Муниципальное бюджетное образовательное учреждение «Называевская средняя общеобразовательная школа№1» Омской области»

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| РАССМОТРЕНО  На заседании МО  Протокол №11  От 29.08.2024г. |  | УТВЕРЖДЕНО  Директор МБОУ  «Называевская СОШ№1»  \_\_\_\_\_\_\_\_\_Шепелева Т.В.  Приказ №138 от 29.08.2024 г. | |
|  |  |  |
|  |  |  |
|  |  |  | |

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

по физической культуре

6 класс

Составитель: Колышкин Сергей Геннадьевич

учитель физической культуры

Называевск, 2024

**ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА**

**ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»**

При создании рабочей программы учитывались потребности современного российского общества в физически крепком и дееспособном подрастающем поколении, способном активно включаться в разнообразные формы здорового образа жизни, умеющем использовать ценности физической культуры для самоопределения, саморазвития и самоактуализации. В рабочей программе нашли свои отражения объективно сложившиеся реалии современного социокультурного развития российского общества, условия деятельности образовательных организаций, возросшие требования родителей, учителей и методистов к совершенствованию содержания школьного образования, внедрению новых методик и технологий в учебно-воспитательный процесс.

В своей социально-ценностной ориентации рабочая программа сохраняет исторически сложившееся предназначение дисциплины «Физическая культура» в качестве средства подготовки учащихся к предстоящей жизнедеятельности, укрепления их здоровья, повышения функциональных и   
адаптивных возможностей систем организма, развития жизненно важных физических качеств.

Программа обеспечивает преемственность с Примерной рабочей программой начального среднего общего образования, предусматривает возможность активной подготовки учащихся к выполнению нормативов «Президентских состязаний» и «Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО».

**ЦЕЛИ ИЗУЧЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»**

Общей целью школьного образования по физической культуре является формирование   
разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха. В рабочей программе для 6 класса данная цель конкретизируется и связывается с формированием устойчивых мотивов и потребностей школьников в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических, психических и   
нравственных качеств, творческом использовании ценностей физической культуры в организации здорового образа жизни, регулярных занятиях двигательной деятельностью и спортом.

Развивающая направленность рабочей программы определяется вектором развития физических качеств и функциональных возможностей организма занимающихся, являющихся основой   
укрепления их здоровья, повышения надёжности и активности адаптивных процессов. Существенным достижением данной ориентации является приобретение школьниками знаний и умений в   
организации самостоятельных форм занятий оздоровительной, спортивной и прикладно-  
ориентированной физической культурой, возможностью познания своих физических спосбностей и их целенаправленного развития.

Воспитывающее значение рабочей программы заключается в содействии активной социализации школьников на основе осмысления и понимания роли и значения мирового и российского олимпийского движения, приобщения к их культурным ценностям, истории и современному развитию. В число практических результатов данного направления входит формирование положительных навыков и умений в общении и взаимодействии со сверстниками и учителями физической культуры, организации совместной учебной и консультативной деятельности.

Центральной идеей конструирования учебного содержания и планируемых результатов образования в основной школе является воспитание целостной личности учащихся, обеспечение единства в развитии их физической, психической и социальной природы. Реализация этой идеи становится возможной на основе содержания учебной дисциплины «Физическая культура», которое

представляется двигательной деятельностью с её базовыми компонентами: информационным (знания о физической культуре), операциональным (способы самостоятельной деятельности) и мотивационно-процессуальным (физическое совершенствование).

В целях усиления мотивационной составляющей учебного предмета, придания ей личностно значимого смысла, содержание рабочей программы представляется системой модулей, которые входят структурными компонентами в раздел «Физическое совершенствование».

*Инвариантные модули* включают в себя содержание базовых видов спорта: гимнастика, лёгкая атлетика, зимние виды спорта (на примере лыжной подготовки[1]), спортивные игры, плавание.

Данные модули в своём предметном содержании ориентируются на всестороннюю физическую подготовленность учащихся, освоение ими технических действий и физических упражнений, содействующих обогащению двигательного опыта.

*Вариативные модули* объединены в рабочей программе модулем «Спорт», содержание которого разрабатывается образовательной организацией на основе Примерных модульных программ по физической культуре для общеобразовательных организаций, рекомендуемых Министерством просвещения Российской Федерации. Основной содержательной направленностью вариативных модулей является подготовка учащихся к выполнению нормативных требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО, активное вовлечение их в соревновательную деятельность.

Исходя из интересов учащихся, традиций конкретного региона или образовательной организации, модуль «Спорт» может разрабатываться учителями физической культуры на основе содержания базовой физической подготовки, национальных видов спорта, современных оздоровительных систем. В настоящей рабочей программе в помощь учителям физической культуры в рамках данного модуля, представлено примерное содержание «Базовой физической подготовки».

В программе предусмотрен раздел «Универсальные учебные действия», в котором раскрывается вклад предмета в формирование познавательных, коммуникативных и регулятивных действий, соответствующих возможностям и особенностям школьников данного возраста. Личностные достижения непосредственно связаны с конкретным содержанием учебного предмета и представлены по мере его раскрытия.

Содержание рабочей программы, раскрытие личностных и метапредметных результатов обеспечивает преемственность и перспективность в освоении областей знаний, которые отражают ведущие идеи учебных предметов основной школы и подчёркивают её значение для формирования готовности учащихся к дальнейшему образованию в системе среднего полного или среднего профессионального образования.

**МЕСТО УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ**

В 6 классе на изучение предмета отводится 3 часа в неделю, суммарно 102 часа.

Вариативные модули (не менее 1 часа в неделю) могут быть реализованы во внеурочной деятельности, в том числе в форме сетевого взаимодействия с организациями системы дополнительного образования детей.

При подготовке рабочей программы учитывались личностные и метапредметные результаты, зафиксированные в Федеральном государственном образовательном стандарте основного общего образования и в «Универсальном кодификаторе элементов содержания и требований к результатам освоения основной образовательной программы основного общего образования».

**СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА**

**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 подготовленность 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 физкультпауз, 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 «Лёгкая 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 толчком 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.

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.

**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 8 классе обучающийся научится:

проводить анализ основных направлений развития физической культуры в Российской Федерации, характеризовать содержание основных форм их организации;

анализировать понятие «всестороннее и гармоничное физическое развитие», раскрывать критерии и приводить примеры, устанавливать связь с наследственными факторами и занятиями физической культурой и спортом;

проводить занятия оздоровительной гимнастикой по коррекции индивидуальной формы осанки и избыточной массы тела;

составлять планы занятия спортивной тренировкой, определять их целевое содержание в соответствии с индивидуальными показателями развития основных физических качеств;

выполнять гимнастическую комбинацию на гимнастическом бревне из ранее освоенных упражнений с добавлением элементов акробатики и ритмической гимнастики (девушки);

выполнять комбинацию на параллельных брусьях с включением упражнений в упоре на руках, кувырка вперёд и соскока; наблюдать их выполнение другими учащимися и сравнивать с заданным образцом, анализировать ошибки и причины их появления, находить способы устранения (юноши);

выполнять прыжок в длину с разбега способом «прогнувшись», наблюдать и анализировать технические особенности в выполнении другими учащимися, выявлять ошибки и предлагать способы устранения;

выполнять тестовые задания комплекса ГТО в беговых и технических легкоатлетических дисциплинах в соответствии с установленными требованиями к их технике;

выполнять передвижение на лыжах одновременным бесшажным ходом; переход с попеременного двухшажного хода на одновременный бесшажный ход; преодоление естественных препятствий на лыжах широким шагом, перешагиванием, перелазанием (для бесснежных районов — имитация передвижения);

соблюдать правила безопасности в бассейне при выполнении плавательных упражнений; выполнять прыжки в воду со стартовой тумбы;

выполнять технические элементы плавания кролем на груди в согласовании с дыханием; демонстрировать и использовать технические действия спортивных игр:

баскетбол (передача мяча одной рукой снизу и от плеча; бросок в корзину двумя и одной рукой в прыжке; тактические действия в защите и нападении; использование разученных технических и тактических действий в условиях игровой деятельности);

волейбол (прямой нападающий удар и индивидуальное блокирование мяча в прыжке с места; тактические действия в защите и нападении; использование разученных технических и тактических действий в условиях игровой деятельности);

футбол (удары по неподвижному, катящемуся и летящему мячу с разбега внутренней и внешней частью подъёма стопы; тактические действия игроков в нападении и защите; использование разученных технических и тактических действий в условиях игровой деятельности);

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

**ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 6 КЛАСС**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Наименование разделов и тем программы** | **Количество часов** | | | **Электронные (цифровые) образовательные**  **ресурсы** |
| **Всего** | **Контрольные**  **работы** | **Практические**  **работы** |  |
| **Раздел 1.** | | | | | |
| 1.1. | Знания о физической  культуре | 2 |  | 2 | [www.edu.ru](http://www.edu.ru/) [www.school.edu.ru](http://www.school.edu.ru/) |
| **Раздел 2.** | | | | | |
| 2.1 | Способы самостоятельной  деятельности. | 2 |  | 2 | [www.edu.ru](http://www.edu.ru/) [www.school.edu.ru](http://www.school.edu.ru/) |
| **Физическое совершенствование.** | | | | | |
| **Раздел 1** | | | | | |
| 1.1. | Физкультурно-  оздоровительная деятельность. | В  процессе урока |  |  | [www.edu.ru](http://www.edu.ru/) [www.school.edu.ru](http://www.school.edu.ru/) |
| **Раздел 2** | | | | | |
| 2.1. | Модуль «Гимнастика». | 12 |  | 12 | [www.edu.ru](http://www.edu.ru/)  [www.school.edu.ru](http://www.school.edu.ru/) |
| 2.2. | Модуль «Лёгкая  атлетика». | 16 |  | 16 | [www.edu.ru](http://www.edu.ru/) [www.school.edu.ru](http://www.school.edu.ru/) |
| 2.3. | Модуль «Спортивные  игры». | 24 |  | 24 | [www.edu.ru](http://www.edu.ru/) [www.school.edu.ru](http://www.school.edu.ru/) |
| Баскетбол. | 8 |  | 8 | [www.edu.ru](http://www.edu.ru/)  [www.school.edu.ru](http://www.school.edu.ru/) |
| Волейбол. | 8 |  | 8 | [www.edu.ru](http://www.edu.ru/)  [www.school.edu.ru](http://www.school.edu.ru/) |
| Футбол. | 8 |  | 8 | [www.edu.ru](http://www.edu.ru/)  [www.school.edu.ru](http://www.school.edu.ru/) |
| **Раздел 3** | | | | | |
| 3.1. | Модуль «Спорт». Подготовка к выполнению нормативов  комплекса ГТО | 12 |  | 12 | <https://www.gto.ru/norms>  [ВФСК ГТО (gto.ru)](https://www.gto.ru/#gto-method) |
| ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО  ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ | | 68 | 0 | 68 |  |

**ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 6 КЛАСС**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Тема урока** | **Количество часов** | | | **Дата изучения** | **Электронн ые цифровые образовател ьные ресурсы** |
| **Всего** | **Контро льные работы** | **Практи ческие работы** |
| 1 | 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. | 1 |  | 1 |  | [www.edu.ru](http://www.edu.ru/) [www.school.e](http://www.school.edu.ru/) [du.ru](http://www.school.edu.ru/) |
| 2 | Легкая атлетика. Техника безопасности.  Бег на короткие дистанции. Старт с опорой на одну руку и последующим ускорением; спринтерский и гладкий равномерный бег по учебной дистанции. Народные игры (лапта). «Ведение дневника физической культуры». | 1 |  | 1 |  | [www.edu.ru](http://www.edu.ru/) [www.school.e](http://www.school.edu.ru/) [du.ru](http://www.school.edu.ru/) |
| 3 | ТБ. Старт с опорой на одну руку и последующим ускорением; спринтерский и гладкий равномерный бег по учебной дистанции.  Народные игры (лапта).  «Ведение дневника физической культуры». | 1 |  | 1 |  | [www.edu.ru](http://www.edu.ru/) [www.school.e](http://www.school.edu.ru/) [du.ru](http://www.school.edu.ru/) |
| 4 | ТБ. Беговые упражнения, ранее разученные беговые упражнения.  Физическая подготовка и её влияние на развитие систем  организма, связь с | 1 |  | 1 |  | [www.edu.ru](http://www.edu.ru/) [www.school.e](http://www.school.edu.ru/) [du.ru](http://www.school.edu.ru/) |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | укреплением здоровья; физическая подготовленность как результат физической  подготовки. Подвижные игры. |  |  |  |  |  |
| 5 | ТБ. Беговые упражнения, ранее разученные беговые упражнения.  Физическая подготовка и её влияние на развитие систем организма, связь с укреплением здоровья; физическая подготовленность как результат физической  подготовки. Подвижные игры. | 1 |  | 1 |  | [www.edu.ru](http://www.edu.ru/) [www.school.e](http://www.school.edu.ru/) [du.ru](http://www.school.edu.ru/) |
| 6 | ТБ. Прыжковые упражнения в длину.  Бег с равномерной скоростью на длинные дистанции.  Правила техники безопасности и гигиены мест занятий физическими упражнениями.  Подвижные игры. | 1 |  | 1 |  | [www.edu.ru](http://www.edu.ru/) [www.school.e](http://www.school.edu.ru/) [du.ru](http://www.school.edu.ru/) |
| 7 | ТБ. Прыжковые упражнения в длину.  Бег с равномерной скоростью на длинные дистанции.  Правила техники безопасности и гигиены мест занятий физическими упражнениями.  Подвижные игры. | 1 |  | 1 |  | [www.edu.ru](http://www.edu.ru/) [www.school.e](http://www.school.edu.ru/) [du.ru](http://www.school.edu.ru/) |
| 8 | ТБ. Прыжки в длину с места толчком двумя ногами.  Оздоровительные комплексы: упражнения для коррекции телосложения с использованием дополнительных отягощений.  Подвижные игры. | 1 |  | 1 |  | [www.edu.ru](http://www.edu.ru/) [www.school.e](http://www.school.edu.ru/) [du.ru](http://www.school.edu.ru/) |
| 9 | ТБ. Прыжки в длину с места толчком двумя ногами. | 1 |  | 1 |  | [www.edu.ru](http://www.edu.ru/) [www.school.e](http://www.school.edu.ru/) |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Оздоровительные комплексы: упражнения для коррекции телосложения с использованием дополнительных отягощений.  Подвижные игры. |  |  |  |  | [du.ru](http://www.school.edu.ru/) |
| 10 | ТБ. Прыжковые упражнения: ранее разученные прыжковые упражнения в высоту напрыгивание и спрыгивание.  Оздоровительные комплексы: упражнения для профилактики нарушения зрения во время учебных занятий и работы за  компьютером. | 1 |  | 1 |  | [www.edu.ru](http://www.edu.ru/) [www.school.e](http://www.school.edu.ru/) [du.ru](http://www.school.edu.ru/) |
| 11 | ТБ. Прыжковые упражнения: ранее разученные прыжковые упражнения в высоту напрыгивание и спрыгивание.  Оздоровительные комплексы: упражнения для профилактики нарушения зрения во время учебных  занятий и работы за компьютером. | 1 |  | 1 |  | [www.edu.ru](http://www.edu.ru/) [www.school.e](http://www.school.edu.ru/) [du.ru](http://www.school.edu.ru/) |
| 12 | ТБ. Прыжок в высоту с разбега способом  «перешагивание» Оздоровительные комплексы: упражнения для физкультпауз, направленных на поддержание оптимальной работоспособности мышц опорно-двигательного аппарата в режиме учебной деятельности. Подвижные  игры. | 1 |  | 1 |  | [www.edu.ru](http://www.edu.ru/) [www.school.e](http://www.school.edu.ru/) [du.ru](http://www.school.edu.ru/) |
| 13 | ТБ. Прыжок в высоту с разбега способом  «перешагивание» Оздоровительные комплексы:  упражнения для физкультпауз, направленных | 1 |  | 1 |  | [www.edu.ru](http://www.edu.ru/) [www.school.e](http://www.school.edu.ru/) [du.ru](http://www.school.edu.ru/) |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | на поддержание оптимальной работоспособности мышц опорно-двигательного аппарата в режиме учебной деятельности. Подвижные  игры. |  |  |  |  |  |
| 14 | Метание малого (теннисного) мяча в подвижную (раскачивающуюся) мишень. ТБ. «Организация и проведение самостоятельных занятий».  Подвижные игры. | 1 |  | 1 |  | [www.edu.ru](http://www.edu.ru/) [www.school.e](http://www.school.edu.ru/) [du.ru](http://www.school.edu.ru/) |
| 15 | Метание малого (теннисного) мяча в подвижную (раскачивающуюся) мишень. ТБ. «Организация и проведение самостоятельных  занятий». Подвижные игры. | 1 |  | 1 |  | [www.edu.ru](http://www.edu.ru/) [www.school.e](http://www.school.edu.ru/) [du.ru](http://www.school.edu.ru/) |
| 16 | Метание малого (теннисного) мяча в подвижную  (раскачивающуюся) мишень. Подвижные игры. | 1 |  | 1 |  | [www.edu.ru](http://www.edu.ru/) [www.school.e](http://www.school.edu.ru/) [du.ru](http://www.school.edu.ru/) |
| 17 | Метание малого (теннисного) мяча в подвижную  (раскачивающуюся) мишень. Подвижные игры. | 1 |  | 1 |  | [www.edu.ru](http://www.edu.ru/) [www.school.e](http://www.school.edu.ru/) [du.ru](http://www.school.edu.ru/) |
| 18 | ТБ. Правила и способы самостоятельного развития физических качеств. Способы определения индивидуальной физической нагрузки. ОРУ. Подвижная игра.  «Упражнения для оптимизации  работоспособности мышц в режиме учебного дня» | 1 |  | 1 |  | [www.edu.ru](http://www.edu.ru/) [www.school.e](http://www.school.edu.ru/) [du.ru](http://www.school.edu.ru/) |
| 19 | ТБ. Акробатическая комбинация. «Упражнения на развитие гибкости».  Подвижные игры. | 1 |  | 1 |  | [www.edu.ru](http://www.edu.ru/) [www.school.e](http://www.school.edu.ru/) [du.ru](http://www.school.edu.ru/) |
| 20 | ТБ. Акробатическая комбинация. | 1 |  | 1 |  | [www.edu.ru](http://www.edu.ru/)  [www.school.e](http://www.school.edu.ru/) [du.ru](http://www.school.edu.ru/) |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | «Упражнения на развитие гибкости». Подвижные игры. |  |  |  |  |  |
| 21 | Акробатическая комбинация.  «Упражнения на развитие гибкости». Подвижные игры. | 1 |  | 1 |  | [www.edu.ru](http://www.edu.ru/) [www.school.e](http://www.school.edu.ru/) [du.ru](http://www.school.edu.ru/) |
| 22 | Комбинация из стилизованных общеразвивающих упражнений и сложно- координированных упражнений ритмической  гимнастики | 1 |  | 1 |  | [www.edu.ru](http://www.edu.ru/) [www.school.e](http://www.school.edu.ru/) [du.ru](http://www.school.edu.ru/) |
| 23 | ТБ. Комбинация из стилизованных общеразвивающих упражнений и сложно- координированных упражнений ритмической  гимнастики. Подвижные игры. | 1 |  | 1 |  | [www.edu.ru](http://www.edu.ru/) [www.school.e](http://www.school.edu.ru/) [du.ru](http://www.school.edu.ru/) |
| 24 | ТБ. Комбинация из стилизованных общеразвивающих упражнений и сложно- координированных упражнений ритмической  гимнастики. Подвижные игры. | 1 |  | 1 |  | [www.edu.ru](http://www.edu.ru/) [www.school.e](http://www.school.edu.ru/) [du.ru](http://www.school.edu.ru/) |
| 25 | ТБ. Опорные прыжки Подвижные игры.  Правила самостоятельного закаливания организма с помощью воздушных и  солнечных ванн, купания в естественных водоёмах. | 1 |  | 1 |  | [www.edu.ru](http://www.edu.ru/) [www.school.e](http://www.school.edu.ru/) [du.ru](http://www.school.edu.ru/) |
| 26 | ТБ. «Гимнастическая комбинация на низком гимнастическом бревне». Подвижные игры.  «Упражнения на развитие координации». | 1 |  | 1 |  | [www.edu.ru](http://www.edu.ru/) [www.school.e](http://www.school.edu.ru/) [du.ru](http://www.school.edu.ru/) |
| 27 | ТБ. «Гимнастическая комбинация на низком | 1 |  | 1 |  | [www.edu.ru](http://www.edu.ru/)  [www.school.e](http://www.school.edu.ru/) [du.ru](http://www.school.edu.ru/) |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | гимнастическом бревне». Подвижные игры.  «Упражнения на развитие координации». |  |  |  |  |  |
| 28 | ТБ. «Лазанье и перелезание на гимнастической стенке». Упражнения на невысокой  гимнастической перекладине Подвижные игры. | 1 |  | 1 |  | [www.edu.ru](http://www.edu.ru/) [www.school.e](http://www.school.edu.ru/) [du.ru](http://www.school.edu.ru/) |
| 29 | ТБ. «Лазанье и перелезание на гимнастической стенке». Упражнения на невысокой  гимнастической перекладине Подвижные игры. | 1 |  | 1 |  | [www.edu.ru](http://www.edu.ru/) [www.school.e](http://www.school.edu.ru/) [du.ru](http://www.school.edu.ru/) |
| 30 | ТБ. Лазанье по канату. Подвижные игры. | 1 |  | 1 |  | [www.edu.ru](http://www.edu.ru/) [www.school.e](http://www.school.edu.ru/) [du.ru](http://www.school.edu.ru/) |
| 31 | 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. | 1 |  | 1 |  | [www.edu.ru](http://www.edu.ru/) [www.school.e](http://www.school.edu.ru/) [du.ru](http://www.school.edu.ru/) |
| 32 | ТБ. Технические действия игрока без мяча: передвижение в стойке баскетболиста.  Правила игры и игровая деятельность.  Подвижные игры. | 1 |  | 1 |  | [www.edu.ru](http://www.edu.ru/) [www.school.e](http://www.school.edu.ru/) [du.ru](http://www.school.edu.ru/) |
| 33 | ТБ. Технические действия игрока без мяча: передвижение в стойке баскетболиста.  Правила игры и игровая деятельность.  Подвижные игры. | 1 |  | 1 |  | [www.edu.ru](http://www.edu.ru/) [www.school.e](http://www.school.edu.ru/) [du.ru](http://www.school.edu.ru/) |
| 34 | ТБ. Технические действия игрока без мяча: прыжки | 1 |  | 1 |  | [www.edu.ru](http://www.edu.ru/) [www.school.e](http://www.school.edu.ru/)  [du.ru](http://www.school.edu.ru/) |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | вверх толчком одной ногой и приземлением на другую ногу; остановка двумя шагами и прыжком.  Подвижные игры с элементами баскетбола. |  |  |  |  |  |
| 35 | ТБ. Технические действия игрока без мяча: прыжки вверх толчком одной ногой и приземлением на другую ногу; остановка двумя шагами и прыжком.  Подвижные игры с элементами баскетбола. | 1 |  | 1 |  | [www.edu.ru](http://www.edu.ru/) [www.school.e](http://www.school.edu.ru/) [du.ru](http://www.school.edu.ru/) |
| 36 | ТБ. Упражнения с мячом: ранее разученные упражнения в ведении мяча в разных направлениях и по разной траектории, на передачу и броски мяча в корзину. Подвижные игры с элементами баскетбола. | 1 |  | 1 |  | [www.edu.ru](http://www.edu.ru/) [www.school.e](http://www.school.edu.ru/) [du.ru](http://www.school.edu.ru/) |
| 37 | ТБ. Упражнения с мячом: ранее разученные упражнения в ведении мяча в разных направлениях и по разной траектории, на передачу и броски мяча в  корзину. Подвижные игры с элементами баскетбола. | 1 |  | 1 |  | [www.edu.ru](http://www.edu.ru/) [www.school.e](http://www.school.edu.ru/) [du.ru](http://www.school.edu.ru/) |
| 38 | ТБ. Правила игры и игровая деятельность по правилам с использованием разученных технических приёмов.  Подвижные игры с элементами баскетбола. | 1 |  | 1 |  | [www.edu.ru](http://www.edu.ru/) [www.school.e](http://www.school.edu.ru/) [du.ru](http://www.school.edu.ru/) |
| 39 | ТБ. Правила игры и игровая деятельность по правилам с использованием разученных технических приёмов.  Подвижные игры с элементами баскетбола. | 1 |  | 1 |  | [www.edu.ru](http://www.edu.ru/) [www.school.e](http://www.school.edu.ru/) [du.ru](http://www.school.edu.ru/) |
| 40 | ТБ. Приём и передача мяча | 1 |  | 1 |  | [www.edu.ru](http://www.edu.ru/) |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | двумя руками снизу, сверху. Правила игры и игровая  деятельность. Спортивная игра. |  |  |  |  | [www.school.e](http://www.school.edu.ru/) [du.ru](http://www.school.edu.ru/) |
| 41 | ТБ. Приём и передача мяча двумя руками снизу, сверху. Правила игры и игровая  деятельность. Спортивная игра. | 1 |  | 1 |  | [www.edu.ru](http://www.edu.ru/) [www.school.e](http://www.school.edu.ru/) [du.ru](http://www.school.edu.ru/) |
| 42 | ТБ. Приём и передача мяча двумя руками снизу в разные зоны площадки команды  соперника. Спортивная игра. | 1 |  | 1 |  | [www.edu.ru](http://www.edu.ru/) [www.school.e](http://www.school.edu.ru/) [du.ru](http://www.school.edu.ru/) |
| 43 | ТБ. Приём и передача мяча двумя руками снизу в разные  зоны площадки команды соперника. Спортивная игра. | 1 |  | 1 |  | [www.edu.ru](http://www.edu.ru/) [www.school.e](http://www.school.edu.ru/) [du.ru](http://www.school.edu.ru/) |
| 44 | ТБ. «Прямая нижняя подача мяча в волейболе».  Спортивная игра. | 1 |  | 1 |  | [www.edu.ru](http://www.edu.ru/) [www.school.e](http://www.school.edu.ru/) [du.ru](http://www.school.edu.ru/) |
| 45 | ТБ. «Прямая нижняя подача мяча в волейболе».  Спортивная игра. | 1 |  | 1 |  | [www.edu.ru](http://www.edu.ru/) [www.school.e](http://www.school.edu.ru/) [du.ru](http://www.school.edu.ru/) |
| 46 | ТБ. Совершенствование ранее разученные технические действия с мячом. Правила игры и игровая деятельность по правилам с использованием разученных технических приёмов в подаче мяча, его приёме и  передаче двумя руками снизу и сверху. Спортивная игра. | 1 |  | 1 |  | [www.edu.ru](http://www.edu.ru/) [www.school.e](http://www.school.edu.ru/) [du.ru](http://www.school.edu.ru/) |
| 47 | ТБ. Совершенствование ранее разученные технические действия с мячом. Правила игры и игровая деятельность по правилам с использованием разученных технических приёмов в подаче мяча, его приёме и  передаче двумя руками снизу и сверху. Спортивная игра. | 1 |  | 1 |  | [www.edu.ru](http://www.edu.ru/) [www.school.e](http://www.school.edu.ru/) [du.ru](http://www.school.edu.ru/) |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 48 | ТБ. Удары по катящемуся мячу с разбега.  Спортивная игра. | 1 |  | 1 |  | [www.edu.ru](http://www.edu.ru/) [www.school.e](http://www.school.edu.ru/) [du.ru](http://www.school.edu.ru/) |
| 49 | ТБ. Остановка и передача мяча. Спортивная игра. | 1 |  | 1 |  | [www.edu.ru](http://www.edu.ru/) [www.school.e](http://www.school.edu.ru/) [du.ru](http://www.school.edu.ru/) |
| 50 | ТБ. «Ведение и обводка мяча». Спортивная игра. | 1 |  | 1 |  | [www.edu.ru](http://www.edu.ru/) [www.school.e](http://www.school.edu.ru/) [du.ru](http://www.school.edu.ru/) |
| 51 | ТБ. «Ведение и обводка мяча». Спортивная игра. | 1 |  | 1 |  | [www.edu.ru](http://www.edu.ru/)  [www.school.e](http://www.school.edu.ru/) [du.ru](http://www.school.edu.ru/) |
| 52 | ТБ. Совершенствование ранее разученные технические действия с мячом. Правила игры и игровая деятельность по правилам с использованием разученных технических приёмов.  Спортивная игра. | 1 |  | 1 |  | [www.edu.ru](http://www.edu.ru/) [www.school.e](http://www.school.edu.ru/) [du.ru](http://www.school.edu.ru/) |
| 53 | ТБ. Совершенствование ранее разученные технические действия с мячом. Правила игры и игровая деятельность по правилам с использованием разученных технических приёмов.  Спортивная игра. | 1 |  | 1 |  | [www.edu.ru](http://www.edu.ru/) [www.school.e](http://www.school.edu.ru/) [du.ru](http://www.school.edu.ru/) |
| 54 | ТБ. Совершенствование ранее разученные технические действия с мячом. Правила игры и игровая деятельность по правилам с использованием разученных технических приёмов.  Спортивная игра. | 1 |  | 1 |  | [www.edu.ru](http://www.edu.ru/) [www.school.e](http://www.school.edu.ru/) [du.ru](http://www.school.edu.ru/) |
| 55 | ТБ. Совершенствование ранее разученные технические действия с мячом. Правила игры и игровая деятельность по правилам с использованием разученных технических приёмов.  Спортивная игра. | 1 |  | 1 |  | [https://www.gt](https://www.gto.ru/#gto-method) [o.ru/#gto-](https://www.gto.ru/#gto-method) [method](https://www.gto.ru/#gto-method) |
| 56 | Техника безопасности. | 1 |  | 1 |  | [https://www.gt](https://www.gto.ru/#gto-method) |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Подвижные и спортивные игры.  Правила техники выполнения тестовых заданий и способы регистрации их результатов. Правила и способы составления плана  самостоятельных занятий физической подготовкой. |  |  |  |  | [o.ru/#gto-](https://www.gto.ru/#gto-method) [method](https://www.gto.ru/#gto-method) |
| 57 | Правила техники безопасности на уроках. ТБ. Комплекс ГТО  «Физическая подготовка». Укрепление здоровья через ВФСК ГТО Правила выполнения спортивных нормативов 4 ступени.  Развитие скоростных способностей. | 1 |  | 1 |  | [https://www.gt](https://www.gto.ru/#gto-method) [o.ru/#gto-](https://www.gto.ru/#gto-method) [method](https://www.gto.ru/#gto-method) |
| 58 | ТБ. ГТО. Бег 30 м, 60 м.  Эстафеты, подвижные и  спортивные игры. Развитие гибкости. | 1 |  | 1 |  | [https://www.gt](https://www.gto.ru/#gto-method) [o.ru/#gto-](https://www.gto.ru/#gto-method) [method](https://www.gto.ru/#gto-method) |
| 59 | ТБ. ГТО. Бег 1500 м, 2000 м.  Эстафеты, подвижные и спортивные игры. Развитие  гибкости, скоростных способностей. | 1 |  | 1 |  | [https://www.gt](https://www.gto.ru/#gto-method) [o.ru/#gto-](https://www.gto.ru/#gto-method) [method](https://www.gto.ru/#gto-method) |
| 60 | ТБ. ГТО. Подтягивание из виса на высокой и низкой (девочки) перекладине.  Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу.  Эстафеты, подвижные и спортивные игры. Развитие скоростных способностей. | 1 |  | 1 |  | [https://www.gt](https://www.gto.ru/#gto-method) [o.ru/#gto-](https://www.gto.ru/#gto-method) [method](https://www.gto.ru/#gto-method) |
| 61 | ТБ. Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу или на гимнастической скамье.  Эстафеты, подвижные и  спортивные игры. Развитие силовых способностей. | 1 |  | 1 |  | [https://www.gt](https://www.gto.ru/#gto-method) [o.ru/#gto-](https://www.gto.ru/#gto-method) [method](https://www.gto.ru/#gto-method) |
| 62 | ТБ. ГТО. Прыжок в длину с | 1 |  | 1 |  | [https://www.gt](https://www.gto.ru/#gto-method) |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | места толчком двумя ногами. Эстафеты. |  |  |  |  | [o.ru/#gto-](https://www.gto.ru/#gto-method) [method](https://www.gto.ru/#gto-method) |
| 63 | ТБ. ГТО. Прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги». Эстафеты, подвижные и спортивные игры.  Развитие координации  движений. Развитие скоростных способностей. | 1 |  | 1 |  | [https://www.gt](https://www.gto.ru/#gto-method) [o.ru/#gto-](https://www.gto.ru/#gto-method) [method](https://www.gto.ru/#gto-method) |
| 64 | ТБ. Челночный бег 3х10м. Эстафеты, подвижные и спортивные игры. Развитие  силовых способностей. | 1 |  | 1 |  | [https://www.gt](https://www.gto.ru/#gto-method) [o.ru/#gto-](https://www.gto.ru/#gto-method) [method](https://www.gto.ru/#gto-method) |
| 65 | ТБ. Метание теннисного мяча весом 150гр. Метание теннисного мяча в цель.  Эстафеты, подвижные и спортивные игры.  Развитие выносливости. | 1 |  | 1 |  | [https://www.gt](https://www.gto.ru/#gto-method) [o.ru/#gto-](https://www.gto.ru/#gto-method) [method](https://www.gto.ru/#gto-method) |
| 66 | Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Поднимание туловища из положения лежа на спине. Развитие выносливости.  Подвижные игры | 1 |  | 1 |  | [https://www.gt](https://www.gto.ru/#gto-method) [o.ru/#gto-](https://www.gto.ru/#gto-method) [method](https://www.gto.ru/#gto-method) |
| 67 | «Праздник ГТО». Соревнования со сдачей норм ГТО, с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов)  4 ступени ГТО | 1 |  | 1 |  | [https://www.gt](https://www.gto.ru/#gto-method) [o.ru/#gto-](https://www.gto.ru/#gto-method) [method](https://www.gto.ru/#gto-method) |
| 68 | «Праздник ГТО». Соревнования со сдачей норм ГТО, с соблюдением правил и техники выполнения  испытаний (тестов) 4 ступени ГТО | 1 |  | 1 |  | [https://www.gt](https://www.gto.ru/#gto-method) [o.ru/#gto-](https://www.gto.ru/#gto-method) [method](https://www.gto.ru/#gto-method) |
| ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ | | 68 |  | 68 |  |  |

**УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА**

**ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА**

Физическая культура. Футбол для всех, 5-9 класс/Погадаев Г.И.; под редакцией Акинфеева И., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»;   
Физическая культура, 6-7 класс/Матвеев А.П., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»; Физическая культура, 5-7 класс/ Петрова Т.В., Копылов Ю.А., Полянская Н.В. и другие, Общество с ограниченной ответственностью «Издательский центр ВЕНТАНА-ГРАФ»; Акционерное общество«Издательство Просвещение»;   
Физическая культура, 5-6 класс/Погадаев Г.И., ООО «ДРОФА»; АО «Издательство Просвещение»; Физическая культура, 5-7 класс/Гурьев С.В.; под редакцией Виленского М.Я., ООО «Русское слово-учебник»;   
Физическая культура. Шахматы в школе, 6 класс/Прудникова Е.А., Волкова Е.И., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»;   
Физическая культура. 5-7 класс/Виленский М.Я., Туревский И.М., Торочкова Т.Ю. и другие; под редакцией Виленского М.Я., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»;   
Введите свой вариант:

**МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ**

В. И. Лях, А. А. Зданевич. Физическая культура. Методическое пособие. 1—11 классы.

В. И. Лях. Физическая культура. Тестовый контроль. 5—9 классы (серия «Текущий контроль»).

Г. А. Колодницкий, В. С. Кузнецов, М. В. Маслов. Внеурочная деятельность учащихся. Лёгкая атлетика (серия «Работаем по новым стандартам»).

Г. А. Колодницкий, В. С. Кузнецов, М. В. Маслов. Внеурочная деятельность учащихся. Футбол (серия «Работаем по новым стандартам»).

Г. А. Колодницкий, В. С. Кузнецов, М. В. Маслов. Внеурочная деятельность учащихся. Волейбол (серия «Работаем по новым стандартам»)

**ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ**

1.Единая Коллекция цифровых образовательных ресурсов для учреждений общего и начального профессионального образования.

http://school-collection.edu.ru/catalog/teacher/?&subject[]=38 http://www.fizkulturavshkole.ru/   
http://fizkultura-na5.ru/   
https://resh.edu.ru/subject/9/   
https://normativov.net/normy-gto/?

**МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА**

**УЧЕБНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ**

Козел гимнастический, фишки , Скамейка гимнастическая жесткая (длиной 3 м), Комплект навесного оборудования (перекладина, тренировочные баскетбольные щиты), Мячи: набивные весом 1,2,3 кг, малый мяч(мягкий), баскетбольные, волейбольные. Скакалка детская. Мат гимнастический. Гимнастический подкидной мостик. Кегли. Обруч.

Щит баскетбольный тренировочный. Сетка для переноски и хранения мячей.

**ОБОРУДОВАНИЕ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРАКТИЧЕСКИХ РАБОТ**

Таблицы по стандартам физического развития и физической подготовленности. Плакаты методические