники безопасности на уроках легкой атлетики. Прыжок в высоту с разбега.	1	Т-Б на уроках легкой атлетики. Специальные прыжковые упражнения. Прыжок в высоту с 3-5 шагов разбега способом «перешагивание» через натянутую резинку.	Умение выполнять тестовые задания, определяющие индивидуальный уровень физической подготовленности	Учебник Физическая культура 5-7кл. под ред. М.Я. Виленского П.6,7 Лях В.И. Физическая культура. Тестовый. Контроль. 5-9кл. пособие для учителей	Учебник Физическая культура 5-7кл. под ред. М.Я.Виленского П.6	Изучить https://resh.edu.ru/subjeсt/lesson/5131/compresst/226552/	9.04.24	
57	Прыжок в высоту с разбега.	1	Знакомство с	Умение выполнять задание	Учебник Физическая	Девочки	Учебник	Изучить	12.04.24

			рекомендациями учителя по использованию подвижных и подвижных и подготовительных упражнений для освоения техники прыжка в высоту с разбега способом «перешагивание СПУ. Выполнить прыжок в высоту с разбега способом «перешагивание» на результат.		в условиях. Умение находить ошибки при выполнении физических упражнений.	культура 5-7 кл. под ред. М.Я. Виленского П.6	«5»- 110 и больше «4»- 105-90 «3»- 85 и меньше Мальчики «5»- 115 больше «4»- 110-95 «3»- 90 и меньше	Физическая культура 5-7 кл. под ред М.Я.Виленского	https://resh.edu.ru/subject/lesson/71/49/conspect/262317/		
58	Метание малого (теннисного) мяча в подвижную мишень	1	Знакомство с рекомендациями учителя по использованию упражнений в метании мяча для повышения точности движений Выполнить метание малого мяча в подвижную мишень (раскачивающийся с разной скоростью гимнастический обруч с уменьшающимся диаметром)	Технически правильно выполнять двигательные действия. Умение выполнять тестовые задания, определяющие индивидуальный уровень	Учебник Физическая культура 5-7 кл. под ред. М.Я. Виленского П.6,7 Дях В.И. Физическая культура. Тестовый Контроль. 5-9 кл. пособие для учителей	Учебник Физическая культура 5-7 кл. под ред. М.Я. Виленского Дях В.И. Физическая культура. Тестовый Контроль. 5-9 кл. пособие для учителей	«5»- 5,3 и меньше «4»- 5,4-6,0 «3»- 6,1 и больше	Учебник Физическая культура 5-7 кл. под ред М.Я.Виленского	https://infourok.ru/legka-ya-afletika-sprinterskiy-2093167.html	16.04.24	
59	Спринтерский бег. Бег 30м.	1	Знакомство с рекомендациями учителя по использованию упражнений в метании мяча для повышения точности движений	Технически правильно выполнять двигательные действия. Умение выполнять тестовые задания, определяющие индивидуальный уровень	Учебник Физическая культура 5-7 кл. под ред. М.Я. Виленского Дях В.И. Физическая культура. Тестовый Контроль. 5-9 кл. пособие для учителей	Учебник Физическая культура 5-7 кл. под ред. М.Я. Виленского Дях В.И. Физическая культура. Тестовый Контроль. 5-9 кл. пособие для учителей	«5»- 5,3 и меньше «4»- 5,4-6,0 «3»- 6,1 и больше	Учебник Физическая культура 5-7 кл. под ред М.Я.Виленского	Составить комплекс на развитие выносливо сти.	19.04.24	

60	Кроссовая подготовка.	1	Развитие выносливости. Бег 1000м на результат (мин, сек).	Определение значения систематических занятий физкультурой для улучшения здоровья, повышения уровня физической подготовленности и профилактики заболеваний	Учебник Физическая культура 5-7кл. под ред. М.Я. Виленского П.3,6,7 Лях В.И. Физическая культура. Тестовый. Контроль. 5-9кл. пособие для учителей	Девочки «5»- 5,10 и меньше «4»- 5,11-7,10 «3»- 7,11 и больше Мальчики «5»- 4,30 и меньше «4»- 4,31-6,30 «3»- 6,31 и больше	Учебник Физическая культура 5-7кл. под ред. М.Я. Виленского	https://infourok.ru/temi-ka-ruzdka-v-dlinu-s-gazbeга-5051233.html	23.04.24				
61	Прыжок в длину с разбега	1	Специальные прыжковые упражнения. Многокопки. Перепрыгивания препятствий. Прыжок в длину с 7-9 шагов разбега.	Умение выполнять индивидуальные комплексы физических упражнений, использовать приобретенные знания в практической деятельности.	Учебник Физическая культура 5-7кл. под ред. М.Я. Виленского П.3,6,7 Лях В.И. Физическая культура. Тестовый. Контроль. 5-9кл. пособие для учителей	Учебник Физическая культура 5-7кл. под ред. М.Я. Виленского	Изучить https://resh.edu.ru/subject/lesson/3690/taip/77557/	26.04.24					
Спорт (2ч.)													
62	Прыжок в длину с места.	1	Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация прыжков	Умение оценивать собственное физическое состояние по простым тестам и результатам	Учебник Физическая культура 5-7кл. под ред. М.Я. Виленского П.6,7	https://www.vfsgksto.ru/	Выполнить комплекс упражнений №5	30.04.24					

			в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО. Подготовка к сдаче норм ГТО. Прыжок в длину с места на результат (см).	самоконтроль.	Лях В.И. Физическая культура. Тестовый. Контроль. 5-9кл. пособие для учителей					
63	Бег 60м	1	Подготовка к сдаче норм ГТО. Пробежать 60 м на результат (сек).	Владение знаниями о правилах регулирования физической нагрузки в условиях регулярны занятий физическими упражнениями.	Учебник Физическая культура 5-7кл. под ред. М.Я. Виленского П.6,7 Лях В.И. Физическая культура. Тестовый. Контроль. 5-9кл. пособие для учителей		https://www.sfo.spb/wfsc-gto	Правила поведения и техника безопасности на уроках футбола.	3.05.24	
Футбол (5)										
64	Привлечение поведения и техника безопасности на уроках футбола. Ведение мяча.	1	ТЬ на уроках футбола. Выполнять ведение мяча правой-левой. Выполнять передачи мяча после ведения. Выполнять остановку мяча подшовой, внутренней стороной стопы.	Приобретение знаний, необходимых для занятий физической культурой и спортом. Технически правильно выполнять двигательные действия	Учебник Физическая культура 5-7кл. под ред. М.Я. Виленского П.12,19		Учебник Физическая культура 5-7кл. под ред. М.Я.Виленского П.12,19	https://reshed.u-tu/subjecd/lesson/3656/esson/225456/	14.05.24	
65	Размеры площадки и ворот. Передачи мяча.	1	Выполнять передачи мяча в парах, тройках после ведения. У Выполнять удары мяча по воротам с места, после ведения, после передачи.	Развитие интереса и привычки к систематическим занятиям физической культурой и спортом. Технически правильно выполнять двигательные действия	Учебник Физическая культура 5-7кл. под ред. М.Я. Виленского П.12,19		Учебник Физическая культура 5-7кл. под ред. М.Я.Виленского П.12,19	https://vzsftu/velnika/udat-v-futbole/	17.05.24	
66	Удар по мячу.	1	Выполнять удары по мячу с места, после передачи, по катящемуся	Технически правильно выполнять двигательные действия	Учебник Физическая культура 5-7кл. под ред. М.Я. Виленского	Девочк и «5»-3	Учебник Физическая культура 5-	Выполнить комплекс №6	21.05.24	

