

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа с углубленным
изучением иностранных языков № 4» г.Курчатова.

УТВЕРЖДАЮ
Директор Муниципального бюджетного
общеобразовательного учреждения «Средняя
общеобразовательная школа с углубленным
изучением иностранных языков № 4»
г.Курчатова
Приказ № 258
от «29» августа 2023г.
Буровникова Т.М.

Рабочая программа

по учебному предмету «Физическая культура»
5-9 класс

Уровень образования _____ **ООО** _____

Общее количество часов _____ **340** _____

Рабочая программа разработана: МО учителей эстетического цикла и
физической культуры

г. Курчатов
2023г.

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА.

Программа по физической культуре на уровне основного общего образования составлена на основе требований к результатам освоения основной образовательной программы основного общего образования ФГОС ООО, а также на основе характеристики планируемых результатов духовно-нравственного развития, воспитания и социализации обучающихся, представленной в федеральной программе воспитания.

Общая характеристика учебного предмета «Физическая культура». Программа по физической культуре для 5–9 классов общеобразовательных организаций представляет собой методически оформленную конкретизацию требований ФГОС ООО и раскрывает их реализацию через конкретное предметное содержание.

При создании 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 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 программа по физической культуре сохраняет исторически сложившееся предназначение учебного предмета в качестве средства подготовки обучающихся к предстоящей жизнедеятельности, укрепления их здоровья, повышения функциональных и адаптивных возможностей систем организма, развития жизненно важных физических качеств. Программа обеспечивает преемственность с рабочей программой начального общего и среднего общего образования, предусматривает возможность активной подготовки обучающихся к выполнению нормативов «Президентских состязаний» и «Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО».

Цели и задачи 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 программе для 5–9 классов данная цель конкретизируется и связывается с формированием устойчивых мотивов и потребностей обучающихся 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 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 обучающимися знаний и умений в организации самостоятельных форм занятий оздоровительной, спортивной и прикладно-ориентированной физической культурой, возможностью познания своих физических способностей и их целенаправленного развития.

Воспитывающее значение программы заключается в содействии активной социализации обучающихся 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.

Место учебного предмета «Физическая культура» в учебном плане.

Общее число часов, рекомендованных для изучения физической культуры на уровне основного общего образования, – 340 часов: в 5 классе – 68 часов (2 часа в неделю), в 6 классе – 68 часов (2 часа в неделю), в 7 классе – 68 часов (2 часа в неделю), в 8 классе – 68 часов (2 часа в неделю), в 9 классе – 68 часов (2 часа в неделю).

II. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА, УЧЕБНОГО КУРСА (В ТОМ ЧИСЛЕ ВНЕУРОЧНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ), УЧЕБНОГО МОДУЛЯ.

Содержание программы по физической культуре изложено по годам обучения, где для каждого класса предусмотрен раздел «Универсальные учебные действия», в котором раскрывается вклад предмета в формирование познавательных, коммуникативных и регулятивных действий, соответствующих возможностям и особенностям обучающихся данного возраста. Личностные достижения непосредственно связаны с конкретным содержанием учебного предмета и представлены по мере его раскрытия.

Содержание обучения в 5 классе.

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

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

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

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

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

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

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

Составление дневника физической культуры.

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

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

Модуль «Гимнастика». Кувырки вперёд и назад в группировке; кувырки вперёд ноги «скрестно»; кувырки назад из стойки на лопатках (мальчики). Опорные прыжки через

гимнастического козла ноги врозь (мальчики); опорные прыжки на гимнастического козла с последующим спрыгиванием (девочки).

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

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

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

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

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

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

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

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

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

Содержание обучения в 6 классе.

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 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 приеме 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.

Содержание обучения в 7 классе.

Знания о физической культуре. Зарождение олимпийского движения в дореволюционной России; роль А.Д. Бутовского в развитии отечественной системы физического воспитания и спорта. Олимпийское движение в СССР и современной России; характеристика основных этапов развития. Выдающиеся советские и российские олимпийцы.

Влияние занятий физической культурой и спортом на воспитание положительных качеств личности современного человека.

Способы самостоятельной деятельности. Правила техники безопасности и гигиены мест занятий в процессе выполнения физических упражнений на открытых площадках. Ведение дневника по физической культуре.

Техническая подготовка и её значение для человека; основные правила технической подготовки. Двигательные действия как основа технической подготовки; понятие двигательного умения и двигательного навыка. Способы оценивания техники двигательных действий и организация процедуры оценивания. Ошибки при разучивании техники выполнения двигательных действий, причины и способы их предупреждения при самостоятельных занятиях технической подготовкой.

Планирование самостоятельных занятий технической подготовкой на учебный год и учебную четверть. Составление плана учебного занятия по самостоятельной технической подготовке. Способы оценивания оздоровительного эффекта занятий физической культурой с помощью «индекса Кетле», «ортостатической пробы», «функциональной пробы со стандартной нагрузкой».

Физическое совершенствование. Физкультурно-оздоровительная деятельность. Оздоровительные комплексы для самостоятельных занятий с добавлением ранее разученных упражнений: для профилактики нарушения осанки; дыхательной и зрительной гимнастики в режиме учебного дня.

Спортивно-оздоровительная деятельность. Модуль «Гимнастика». Акробатические комбинации из ранее разученных упражнений с добавлением упражнений ритмической гимнастики (девочки). Простейшие акробатические пирамиды в парах и тройках (девочки). Стойка на голове с опорой на руки; акробатическая комбинация из разученных упражнений в равновесии, стойках, кувырках (мальчики).

Комплекс упражнений степ-аэробики, включающий упражнения в ходьбе, прыжках, спрыгивании и запрыгивании с поворотами разведением рук и ног, выполняемых в среднем и высоком темпе (девочки).

Комбинация на гимнастическом бревне из ранее разученных упражнений с добавлением упражнений на статическое и динамическое равновесие (девочки). Комбинация на низкой гимнастической перекладине из ранее разученных упражнений в висах, упорах, переворотах (мальчики). Лазанье по канату в два приёма (мальчики).

Модуль «Лёгкая атлетика». Бег с преодолением препятствий способами «наступление» и «прыжковый бег»; эстафетный бег. Ранее освоенные беговые упражнения с увеличением скорости передвижения и продолжительности выполнения; прыжки с разбега в длину способом «согнув ноги» и в высоту способом «перешагивание».

Метание малого (теннисного) мяча по движущейся (катящейся) с разной скоростью мишени.

Модуль «Зимние виды спорта». Торможение и поворот на лыжах упором при спуске с пологого склона; переход с передвижения попеременным двухшажным ходом на передвижение одновременным одношажным ходом и обратно во время прохождения учебной дистанции; спуски и подъёмы ранее освоенными способами.

Модуль «Спортивные игры». Баскетбол. Передача и ловля мяча после отскока от пола; бросок в корзину двумя руками снизу и от груди после ведения. Игровая деятельность по правилам с использованием ранее разученных технических приёмов без мяча и с мячом: ведение, приёмы и передачи, броски в корзину.

Волейбол. Верхняя прямая подача мяча в разные зоны площадки соперника; передача мяча через сетку двумя руками сверху и перевод мяча за голову. Игровая деятельность по правилам с использованием ранее разученных технических приёмов.

Футбол. Средние и длинные передачи мяча по прямой и диагонали; тактические действия при выполнении углового удара и вбрасывании мяча из-за боковой линии. Игровая деятельность по правилам с использованием ранее разученных технических приёмов.

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.

Содержание обучения в 8 классе.

Знания о физической культуре. Физическая культура в современном обществе: характеристика основных направлений и форм организации. Всестороннее и гармоничное физическое развитие. Адаптивная физическая культура, её история и социальная значимость.

Способы самостоятельной деятельности. Коррекция осанки и разработка индивидуальных планов занятий корригирующей гимнастикой. Коррекция избыточной массы тела и разработка индивидуальных планов занятий корригирующей гимнастикой.

Составление планов-конспектов для самостоятельных занятий спортивной подготовкой. Способы учёта индивидуальных особенностей при составлении планов самостоятельных тренировочных занятий.

Физическое совершенствование. Физкультурно-оздоровительная деятельность. Профилактика перенапряжения систем организма средствами оздоровительной физической культуры: упражнения мышечной релаксации и регулирования вегетативной нервной системы, профилактики общего и зрительного утомления.

Спортивно-оздоровительная деятельность. Модуль «Гимнастика». Акробатическая комбинация из ранее освоенных упражнений силовой направленности, с увеличивающимся числом технических элементов в стойках, упорах, кувырках, прыжках (юноши).

Гимнастическая комбинация на гимнастическом бревне из ранее освоенных упражнений с увеличивающимся числом технических элементов в прыжках, поворотах и передвижениях (девушки). Гимнастическая комбинация на перекладине с включением ранее освоенных упражнений в упорах и висах (юноши). Гимнастическая комбинация на параллельных брусьях с включением упражнений в упоре на руках, кувырка вперёд и соскока (юноши). Вольные упражнения на базе ранее разученных акробатических упражнений и упражнений ритмической гимнастики (девушки).

Модуль «Лёгкая атлетика». Кроссовый бег; прыжок в длину с разбега способом «прогнувшись».

Правила проведения соревнований по сдаче норм комплекса ГТО. Самостоятельная подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО в беговых (бег на короткие и средние дистанции) и технических (прыжки и метание спортивного снаряда) дисциплинах лёгкой атлетики.

Модуль «Зимние виды спорта». Передвижение на лыжах одновременным бесшажным ходом; преодоление естественных препятствий на лыжах широким шагом, перешагиванием, перелазанием; торможение боковым скольжением при спуске на лыжах с пологого склона; переход с попеременного двухшажного хода на одновременный бесшажный ход и обратно; ранее разученные упражнения лыжной подготовки в передвижениях на лыжах, при спусках, подъёмах, торможении.

Модуль «Спортивные игры». Баскетбол. Повороты туловища в правую и левую стороны с удержанием мяча двумя руками; передача мяча одной рукой от плеча и снизу; бросок мяча двумя и одной рукой в прыжке. Игровая деятельность по правилам с использованием ранее разученных технических приёмов.

Волейбол. Прямой нападающий удар; индивидуальное блокирование мяча в прыжке с места; тактические действия в защите и нападении. Игровая деятельность по правилам с использованием ранее разученных технических приёмов.

Футбол. Удар по мячу с разбега внутренней частью подъёма стопы; остановка мяча внутренней стороной стопы. Правила игры в мини-футбол; технические и тактические действия. Игровая деятельность по правилам мини-футбола с использованием ранее разученных технических приёмов (девушки). Игровая деятельность по правилам классического футбола с использованием ранее разученных технических приёмов (юноши).

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.

Содержание обучения в 9 классе.

Знания о физической культуре. Здоровье и здоровый образ жизни, вредные привычки и их пагубное влияние на здоровье человека. Туристские походы как форма организации здорового образа жизни. Профессионально-прикладная физическая культура.

Способы самостоятельной деятельности. Восстановительный массаж как средство оптимизации работоспособности, его правила и приёмы во время самостоятельных занятий физической подготовкой. Банные процедуры как средство укрепления здоровья. Измерение функциональных резервов организма. Оказание первой помощи на самостоятельных занятиях физическими упражнениями и во время активного отдыха.

Физическое совершенствование. Физкультурно-оздоровительная деятельность. Занятия физической культурой и режим питания. Упражнения для снижения избыточной массы тела. Оздоровительные, коррекционные и профилактические мероприятия в режиме двигательной активности старшеклассников

Спортивно-оздоровительная деятельность. Модуль «Гимнастика». Акробатическая комбинация с включением длинного кувырка с разбега и кувырка назад в упор, стоя ноги врозь (юноши). Гимнастическая комбинация на высокой перекладине, с включением элементов размахивания и соскока вперёд прогнувшись (юноши). Гимнастическая комбинация на параллельных брусьях, с включением двух кувырков вперёд с опорой на руки (юноши). Гимнастическая комбинация на гимнастическом бревне, с включением полушагата, стойки на колене с опорой на руки и отведением ноги назад (девушки). Черлидинг: композиция упражнений с построением пирамид, элементами степ-аэробики, акробатики и ритмической гимнастики (девушки).

Модуль «Лёгкая атлетика». Техническая подготовка в беговых и прыжковых упражнениях: бег на короткие и длинные дистанции; прыжки в длину способами «прогнувшись» и «согнув ноги»; прыжки в высоту способом «перешагивание». Техническая подготовка в метании спортивного снаряда с разбега на дальность.

Модуль «Зимние виды спорта». Техническая подготовка в передвижении лыжными ходами по учебной дистанции: попеременный двухшажный ход, одновременный одношажный ход, способы перехода с одного лыжного хода на другой.

Модуль «Спортивные игры». Баскетбол. Техническая подготовка в игровых действиях: ведение, передачи, приёмы и броски мяча на месте, в прыжке, после ведения.

Волейбол. Техническая подготовка в игровых действиях: подачи мяча в разные зоны площадки соперника; приёмы и передачи на месте и в движении; удары и блокировка.

Футбол. Техническая подготовка в игровых действиях: ведение, приёмы и передачи, остановки и удары по мячу с места и в движении.

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.

III. Планируемые результаты освоения учебного предмета «Физическая культура».

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 относиться 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

5 класс

К концу обучения в 5 классе обучающийся научится:

- выполнять требования безопасности на уроках физической культуры, на самостоятельных занятиях физическими упражнениями в условиях активного отдыха и досуга;
- проводить измерение индивидуальной осанки и сравнивать её показатели со стандартами, составлять комплексы упражнений по коррекции и профилактике её нарушения, планировать их выполнение в режиме дня;
- составлять дневник физической культуры и вести в нём наблюдение за показателями физического развития и физической подготовленности, планировать содержание и регулярность проведения самостоятельных занятий;
- осуществлять профилактику утомления во время учебной деятельности, выполнять комплексы упражнений физкультурминуток, дыхательной и зрительной гимнастики;
- выполнять комплексы упражнений оздоровительной физической культуры на развитие гибкости, координации и формирование телосложения;
- выполнять опорный прыжок с разбега способом «ноги врозь» (мальчики) и способом «напрыгивания с последующим спрыгиванием» (девочки);
- выполнять упражнения в висах и упорах на низкой гимнастической перекладине (мальчики); в передвижениях по гимнастическому бревну ходьбой и приставным шагом с поворотами, подпрыгиванием на двух ногах на месте и с продвижением (девочки);
- передвигаться по гимнастической стенке приставным шагом, лазать разноимённым способом вверх и по диагонали;
- выполнять бег с равномерной скоростью с высокого старта по учебной дистанции;
- демонстрировать технику прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги»;
- передвигаться на лыжах попеременным двухшажным ходом (для бесснежных районов — имитация передвижения);

- демонстрировать технические действия в спортивных играх:
 - баскетбол (ведение мяча с равномерной скоростью в разных направлениях; приём и передача мяча двумя руками от груди с места и в движении);
 - волейбол (приём и передача мяча двумя руками снизу и сверху с места и в движении, прямая нижняя подача);
 - футбол (ведение мяча с равномерной скоростью в разных направлениях, приём и передача мяча, удар по неподвижному мячу с небольшого разбега);
- тренироваться в упражнениях общефизической и специальной физической подготовки с учётом индивидуальных и возрастно-половых особенностей.

6 класс

К концу обучения в 6 классе обучающийся научится:

- характеризовать Олимпийские игры современности как международное культурное явление, роль Пьера 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 физкультминуток и физкультпауз 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 с разбега; использование разученных

технических действий в условиях игровой деятельности);

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

7 класс

К концу обучения в 7 классе обучающийся научится:

- проводить анализ причин зарождения современного олимпийского движения, давать характеристику основным этапам его развития в СССР и современной России;
- объяснять положительное влияние занятий физической культурой и спортом на воспитание личностных качеств современных школьников, приводить примеры из собственной жизни;
- объяснять понятие «техника физических упражнений», руководствоваться правилами технической подготовки при самостоятельном обучении новым физическим упражнениям, проводить процедуры оценивания техники их выполнения;
- составлять планы самостоятельных занятий физической и технической подготовкой, распределять их в недельном и месячном циклах учебного года, оценивать их оздоровительный эффект с помощью «индекса Кетле» и «ортостатической пробы» (по образцу);
- выполнять лазанье по канату в два приёма (юноши) и простейшие акробатические пирамиды в парах и тройках (девушки);
- составлять и самостоятельно разучивать комплекс степ-аэро- бики, включающий упражнения в ходьбе, прыжках, спрыгивании и запрыгивании с поворотами, разведением рук и ног (девушки);
- выполнять стойку на голове с опорой на руки и включать её в акробатическую комбинацию из ранее освоенных упражнений (юноши);
- выполнять беговые упражнения с преодолением препятствий способами «наступление» и «прыжковый бег», применять их в беге по пересечённой местности;
- выполнять метание малого мяча на точность в неподвижную, качающуюся и катящуюся с разной скоростью мишень;
- выполнять переход с передвижения попеременным двухшажным ходом на передвижение одновременным одношажным ходом и обратно во время прохождения учебной дистанции; наблюдать и анализировать его выполнение другими учащимися, сравнивая с заданным образцом, выявлять ошибки и предлагать способы устранения;
- демонстрировать и использовать технические действия спортивных игр:
 - баскетбол (передача и ловля мяча после отскока от пола; броски мяча двумя руками снизу и от груди в движении; использование разученных технических действий в условиях игровой деятельности);
 - волейбол (передача мяча за голову на своей площадке и через сетку; использование разученных технических действий в условиях игровой деятельности);
 - футбол (средние и длинные передачи футбольного мяча; тактические действия при выполнении углового удара и вбрасывании мяча из-за боковой линии; использование разученных технических действий в условиях игровой деятельности);
- тренироваться в упражнениях общефизической и специальной физической подготовки с учётом индивидуальных и возрастно-половых особенностей.

8 класс

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;
- 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.

9 класс

К концу обучения в 9 классе обучающийся научится:

- отстаивать принципы здорового образа жизни, раскрывать эффективность его форм в профилактике вредных привычек; обосновывать пагубное влияние вредных привычек на здоровье человека, его социальную и производственную деятельность;
- понимать пользу туристских подходов как формы организации здорового образа

- жизни, выполнять правила подготовки к пешим походам, требования безопасности при передвижении и организации бивуака;
- объяснять понятие «профессионально-прикладная физическая культура», её целевое предназначение, связь с характером и особенностями профессиональной деятельности; понимать необходимость занятий профессионально-прикладной физической подготовкой учащихся общеобразовательной школы;
 - использовать приёмы массажа и применять их в процессе самостоятельных занятий физической культурой и спортом, выполнять гигиенические требования к процедурам массажа;
 - измерять индивидуальные функциональные резервы организма с помощью проб Штанге, Генча, «задержки дыхания»; использовать их для планирования индивидуальных занятий спортивной и профессионально-прикладной физической подготовкой;
 - определять характер травм и ушибов, встречающихся на самостоятельных занятиях физическими упражнениями и во время активного отдыха, применять способы оказания первой помощи;
 - составлять и выполнять комплексы упражнений из разученных акробатических упражнений с повышенными требованиями к технике их выполнения (юноши);
 - составлять и выполнять гимнастическую комбинацию на высокой перекладине из разученных упражнений, с включением элементов размахивания и соскока вперёд способом «прогнувшись» (юноши);
 - составлять и выполнять комплекс ритмической гимнастики с включением элементов художественной гимнастики, упражнений на гибкость и равновесие (девушки);
 - совершенствовать технику беговых и прыжковых упражнений в процессе самостоятельных занятий технической подготовкой к выполнению нормативных требований комплекса ГТО;
 - совершенствовать технику передвижения лыжными ходами в процессе самостоятельных занятий технической подготовкой к выполнению нормативных требований комплекса ГТО;
 - совершенствовать технические действия в спортивных играх: баскетбол, волейбол, футбол, взаимодействовать с игроками своих команд в условиях игровой деятельности, при организации тактических действий в нападении и защите;
 - тренироваться в упражнениях общефизической и специальной физической подготовки с учётом индивидуальных и возрастно-половых особенностей.

Таблица тематического планирования с указанием количества академических часов, отводимых на освоение каждой темы, возможности использования по этой теме ЭОР и ЦОР. 5 класс.

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов, отводимых на освоение темы	Электронные учебно-методические материалы	Форма реализации воспитательного потенциала темы
Раздел 1. ЗНАНИЯ О ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ(2ч.)				
1.1	Знакомство с программным материалом и требованиями к его освоению	0,3	http://www.prosv.ru/ebooks/Vilenskii_Fiz-ra_5-7kl/index.html	Применение на уроке форм работы, стимулирующих

			.school.edu	познавательную мотивацию обучающихся
1.2	Знакомство с программным материалом и требованиями к его освоению	0,3	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_5-7kl index.html .school.edu	Включение в урок игровых процедур для поддержания мотивации обучающихся к получению знаний
1.3	Знакомство с понятием «здоровый образ жизни» и значением здорового образа жизни в жизнедеятельности современного человека	0,4	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_5-7kl index.html .school.edu	Применение групповой работы или работы в парах, которые учат обучающихся командной работе и взаимодействию с другими обучающимися
1.4	Знакомство с историей древних Олимпийских игр	1	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_5-7kl index.html .school.edu	Использование воспитательных возможностей содержания темы через подбор соответствующих заданий
Раздел 2. СПОСОБЫ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ (2ч.)				
2.1	Режим дня и его значение для современного школьника	0,2	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_5-7kl index.html .school.edu	Применение на уроке интерактивных форм работы с обучающимися: интеллектуальных игр, стимулирующих познавательную мотивацию обучающихся
2.2	Самостоятельное составление индивидуального режима дня	0,2	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_5-7kl index.html .school.edu	Использование

			books Vilenskii_Fiz-ra_5-7kl index.html.school.edu	воспитательных возможностей содержания темы через подбор соответствующих заданий
2.3	Физическое развитие человека и факторы, влияющие на его показатели	0,2	http://www.prosv.ru ebooks Vilenskii_Fiz-ra_5-7kl index.html.school.edu	Включение в урок игровых процедур для поддержания мотивации обучающихся к получению знаний
2.4	Осанка как показатель физического развития и здоровья школьника	0,2	http://www.prosv.ru ebooks Vilenskii_Fiz-ra_5-7kl index.html.school.edu	Использование воспитательных возможностей содержания темы через подбор соответствующих заданий
2.5	Измерение индивидуальных показателей физического развития	0,2	http://www.prosv.ru ebooks Vilenskii_Fiz-ra_5-7kl index.html.school.edu	Включение в урок игровых процедур для поддержания мотивации обучающихся к получению знаний
2.6	Упражнения для профилактики нарушения осанки	0,2	http://www.prosv.ru ebooks Vilenskii_Fiz-ra_5-7kl index.html.school.edu	Применение на уроке интерактивных форм работы с обучающимися: интеллектуальных игр, стимулирующих познавательную мотивацию обучающихся
2.7	Организация и проведение самостоятельных занятий	0,2	http://www.prosv.ru ebooks Vilenskii_Fiz-ra_5-7kl index.html.scho	Применение групповой работы или работы в парах,

			ol.edu	которые учат обучающихся командной работе и взаимодействию с другими обучающимися
2.8	Процедура определения состояния организма с помощью одномоментной функциональной пробы	0,2	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_5-7kl index.html.scho ol.edu	Применение на уроке форм работы, стимулирующих познавательную мотивацию обучающихся
2.9	Исследование влияния оздоровительных форм занятий физической культурой на работу сердца	0,2	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_5-7kl index.html.scho ol.edu	Использование воспитательных возможностей содержания темы через подбор соответствующих заданий
2.10	Ведение дневника физической культуры	0,2	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_5-7kl index.html.scho ol.edu	Применение на уроке форм работы, стимулирующих познавательную мотивацию обучающихся
Раздел 3. ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ (56ч.)				
3.1	Знакомство с понятием «физкультурно-оздоровительная деятельность»	В процессе урока	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_5-7kl index.html.scho ol.edu	Включение в урок игровых процедур для поддержания мотивации обучающихся к получению знаний
3.2	Упражнения утренней зарядки	В процессе урока	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_5-7kl index.html.scho ol.edu	Применение на уроке форм работы, стимулирующих познавательную мотивацию обучающихся

3.3	Упражнения дыхательной и зрительной гимнастики	В процессе урока	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_5-7kl index.html.scho ol.edu	Применение групповой работы или работы в парах, которые учат обучающихся командной работе и взаимодействию с другими обучающимися
3.4	Водные процедуры после утренней зарядки	В процессе урока	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_5-7kl index.html.scho ol.edu	Включение в урок игровых процедур для поддержания мотивации обучающихся к получению знаний
3.5	Упражнения на развитие гибкости	В процессе урока	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_5-7kl index.html.scho ol.edu	Использование воспитательных возможностей содержания темы через подбор соответствующих заданий
3.6	Упражнения на развитие координации	В процессе урока	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_5-7kl index.html.scho ol.edu	Применение на уроке форм работы, стимулирующих познавательную мотивацию обучающихся
3.7	Упражнения на формирование телосложения	В процессе урока	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_5-7kl index.html.scho ol.edu	Использование воспитательных возможностей содержания темы через подбор соответствующих заданий
3.8	<i>Модуль «Гимнастика».</i> Знакомство с понятием «спортивно-оздоровительная деятельность»	1	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_5-7kl	Применение на уроке форм работы, стимулирующую

			 index.html.school.edu	ших познавательную мотивацию обучающихся
3.9	Модуль «Гимнастика». Кувырок вперёд в группировке	1	http://www.prosv.ru/ebooks/Vilenskii_Fiz-ra_5-7kl/index.html.school.edu	Включение в урок игровых процедур для поддержания мотивации обучающихся к получению знаний
3.10	Модуль «Гимнастика». Кувырок назад в группировке	1	http://www.prosv.ru/ebooks/Vilenskii_Fiz-ra_5-7kl/index.html.school.edu	Использование воспитательных возможностей содержания темы через подбор соответствующих заданий
3.11	Модуль «Гимнастика». Кувырок вперёд ноги «скрестно»	1	http://www.prosv.ru/ebooks/Vilenskii_Fiz-ra_5-7kl/index.html.school.edu	Применение на уроке форм работы, стимулирующих познавательную мотивацию обучающихся
3.12	Модуль «Гимнастика». Кувырок назад из стойки на лопатках	1	http://www.prosv.ru/ebooks/Vilenskii_Fiz-ra_5-7kl/index.html.school.edu	Включение в урок игровых процедур для поддержания мотивации обучающихся к получению знаний
3.13	Модуль «Гимнастика». Опорный прыжок на гимнастического козла	2	http://www.prosv.ru/ebooks/Vilenskii_Fiz-ra_5-7kl/index.html.school.edu	Включение в урок игровых процедур для поддержания мотивации обучающихся к получению знаний
3.14	Модуль «Гимнастика». Гимнастическая комбинация на низком гимнастическом бревне	1	http://www.prosv.ru/ebooks/Vilenskii_Fiz-ra_5-7kl/index.html.school.edu	Применение на уроке форм работы, стимулирующих познавательн

				ую мотивацию обучающихся
3.15	<i>Модуль «Гимнастика».</i> Лазанье и перелезание на гимнастической стенке	1	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_5-7kl index.html.scho ol.edu	Применение групповой работы или работы в парах, которые учат обучающихся командной работе и взаимодействию с другими обучающимися
3.16	<i>Модуль «Гимнастика».</i> Расхождение на гимнастической скамейке в парах	1	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_5-7kl index.html.scho ol.edu	Включение в урок игровых процедур для поддержания мотивации обучающихся к получению знаний
3.17	<i>Модуль «Лёгкая атлетика».</i> Бег с равномерной скоростью на длинные дистанции	4	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_5-7kl index.html.scho ol.edu	Использование воспитательных возможностей содержания темы через подбор соответствующих заданий
3.18	<i>Модуль «Лёгкая атлетика».</i> Знакомство с рекомендациями по технике безопасности во время выполнения беговых упражнений на самостоятельных занятиях лёгкой атлетикой	1	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_5-7kl index.html.scho ol.edu	Применение на уроке форм работы, стимулирующих познавательную мотивацию обучающихся
3.19	<i>Модуль «Лёгкая атлетика».</i> Бег с максимальной скоростью на короткие дистанции	2	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_5-7kl index.html.scho ol.edu	Использование воспитательных возможностей содержания темы через подбор соответствующих заданий
3.20	<i>Модуль «Лёгкая</i>	2	http:	Включение в

	<i>атлетика</i> ». Прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги»		 www.prosv.ru ebooks Vilenskii_Fiz-ra_5-7kl index.html.schol.edu	урок игровых процедур для поддержания мотивации обучающихся к получению знаний
3.21	<i>Модуль «Лёгкая атлетика</i> ». Прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги»	1	http: www.prosv.ru ebooks Vilenskii_Fiz-ra_5-7kl index.html.schol.edu	Применение на уроке форм работы, стимулирующих познавательную мотивацию обучающихся
3.22	<i>Модуль «Лёгкая атлетика</i> ». Метание малого мяча в неподвижную мишень	1	http: www.prosv.ru ebooks Vilenskii_Fiz-ra_5-7kl index.html.schol.edu	Включение в урок игровых процедур для поддержания мотивации обучающихся к получению знаний
3.23	<i>Модуль «Лёгкая атлетика</i> ». Знакомство с рекомендациями по технике безопасности при выполнении упражнений в метании малого мяча и со способами их использования для развития точности движения	1	http: www.prosv.ru ebooks Vilenskii_Fiz-ra_5-7kl index.html.schol.edu	Включение в урок игровых процедур для поддержания мотивации обучающихся к получению знаний
3.24	<i>Модуль «Лёгкая атлетика</i> ». Метание малого мяча на дальность	4	http: www.prosv.ru ebooks Vilenskii_Fiz-ra_5-7kl index.html.schol.edu	Применение на уроке форм работы, стимулирующих познавательную мотивацию обучающихся
3.25	<i>Модуль «Зимние виды спорта</i> ». Передвижение на лыжах попеременным двухшажным ходом	1	http: www.prosv.ru ebooks Vilenskii_Fiz-ra_5-7kl index.html.schol.edu	Применение групповой работы или работы в парах, которые учат обучающихся командной работе и взаимодействию с другими обучающимися

3.26	Модуль «Зимние виды спорта». Знакомство с рекомендациями учителя по технике безопасности на занятиях лыжной подготовкой; способами использования упражнений в передвижении на лыжах для развития выносливости	1	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_5-7kl index.html.scho ol.edu	Включение в урок игровых процедур для поддержания мотивации обучающихся к получению знаний
3.27	Модуль «Зимние виды спорта». Повороты на лыжах способом переступания	1	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_5-7kl index.html.scho ol.edu	Использование воспитательных возможностей содержания темы через подбор соответствующих заданий
3.28	Модуль «Зимние виды спорта». Подъём в горку на лыжах способом «лесенка»	1	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_5-7kl index.html.scho ol.edu	Включение в урок игровых процедур для поддержания мотивации обучающихся к получению знаний
3.29	Модуль «Зимние виды спорта». Спуск на лыжах с пологого склона	1	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_5-7kl index.html.scho ol.edu	Применение на уроке форм работы, стимулирующих познавательную мотивацию обучающихся
3.30	Модуль «Зимние виды спорта». Преодоление небольших препятствий при спуске с пологого склона	1	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_5-7kl index.html.scho ol.edu	Применение групповой работы или работы в парах, которые учат обучающихся командной работе и взаимодействию с другими обучающимися
3.31	Модуль «Спортивные игры. Баскетбол». Передача баскетбольного мяча двумя руками от груди	2	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_5-7kl index.html.scho ol.edu	Включение в урок игровых процедур для поддержания мотивации обучающихся

				к получению знаний
3.32	<i>Модуль «Спортивные игры. Баскетбол».</i> Знакомство с рекомендациями учителя по использованию подготовительных и подводящих упражнений для освоения технических действий игры баскетбол	1	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_5-7kl index.html.scho ol.edu	Использован ие воспитательн ых возможносте й содержания темы через подбор соответствую щих заданий
3.33	<i>Модуль «Спортивные игры. Баскетбол».</i> Ведение баскетбольного мяча	5	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_5-7kl index.html.scho ol.edu	Применение на уроке форм работы, стимулирую щих познавательн ую мотивацию обучающихся
3.34	<i>Модуль «Спортивные игры. Баскетбол».</i> Бросок баскетбольного мяча в корзину двумя руками от груди с места	4	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_5-7kl index.html.scho ol.edu	Использован ие воспитательн ых возможносте й содержания темы через подбор соответствую щих заданий
3.35	<i>Модуль «Спортивные игры. Волейбол».</i> Прямая нижняя подача мяча в волейболе	2	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_5-7kl index.html.scho ol.edu	Включение в урок игровых процедур для поддержания мотивации обучающихся к получению знаний
3.36	<i>Модуль «Спортивные игры. Волейбол».</i> Знакомство с рекомендациями учителя по использованию подготовительных и подводящих упражнений для освоения технических действий игры волейбол	2	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_5-7kl index.html.scho ol.edu	Применение на уроке форм работы, стимулирую щих познавательн ую мотивацию обучающихся
3.37	<i>Модуль «Спортивные игры. Волейбол».</i> Приём и передача волейбольного мяча двумя руками снизу	2	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_5-7kl index.html.scho	Применение групповой работы или работы в парах,

			ol.edu	которые учат обучающихся командной работе и взаимодействию с другими обучающимися
3.38	Модуль «Спортивные игры. Волейбол». Приём и передача волейбольного мяча двумя руками сверху	2	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_5-7kl index.html.scho ol.edu	Включение в урок игровых процедур для поддержания мотивации обучающихся к получению знаний
3.39	Модуль «Спортивные игры. Футбол». Удар по неподвижному мячу	1	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_5-7kl index.html.scho ol.edu	Использование воспитательных возможностей содержания темы через подбор соответствующих заданий
3.40	Модуль «Спортивные игры. Футбол». Знакомство с рекомендациями учителя по использованию подготовительных и подводящих упражнений для освоения технических действий игры футбол	В процессе урока	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_5-7kl index.html.scho ol.edu	Применение на уроке форм работы, стимулирующих познавательную мотивацию обучающихся
3.41	Модуль «Спортивные игры. Футбол». Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы	1	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_5-7kl index.html	Использование воспитательных возможностей содержания темы через подбор соответствующих заданий
3.42	Модуль «Спортивные игры. Футбол». Ведение футбольного мяча	1	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_5- 7kl index.html .school.edu	Применение на уроке форм работы, стимулирующих познавательную

				мотивацию обучающихся
3.43	Модуль «Спортивные игры. Футбол». Обводка мячом ориентиров	1	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_5- 7kl index.html	Включение в урок игровых процедур для поддержания мотивации обучающихся к получению знаний
Раздел 4. СПОРТ (8ч.)				
4.1	Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО	8	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_5-7kl index.html.scho ol.edu	Применение групповой работы которые учат обучающихся командной работе и взаимодействию с другими обучающимися
	Итого:	68		

Таблица тематического планирования с указанием количества академических часов, отводимых на освоение каждой темы, возможности использования по этой теме ЭОР и ЦОР. 6 класс.

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов, отводимых на освоение темы	Электронные учебно-методические материалы	Форма реализации воспитательного потенциала темы
Раздел 1. ЗНАНИЯ О ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ(2ч.)				
1.1	Знакомство с программным материалом и требованиями к его освоению	0,3	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_5- 7kl index.html .school.edu	Применение на уроке форм работы, стимулирующих познавательную мотивацию обучающихся
1.2	Возрождение Олимпийских игр и олимпийского движения в современном мире; роль Пьера де Кубертена в их становлении и развитии.	0,3	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_5- 7kl index.html .school.edu	Включение в урок игровых процедур для поддержания мотивации обучающихся к получению знаний

1.3	Девиз, символика и ритуалы современных Олимпийских игр.	0,4	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_5- 7kl index.html .school.edu	Применение групповой работы или работы в парах, которые учат обучающихся командной работе и взаимодействию с другими обучающимися
1.4	История организации и проведения первых Олимпийских игр современности; первые олимпийские чемпионы.	1	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_5- 7kl index.html .school.edu	Использование воспитательных возможностей содержания темы через подбор соответствующих заданий
Раздел 2. СПОСОБЫ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ (2ч.)				
2.1	Ведение дневника физической культуры.	0,2	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_5- 7kl index.html .school.edu	Применение на уроке интерактивных форм работы с обучающимися: интеллектуальных игр, стимулирующих познавательную мотивацию обучающихся
2.2	Физическая подготовка и её влияние на развитие систем организма.	0,2	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_5- 7kl index.html .school.edu	Использование воспитательных возможностей содержания темы через подбор соответствующих заданий
2.3	Правила и способы самостоятельного развития физических качеств.	0,2	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_5-	Включение в урок игровых процедур для поддержания

			7kl index.html.school.edu	мотивации обучающихся к получению знаний
2.4	Способы определения индивидуальной физической нагрузки.	0,2	http: www.prosv.ru ebooks Vilenskii_Fiz-ra_5-7kl index.html.school.edu	Использование воспитательных возможностей содержания темы через подбор соответствующих заданий
2.5	Правила техники выполнения тестовых заданий и способы регистрации их результатов.	0,2	http: www.prosv.ru ebooks Vilenskii_Fiz-ra_5-7kl index.html.school.edu	Включение в урок игровых процедур для поддержания мотивации обучающихся к получению знаний
2.6	Правила и способы составления плана самостоятельных занятий физической подготовкой.	0,2	http: www.prosv.ru ebooks Vilenskii_Fiz-ra_5-7kl index.html.school.edu	Применение на уроке интерактивных форм работы с обучающимися: интеллектуальных игр, стимулирующих познавательную мотивацию обучающихся
2.7	Организация и проведение самостоятельных занятий	0,2	http: www.prosv.ru ebooks Vilenskii_Fiz-ra_5-7kl index.html.school.edu	Применение групповой работы или работы в парах, которые учат обучающихся командной работе и взаимодействию с другими обучающимися
2.8	Процедура определения состояния организма с помощью одномоментной функциональной пробы	0,2	http: www.prosv.ru ebooks Vilenskii_Fiz-ra_5-7kl index.html.school.edu	Применение на уроке форм работы, стимулирующей познавательную мотивацию обучающихся

			.school.edu	ших познавательную мотивацию обучающихся
2.9	Исследование влияния оздоровительных форм занятий физической культурой на работу сердца	0,2	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz .school.edu	Использование воспитательных возможностей содержания темы через подбор соответствующих заданий
2.10	Ведение дневника физической культуры	0,2	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz .school.edu	Применение на уроке форм работы, стимулирующих познавательную мотивацию обучающихся
Раздел 3. ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ (56ч.)				
3.1	Правила самостоятельного закаливания организма.	В процессе урока	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz	Включение в урок игровых процедур для поддержания мотивации обучающихся к получению знаний
3.2	Правила техники безопасности и гигиены мест занятий физическими упражнениями.	В процессе урока	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz	Применение на уроке форм работы, стимулирующих познавательную мотивацию обучающихся
3.3	Оздоровительные комплексы: упражнения для профилактики нарушения зрения	В процессе урока	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz .school.edu	Применение групповой работы или работы в парах, которые учат обучающихся командной работе и взаимодействию с другими обучающимися

				ся
3.4	Водные процедуры после утренней зарядки	В процессе урока	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz	Включение в урок игровых процедур для поддержания мотивации обучающихся к получению знаний
3.5	Упражнения на развитие гибкости	В процессе урока	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz .school.edu	Использование воспитательных возможностей содержания темы через подбор соответствующих заданий
3.6	Упражнения на развитие координации	В процессе урока	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz	Применение на уроке форм работы, стимулирующих познавательную мотивацию обучающихся
3.7	Упражнения на формирование телосложения	В процессе урока	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz	Использование воспитательных возможностей содержания темы через подбор соответствующих заданий
3.8	<i>Модуль «Гимнастика».</i> Знакомство с понятием «спортивно-оздоровительная деятельность»	1	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz	Применение на уроке форм работы, стимулирующих познавательную мотивацию обучающихся
3.9	<i>Модуль «Гимнастика».</i> Акробатическая комбинация из ранее разученных акробатических упражнений.	1	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz .school.edu	Включение в урок игровых процедур для поддержания мотивации обучающихся к получению

				знаний
3.10	<i>Модуль «Гимнастика».</i> Опорные прыжки через гимнастического козла	1	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz .school.edu	Использован ие воспитательн ых возможносте й содержания темы через подбор соответствую щих заданий
3.11	<i>Модуль «Гимнастика».</i> Гимнастические комбинации на низком гимнастическом бревне	1	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz	Применение на уроке форм работы, стимулирую щих познавательн ую мотивацию обучающихся
3.12	<i>Модуль «Гимнастика».</i> Кувырок назад из стойки на лопатках	1	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz	Включение в урок игровых процедур для поддержания мотивации обучающихся к получению знаний
3.13	<i>Модуль «Гимнастика».</i> Опорный прыжок на гимнастического козла	2	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz .school.edu	Включение в урок игровых процедур для поддержания мотивации обучающихся к получению знаний
3.14	<i>Модуль «Гимнастика».</i> Гимнастическая комбинация на низком гимнастическом бревне	1	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz	Применение на уроке форм работы, стимулирую щих познавательн ую мотивацию обучающихся
3.15	<i>Модуль «Гимнастика».</i> Упражнения на невысокой гимнастической перекладине	1	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz	Применение групповой работы или работы в парах, которые учат обучающихся командной работе и

				взаимодействию с другими обучающимися
3.16	<i>Модуль «Гимнастика».</i> Лазанье по канату в три приёма (мальчики).	1	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz .school.edu	Включение в урок игровых процедур для поддержания мотивации обучающихся к получению знаний
3.17	<i>Модуль «Лёгкая атлетика».</i> Старт с опорой на одну руку и последующим ускорением; спринтерский и гладкий равномерный бег по учебной дистанции.	4	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz .school.edu	Использование воспитательных возможностей содержания темы через подбор соответствующих заданий
3.18	<i>Модуль «Лёгкая атлетика».</i> Ранее разученные беговые упражнения.	1	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz .school.edu	Применение на уроке форм работы, стимулирующих познавательную мотивацию обучающихся
3.19	<i>Модуль «Лёгкая атлетика».</i> Прыжковые упражнения: прыжок в высоту с разбега способом «перешагивание»	2	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz .school.edu	Использование воспитательных возможностей содержания темы через подбор соответствующих заданий
3.20	<i>Модуль «Лёгкая атлетика».</i> Прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги»	2	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz .school.edu	Включение в урок игровых процедур для поддержания мотивации обучающихся к получению знаний
3.21	<i>Модуль «Лёгкая атлетика».</i> Прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги»	1	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz .school.edu	Применение на уроке форм работы, стимулирующих

			.school.edu	познавательную мотивацию обучающихся
3.22	<i>Модуль «Лёгкая атлетика».</i> Метание малого мяча в неподвижную мишень	1	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz	Включение в урок игровых процедур для поддержания мотивации обучающихся к получению знаний
3.23	<i>Модуль «Лёгкая атлетика».</i> Метание малого (теннисного) мяча в подвижную (раскачивающуюся) мишень.	1	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz	Включение в урок игровых процедур для поддержания мотивации обучающихся к получению знаний
3.24	<i>Модуль «Лёгкая атлетика».</i> Метание малого мяча на дальность, ранее разученные прыжковые упражнения в длину и высоту	4	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz	Применение на уроке форм работы, стимулирующих познавательную мотивацию обучающихся
3.25	<i>Модуль «Зимние виды спорта».</i> Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом	1	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz .school.edu	Применение групповой работы или работы в парах, которые учат обучающихся командной работе и взаимодействию с другими обучающимися
3.26	<i>Модуль «Зимние виды спорта».</i> Ранее разученные упражнения лыжной подготовки	1	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz	Включение в урок игровых процедур для поддержания мотивации обучающихся к получению знаний
3.27	<i>Модуль «Зимние виды спорта».</i> Преодоление небольших трамплинов при спуске	1	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz	Использование воспитательных

				возможности содержания темы через подбор соответствующих заданий
3.28	Модуль «Зимние виды спорта». Подъем в горку на лыжах способом «лесенка»	1	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz	Включение в урок игровых процедур для поддержания мотивации обучающихся к получению знаний
3.29	Модуль «Зимние виды спорта». Передвижения по учебной дистанции, повороты, спуски, торможение.	1	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz .school.edu	Применение на уроке форм работы, стимулирующих познавательную мотивацию обучающихся
3.30	Модуль «Зимние виды спорта». Преодоление небольших препятствий при спуске с пологого склона	1	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz	Применение групповой работы или работы в парах, которые учат обучающихся командной работе и взаимодействию с другими обучающимися
3.31	Модуль «Спортивные игры. Баскетбол». Передача баскетбольного мяча двумя руками от груди	2	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz .school.edu	Включение в урок игровых процедур для поддержания мотивации обучающихся к получению знаний
3.32	Модуль «Спортивные игры. Баскетбол». Рекомендации учителя по использованию подготовительных и подводящих упражнений для освоения технических действий игры баскетбол	1	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz	Использование воспитательных возможностей содержания темы через подбор соответствующих заданий

3.33	Модуль «Спортивные игры. Баскетбол». Упражнения с мячом: ранее разученные упражнения в ведении мяча в разных направлениях и по разной траектории, на передачу и броски мяча в корзину.	5	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz	Применение на уроке форм работы, стимулирующих познавательную мотивацию обучающихся
3.34	Модуль «Спортивные игры. Баскетбол». Технические действия игрока без мяча. Остановка двумя шагами и прыжком.	4	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz	Использование воспитательных возможностей содержания темы через подбор соответствующих заданий
3.35	Модуль «Спортивные игры. Волейбол». Прямая нижняя подача мяча в волейболе	2	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz	Включение в урок игровых процедур для поддержания мотивации обучающихся к получению знаний
3.36	Модуль «Спортивные игры. Волейбол». Рекомендации учителя по использованию подводящих упражнений. Приём и передача мяча двумя руками снизу в разные зоны	2	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz .school.edu	Применение на уроке форм работы, стимулирующих познавательную мотивацию обучающихся
3.37	Модуль «Спортивные игры. Волейбол». Правила игры и игровая деятельность по правилам	2	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz	Применение групповой работы или работы в парах, которые учат обучающихся командной работе и взаимодействию с другими обучающимися
3.38	Модуль «Спортивные игры. Волейбол». Приём и передача волейбольного мяча двумя руками сверху и снизу	2	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz	Включение в урок игровых процедур для поддержания мотивации

				обучающихся к получению знаний
3.39	Модуль «Спортивные игры. Футбол». Удары по катящемуся мячу с разбега.	1	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz	Использован ие воспитательн ых возможносте й содержания темы через подбор соответствую щих заданий
3.40	Модуль «Спортивные игры. Футбол». Рекомендации учителя по использованию подготовительных и подводящих упражнений для освоения технических действий игры футбол	В процесс е урока	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz .school.edu	Применение на уроке форм работы, стимулирую щих познавательн ую мотивацию обучающихся
3.41	Модуль «Спортивные игры. Футбол». Правила игры и игровая деятельность по правилам	1	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_5- 7kl index.html	Использован ие воспитательн ых возможносте й содержания темы через подбор соответствую щих заданий
3.42	Модуль «Спортивные игры. Футбол». Ведение футбольного мяча, остановка и передачи мяча, обводка.	1	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_5- 7kl index.html .school.edu	Применение на уроке форм работы, стимулирую щих познавательн ую мотивацию обучающихся
3.43	Модуль «Спортивные игры. Футбол». Обводка мячом ориентиров	1	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_5- 7kl index.html	Включение в урок игровых процедур для поддержания мотивации обучающихся к получению знаний
Раздел 4. СПОРТ (8ч.)				
4.1	Физическая подготовка к выполнению нормативов комплекса ГТО с использованием средств базовой физической	8	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_5-	Применение групповой работы которые учат

	подготовки, видов спорта и оздоровительных систем физической культуры.		7kl index.html .school.edu	обучающихся командной работе и взаимодействию с другими обучающимися
	Итого:	68		

Таблица тематического планирования с указанием количества академических часов, отводимых на освоение каждой темы, возможности использования по этой теме ЭОР и ЦОР. 7 класс.

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов, отводимых на освоение темы	Электронные учебно-методические материалы	Форма реализации воспитательного потенциала темы
Раздел 1. ЗНАНИЯ О ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ(2ч.)				
1.1	Знакомство с программным материалом и требованиями к его освоению	0,3	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_5- 7kl index.html .school.edu	Применение на уроке форм работы, стимулирующих познавательную мотивацию обучающихся
1.2	Зарождение олимпийского движения в дореволюционной России; роль А.Д. Бутовского в развитии отечественной системы физического воспитания и спорта.	0,3	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_5- 7kl index.html .school.edu	Включение в урок игровых процедур для поддержания мотивации обучающихся к получению знаний
1.3	Олимпийское движение в СССР и современной России; характеристика основных этапов развития.	0,4	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_5- 7kl index.html .school.edu	Применение групповой работы или работы в парах, которые учат обучающихся командной работе и взаимодействию с другими обучающимися
1.4	Выдающиеся советские и российские олимпийцы.	1	http: www.prosv.ru e	Использование воспитательн

			books Vilenskii_Fiz-ra_5-7kl index.html.school.edu	ых возможности содержания темы через подбор соответствующих заданий
Раздел 2. СПОСОБЫ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ (2ч.)				
2.1	Правила техники безопасности и гигиены мест занятий в процессе выполнения физических упражнений на открытых площадках.	0,2	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_5- 7kl index.html .school.edu	Применение на уроке интерактивных форм работы с обучающимися: интеллектуальных игр, стимулирующих познавательную мотивацию обучающихся
2.2	Ведение дневника по физической культуре.	0,2	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_5- 7kl index.html .school.edu	Использование воспитательных возможности содержания темы через подбор соответствующих заданий
2.3	Техническая подготовка и её значение для человека; основные правила технической подготовки.	0,2	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_5- 7kl index.html .school.edu	Включение в урок игровых процедур для поддержания мотивации обучающихся к получению знаний
2.4	Двигательные действия как основа технической подготовки; понятие двигательного умения и двигательного навыка.	0,2	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_5- 7kl index.html .school.edu	Использование воспитательных возможности содержания темы через подбор соответствующих заданий
2.5	Способы оценивания техники двигательных действий и	0,2	http: www.prosv.ru e	Включение в урок игровых

	организация процедуры оценивания.		books Vilenskii_Fiz-ra_5-7kl index.html.school.edu	процедур для поддержания мотивации обучающихся к получению знаний
2.6	Упражнения для профилактики нарушения осанки	0,2	http://www.prosv.ru/ebooks Vilenskii_Fiz-ra_5-7kl index.html.school.edu	Применение на уроке интерактивных форм работы с обучающимися: интеллектуальных игр, стимулирующих познавательную мотивацию обучающихся
2.7	Организация и проведение самостоятельных занятий	0,2	http://www.prosv.ru/ebooks Vilenskii_Fiz-ra_5-7kl index.html.school.edu	Применение групповой работы или работы в парах, которые учат обучающихся командной работе и взаимодействию с другими обучающимися
2.8	Составление плана учебного занятия по самостоятельной технической подготовке.	0,2	http://www.prosv.ru/ebooks Vilenskii_Fiz-ra_5-7kl index.html.school.edu	Применение на уроке форм работы, стимулирующих познавательную мотивацию обучающихся
2.9	Способы оценивания оздоровительного эффекта занятий физической культурой с помощью «индекса Кетле», «ортостатической пробы», «функциональной пробы со стандартной нагрузкой».	0,2	http://www.prosv.ru/ebooks Vilenskii_Fiz-ra_5-7kl index.html.school.edu	Использование воспитательных возможностей содержания темы через подбор соответствующих заданий
2.10	Ведение дневника физической	0,2	http://www.prosv.ru/ebooks Vilenskii_Fiz-ra_5-7kl index.html.school.edu	Применение

	культуры		 www.prosv.ru ebooks Vilenskii_Fiz.school.edu	на уроке форм работы, стимулирующих познавательную мотивацию обучающихся
Раздел 3. ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ (56ч.)				
3.1	Оздоровительные комплексы для самостоятельных занятий	В процессе урока	http: www.prosv.ru ebooks Vilenskii_Fiz	Включение в урок игровых процедур для поддержания мотивации обучающихся к получению знаний
3.2	Профилактика нарушения осанки	В процессе урока	http: www.prosv.ru ebooks Vilenskii_Fiz	Применение на уроке форм работы, стимулирующих познавательную мотивацию обучающихся
3.3	Дыхательная и зрительная гимнастика в режиме учебного дня.	В процессе урока	http: www.prosv.ru ebooks Vilenskii_Fiz.school.edu	Применение групповой работы или работы в парах, которые учат обучающихся командной работе и взаимодействию с другими обучающимися
3.4	Водные процедуры после утренней зарядки	В процессе урока	http: www.prosv.ru ebooks Vilenskii_Fiz	Включение в урок игровых процедур для поддержания мотивации обучающихся к получению знаний
3.5	Упражнения на развитие гибкости	В процессе урока	http: www.prosv.ru ebooks Vilenskii_Fiz.school.edu	Использование воспитательных возможностей содержания темы через

				подбор соответствующих заданий
3.6	Упражнения на развитие координации	В процессе урока	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz	Применение на уроке форм работы, стимулирующих познавательную мотивацию обучающихся
3.7	Упражнения на формирование телосложения	В процессе урока	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz	Использование воспитательных возможностей содержания темы через подбор соответствующих заданий
3.8	<i>Модуль «Гимнастика».</i> Знакомство с понятием «спортивно-оздоровительная деятельность»	1	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz	Применение на уроке форм работы, стимулирующих познавательную мотивацию обучающихся
3.9	<i>Модуль «Гимнастика».</i> Акробатические комбинации из ранее разученных упражнений с добавлением упражнений ритмической гимнастики (девочки).	1	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz .school.edu	Включение в урок игровых процедур для поддержания мотивации обучающихся к получению знаний
3.10	<i>Модуль «Гимнастика».</i> Стойка на голове с опорой на руки	1	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz .school.edu	Использование воспитательных возможностей содержания темы через подбор соответствующих заданий
3.11	<i>Модуль «Гимнастика».</i> Акробатическая комбинация из разученных упражнений в равновесии, стойках, кувырках (мальчики).	1	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz	Применение на уроке форм работы, стимулирующих

				познавательную мотивацию обучающихся
3.12	<i>Модуль «Гимнастика».</i> Кувырок назад из стойки на лопатках	1	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz	Включение в урок игровых процедур для поддержания мотивации обучающихся к получению знаний
3.13	<i>Модуль «Гимнастика».</i> Опорный прыжок через гимнастического козла	2	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz .school.edu	Включение в урок игровых процедур для поддержания мотивации обучающихся к получению знаний
3.14	<i>Модуль «Гимнастика».</i> Гимнастическая комбинация на низком гимнастическом бревне	1	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz	Применение на уроке форм работы, стимулирующих познавательную мотивацию обучающихся
3.15	<i>Модуль «Гимнастика».</i> Комбинация на низкой гимнастической перекладине из ранее разученных упражнений в висах, упорах, переворотах	1	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz	Применение групповой работы или работы в парах, которые учат обучающихся командной работе и взаимодействию с другими обучающимися
3.16	<i>Модуль «Гимнастика».</i> Лазанье по канату в два приёма (мальчики).	1	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz .school.edu	Включение в урок игровых процедур для поддержания мотивации обучающихся к получению знаний
3.17	<i>Модуль «Лёгкая атлетика».</i> Бег с равномерной скоростью на длинные дистанции. Бег с преодолением препятствий	4	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz	Использование воспитательных

	способами «наступление» и «прыжковый бег»			возможности содержания темы через подбор соответствующих заданий
3.18	Модуль «Лёгкая атлетика». Эстафетный бег.	1	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz .school.edu	Применение на уроке форм работы, стимулирующих познавательную мотивацию обучающихся
3.19	Модуль «Лёгкая атлетика». Бег с максимальной скоростью на короткие дистанции	2	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz	Использование воспитательных возможностей содержания темы через подбор соответствующих заданий
3.20	Модуль «Лёгкая атлетика». Прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги»	2	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz	Включение в урок игровых процедур для поддержания мотивации обучающихся к получению знаний
3.21	Модуль «Лёгкая атлетика». Прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги»	1	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz .school.edu	Применение на уроке форм работы, стимулирующих познавательную мотивацию обучающихся
3.22	Модуль «Лёгкая атлетика». Метание малого мяча в неподвижную мишень	1	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz	Включение в урок игровых процедур для поддержания мотивации обучающихся к получению знаний
3.23	Модуль «Лёгкая атлетика». Метание малого (теннисного) мяча по движущейся (катящейся) с разной скоростью мишени.	1	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz	Включение в урок игровых процедур для поддержания

				мотивации обучающихся к получению знаний
3.24	<i>Модуль «Лёгкая атлетика».</i> Метание малого мяча на дальность	4	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz	Применение на уроке форм работы, стимулирующих познавательную мотивацию обучающихся
3.25	<i>Модуль «Зимние виды спорта».</i> Переход с передвижения попеременным двухшажным ходом на передвижение одновременным одношажным ходом	1	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz .school.edu	Применение групповой работы или работы в парах, которые учат обучающихся командной работе и взаимодействию с другими обучающимися
3.26	<i>Модуль «Зимние виды спорта».</i> Торможение и поворот на лыжах упором при спуске с пологого склона	1	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz	Включение в урок игровых процедур для поддержания мотивации обучающихся к получению знаний
3.27	<i>Модуль «Зимние виды спорта».</i> Повороты на лыжах способом переступания	1	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz	Использование воспитательных возможностей содержания темы через подбор соответствующих заданий
3.28	<i>Модуль «Зимние виды спорта».</i> Подъём в горку на лыжах способом «лесенка»	1	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz	Включение в урок игровых процедур для поддержания мотивации обучающихся к получению знаний
3.29	<i>Модуль «Зимние виды спорта».</i> Спуск на лыжах с	1	http: www.prosv.ru e	Применение на уроке

	полологого склона		books Vilenskii_Fiz iz .school.edu	форм работы, стимулирующих познавательную мотивацию обучающихся
3.30	<i>Модуль «Зимние виды спорта».</i> Преодоление небольших препятствий при спуске с пологого склона	1	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz	Применение групповой работы или работы в парах, которые учат обучающихся командной работе и взаимодействию с другими обучающимися
3.31	<i>Модуль «Спортивные игры. Баскетбол».</i> Передача и ловля мяча после отскока от пола; бросок в корзину двумя руками снизу и от груди после ведения.	2	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz .school.edu	Включение в урок игровых процедур для поддержания мотивации обучающихся к получению знаний
3.32	<i>Модуль «Спортивные игры. Баскетбол».</i> Игровая деятельность по правилам	1	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz	Использование воспитательных возможностей содержания темы через подбор соответствующих заданий
3.33	<i>Модуль «Спортивные игры. Баскетбол».</i> Ведение баскетбольного мяча, приёмы и передачи, броски в корзину.	5	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz	Применение на уроке форм работы, стимулирующих познавательную мотивацию обучающихся
3.34	<i>Модуль «Спортивные игры. Баскетбол».</i> Бросок баскетбольного мяча в корзину двумя руками от груди с места	4	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz	Использование воспитательных возможностей содержания темы через

				подбор соответствующих заданий
3.35	Модуль «Спортивные игры. Волейбол». Верхняя прямая подача мяча в разные зоны площадки соперника	2	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz	Включение в урок игровых процедур для поддержания мотивации обучающихся к получению знаний
3.36	Модуль «Спортивные игры. Волейбол». Передача мяча через сетку двумя руками сверху и перевод мяча за голову.	2	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz .school.edu	Применение на уроке форм работы, стимулирующих познавательную мотивацию обучающихся
3.37	Модуль «Спортивные игры. Волейбол». Приём и передача волейбольного мяча двумя руками снизу, сверху.	2	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz	Применение групповой работы или работы в парах, которые учат обучающихся командной работе и взаимодействию с другими обучающимися
3.38	Модуль «Спортивные игры. Волейбол». Игровая деятельность по правилам с использованием ранее разученных технических приёмов.	2	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz	Включение в урок игровых процедур для поддержания мотивации обучающихся к получению знаний
3.39	Модуль «Спортивные игры. Футбол». Средние и длинные передачи мяча по прямой и диагонали	1	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz	Использование воспитательных возможностей содержания темы через подбор соответствующих заданий
3.40	Модуль «Спортивные игры. Футбол». Рекомендации	В процесс урока	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F	Применение на уроке форм работы,

	учителя по использованию упражнений для освоения технических действий игры футбол		iz .school.edu	стимулирующих познавательную мотивацию обучающихся
3.41	Модуль «Спортивные игры. Футбол». Тактические действия при выполнении углового удара и вбрасывании мяча из-за боковой линии.	1	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_5- 7kl index.html	Использование воспитательных возможностей содержания темы через подбор соответствующих заданий
3.42	Модуль «Спортивные игры. Футбол». Ведение футбольного мяча	1	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_5- 7kl index.html .school.edu	Применение на уроке форм работы, стимулирующих познавательную мотивацию обучающихся
3.43	Модуль «Спортивные игры. Футбол». Игровая деятельность по правилам с использованием ранее разученных технических приёмов.	1	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_5- 7kl index.html	Включение в урок игровых процедур для поддержания мотивации обучающихся к получению знаний
Раздел 4. СПОРТ (8ч.)				
4.1	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.	8	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_5- 7kl index.html .school.edu	Применение групповой работы которые учат обучающихся командной работе и взаимодействию с другими обучающимися
	Итого:	68		

Таблица тематического планирования с указанием количества академических часов, отводимых на освоение каждой темы, возможности использования по этой теме ЭОР и ЦОР. 8 класс.

№ п/п	Количество	Электронные учебно-методич	Форма реализации
-------	------------	----------------------------	------------------

	Наименование разделов и тем программы	часов, отводимых на освоение темы	электронные материалы	воспитательного потенциала темы
Раздел 1. ЗНАНИЯ О ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ(2ч.)				
1.1	Знакомство с программным материалом и требованиями к его освоению	0,3	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_8-9 kl index.html .school.edu	Применение на уроке форм работы, стимулирующих познавательную мотивацию обучающихся
1.2	Физическая культура в современном обществе: характеристика основных направлений и форм организации.	0,3	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_8-9 kl index.html .school.edu	Включение в урок игровых процедур для поддержания мотивации обучающихся к получению знаний
1.3	Всестороннее и гармоничное физическое развитие.	0,4	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_8-9 kl index.html .school.edu	Применение групповой работы или работы в парах, которые учат обучающихся командной работе и взаимодействию с другими обучающимися
1.4	Адаптивная физическая культура, её история и социальная значимость.	1	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_8-9 kl index.html .school.edu	Использование воспитательных возможностей содержания темы через подбор соответствующих заданий
Раздел 2. СПОСОБЫ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ (2ч.)				
2.1	Коррекция осанки и разработка индивидуальных планов занятий корригирующей гимнастикой.	0,2	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_8-9 kl index.html .school.edu	Применение на уроке интерактивных форм работы с обучающимися

				ся: интеллектуальных игр, стимулирующих познавательную мотивацию обучающихся
2.2	Самостоятельное составление индивидуального режима дня	0,2	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_8-9 kl index.html .school.edu	Использование воспитательных возможностей содержания темы через подбор соответствующих заданий
2.3	Физическое развитие человека и факторы, влияющие на его показатели	0,2	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_8-9 kl index.html .school.edu	Включение в урок игровых процедур для поддержания мотивации обучающихся к получению знаний
2.4	Коррекция избыточной массы тела и разработка индивидуальных планов занятий корригирующей гимнастикой.	0,2	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_8-9 kl index.html .school.edu	Использование воспитательных возможностей содержания темы через подбор соответствующих заданий
2.5	Измерение индивидуальных показателей физического развития	0,2	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_8-9 kl index.html .school.edu	Включение в урок игровых процедур для поддержания мотивации обучающихся к получению знаний
2.6	Упражнения для профилактики нарушения осанки	0,2	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_8-9 kl index.html .school.edu	Применение на уроке интерактивных форм работы с обучающимися: интеллектуальных игр,

				стимулирующих познавательную мотивацию обучающихся
2.7	Организация и проведение самостоятельных занятий	0,2	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_8-9 kl index.html .school.edu	Применение групповой работы или работы в парах, которые учат обучающихся командной работе и взаимодействию с другими обучающимися
2.8	Составление планов-конспектов для самостоятельных занятий спортивной подготовкой.	0,2	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_8-9 kl index.html .school.edu	Применение на уроке форм работы, стимулирующих познавательную мотивацию обучающихся
2.9	Способы учёта индивидуальных особенностей при составлении планов самостоятельных тренировочных занятий.	0,2	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_8-9 kl index.html .school.edu	Использование воспитательных возможностей содержания темы через подбор соответствующих заданий
2.10	Ведение дневника физической культуры	0,2	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_8-9 kl index.html .school.edu	Применение на уроке форм работы, стимулирующих познавательную мотивацию обучающихся
Раздел 3. ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ (56ч.)				
3.1	Знакомство с понятием «физкультурно-оздоровительная деятельность»	В процессе урока	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_8-9 kl index.html .school.edu	Включение в урок игровых процедур для поддержания мотивации обучающихся

				к получению знаний
3.2	Профилактика перенапряжения систем организма средствами оздоровительной физической культуры	В процессе урока	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_8-9 kl index.html .school.edu	Применение на уроке форм работы, стимулирующих познавательную мотивацию обучающихся
3.3	Упражнения дыхательной и зрительной гимнастики	В процессе урока	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_8-9 kl index.html .school.edu	Применение групповой работы или работы в парах, которые учат обучающихся командной работе и взаимодействию с другими обучающимися
3.4	Упражнения мышечной релаксации и регулирования вегетативной нервной системы, профилактики общего и зрительного утомления.	В процессе урока	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_8-9 kl index.html .school.edu	Включение в урок игровых процедур для поддержания мотивации обучающихся к получению знаний
3.5	Упражнения на развитие гибкости	В процессе урока	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_8-9 kl index.html .school.edu	Использование воспитательных возможностей содержания темы через подбор соответствующих заданий
3.6	Упражнения на развитие координации	В процессе урока	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_8-9 kl index.html .school.edu	Применение на уроке форм работы, стимулирующих познавательную мотивацию обучающихся
3.7	Упражнения на формирование телосложения	В процессе урока	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_8-9 kl index.html .school.edu	Использование воспитательных

			iz-ra_8-9 kl index.html .school.edu	ых возможносте й содержания темы через подбор соответствую щих заданий
3.8	<i>Модуль «Гимнастика».</i> Акробатическая комбинация из ранее освоенных упражнений силовой направленности	1	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_8-9 kl index.html .school.edu	Применение на уроке форм работы, стимулирующих познавательную мотивацию обучающихся
3.9	<i>Модуль «Гимнастика».</i> Кувырок вперед в группировке	1	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_8-9 kl index.html .school.edu	Включение в урок игровых процедур для поддержания мотивации обучающихся к получению знаний
3.10	<i>Модуль «Гимнастика».</i> Кувырок назад в группировке	1	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_8-9 kl index.html .school.edu	Использование воспитательных возможностей содержания темы через подбор соответствующих заданий
3.11	<i>Модуль «Гимнастика».</i> Гимнастическая комбинация на гимнастическом бревне из ранее освоенных упражнений	1	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_8-9 kl index.html .school.edu	Применение на уроке форм работы, стимулирующих познавательную мотивацию обучающихся
3.12	<i>Модуль «Гимнастика».</i> Кувырок назад из стойки на лопатках	1	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_8-9 kl index.html .school.edu	Включение в урок игровых процедур для поддержания мотивации обучающихся к получению знаний
3.13	<i>Модуль «Гимнастика».</i> Опорный прыжок через гимнастического козла	2	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F	Включение в урок игровых процедур для

			iz-ra_8-9 kl index.html .school.edu	поддержания мотивации обучающихся к получению знаний
3.14	<i>Модуль «Гимнастика».</i> Гимнастическая комбинация на перекладине с включением ранее освоенных упражнений	1	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_8-9 kl index.html .school.edu	Применение на уроке форм работы, стимулирую щих познавательн ую мотивацию обучающихся
3.15	<i>Модуль «Гимнастика».</i> Гимнастическая комбинация на параллельных брусьях	1	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_8-9 kl index.html .school.edu	Применение групповой работы или работы в парах, которые учат обучающихся командной работе и взаимодейств ию с другими обучающими ся
3.16	<i>Модуль «Гимнастика».</i> Вольные упражнения на базе ранее разученных акробатических упражнений	1	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_8-9 kl index.html .school.edu	Включение в урок игровых процедур для поддержания мотивации обучающихся к получению знаний
3.17	<i>Модуль «Лёгкая атлетика».</i> Кроссовый бег; прыжок в длину с разбега способом «прогнувшись». Правила проведения соревнований по сдаче норм комплекса ГТО.	4	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_8-9 kl index.html .school.edu	Использован ие воспитательн ых возможносте й содержания темы через подбор соответствую щих заданий
3.18	<i>Модуль «Лёгкая атлетика».</i> Рекомендации по технике безопасности во время выполнения беговых упражнений на самостоятельных занятиях лёгкой атлетикой	1	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_8-9 kl index.html .school.edu	Применение на уроке форм работы, стимулирую щих познавательн ую мотивацию обучающихся

3.19	Модуль «Лёгкая атлетика». Бег с максимальной скоростью на короткие дистанции	2	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_8-9 kl index.html .school.edu	Использован ие воспитательн ых возможносте й содержания темы через подбор соответствую щих заданий
3.20	Модуль «Лёгкая атлетика». Прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги»	2	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_8-9 kl index.html .school.edu	Включение в урок игровых процедур для поддержания мотивации обучающихся к получению знаний
3.21	Модуль «Лёгкая атлетика». Самостоятельная подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО	1	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_8-9 kl index.html .school.edu	Применение на уроке форм работы, стимулирую щих познавательн ую мотивацию обучающихся
3.22	Модуль «Лёгкая атлетика». Метание малого мяча.	1	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_8-9 kl index.html .school.edu	Включение в урок игровых процедур для поддержания мотивации обучающихся к получению знаний
3.23	Модуль «Лёгкая атлетика». Прыжки и метание спортивного снаряда	1	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_8-9 kl index.html .school.edu	Включение в урок игровых процедур для поддержания мотивации обучающихся к получению знаний
3.24	Модуль «Лёгкая атлетика». Метание малого мяча на дальность	4	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_8-9 kl index.html .school.edu	Применение на уроке форм работы, стимулирую щих познавательн ую мотивацию обучающихся

3.25	Модуль «Зимние виды спорта». Передвижение на лыжах одновременным бесшажным ходом	1	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_8-9 kl index.html .school.edu	Применение групповой работы или работы в парах, которые учат обучающихся командной работе и взаимодействию с другими обучающимися
3.26	Модуль «Зимние виды спорта». Преодоление естественных препятствий на лыжах широким шагом, перешагиванием, перелазанием	1	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_8-9 kl index.html .school.edu	Включение в урок игровых процедур для поддержания мотивации обучающихся к получению знаний
3.27	Модуль «Зимние виды спорта». Торможение боковым скольжением при спуске на лыжах с пологого склона	1	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_8-9 kl index.html .school.edu	Использование воспитательных возможностей содержания темы через подбор соответствующих заданий
3.28	Модуль «Зимние виды спорта». Переход с попеременного двухшажного хода на одновременный бесшажный ход и обратно	1	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_8-9 kl index.html .school.edu	Включение в урок игровых процедур для поддержания мотивации обучающихся к получению знаний
3.29	Модуль «Зимние виды спорта». Упражнения лыжной подготовки в передвижениях на лыжах, при спусках, подъёмах, торможении.	1	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_8-9 kl index.html .school.edu	Применение на уроке форм работы, стимулирующих познавательную мотивацию обучающихся
3.30	Модуль «Зимние виды спорта». Упражнения лыжной подготовки в передвижениях на лыжах, при спусках, подъёмах, торможении.	1	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_8-9 kl index.html .school.edu	Применение групповой работы или работы в парах, которые учат

				обучающихся командной работе и взаимодействию с другими обучающимися
3.31	Модуль «Спортивные игры. Баскетбол». Передача баскетбольного мяча двумя руками от груди	2	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_8-9 kl index.html .school.edu	Включение в урок игровых процедур для поддержания мотивации обучающихся к получению знаний
3.32	Модуль «Спортивные игры. Баскетбол». Повороты туловища в правую и левую стороны с удержанием мяча двумя руками	1	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_8-9 kl index.html .school.edu	Использование воспитательных возможностей содержания темы через подбор соответствующих заданий
3.33	Модуль «Спортивные игры. Баскетбол». Ведение баскетбольного мяча. Передача мяча одной рукой от плеча и снизу; бросок мяча двумя и одной рукой в прыжке.	5	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_8-9 kl index.html .school.edu	Применение на уроке форм работы, стимулирующих познавательную мотивацию обучающихся
3.34	Модуль «Спортивные игры. Баскетбол». Бросок баскетбольного мяча в корзину двумя руками от груди с места. Игровая деятельность по правилам с использованием ранее разученных технических приёмов.	4	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_8-9 kl index.html .school.edu	Использование воспитательных возможностей содержания темы через подбор соответствующих заданий
3.35	Модуль «Спортивные игры. Волейбол». Прямая нижняя подача мяча в волейболе	2	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_8-9 kl index.html .school.edu	Включение в урок игровых процедур для поддержания мотивации обучающихся к получению знаний
3.36	Модуль «Спортивные игры. Волейбол». Прямой	2	http: www.prosv.ru e	Применение на уроке

	нападающий удар		books Vilenskii_Fiz-ra_8-9.kl index.html.school.edu	форм работы, стимулирующих познавательную мотивацию обучающихся
3.37	<i>Модуль «Спортивные игры. Волейбол».</i> Приём и передача волейбольного мяча двумя руками снизу, индивидуальное блокирование мяча в прыжке с места	2	http: www.prosv.ru ebooks Vilenskii_Fiz-ra_8-9.kl index.html.school.edu	Применение групповой работы или работы в парах, которые учат обучающихся командной работе и взаимодействию с другими обучающимися
3.38	<i>Модуль «Спортивные игры. Волейбол».</i> Приём и передача волейбольного мяча двумя руками сверху. Игровая деятельность по правилам с использованием ранее разученных технических приёмов.	2	http: www.prosv.ru ebooks Vilenskii_Fiz-ra_8-9.kl index.html.school.edu	Включение в урок игровых процедур для поддержания мотивации обучающихся к получению знаний
3.39	<i>Модуль «Спортивные игры. Футбол».</i> Удар по мячу с разбега внутренней частью подъёма стопы	1	http: www.prosv.ru ebooks Vilenskii_Fiz-ra_8-9.kl index.html.school.edu	Использование воспитательных возможностей содержания темы через подбор соответствующих заданий
3.40	<i>Модуль «Спортивные игры. Футбол».</i> Рекомендации учителя по использованию подводящих упражнений для освоения технических действий игры футбол	В процессе урока	http: www.prosv.ru ebooks Vilenskii_Fiz-ra_8-9.kl index.html.school.edu	Применение на уроке форм работы, стимулирующих познавательную мотивацию обучающихся
3.41	<i>Модуль «Спортивные игры. Футбол».</i> Остановка мяча внутренней стороной стопы.	1	http: www.prosv.ru ebooks Vilenskii_Fiz-ra_8-9.kl index.html.school.edu	Использование воспитательных возможностей содержания темы через

				подбор соответствующих заданий
3.42	Модуль «Спортивные игры. Футбол». Правила игры в мини-футбол; технические и тактические действия.	1	http://www.prosv.ru/ebooks/Vilenskii_Fiz-ra_8-9kl/index.html.school.edu	Применение на уроке форм работы, стимулирующих познавательную мотивацию обучающихся
3.43	Модуль «Спортивные игры. Футбол». Игровая деятельность по правилам классического футбола с использованием ранее разученных технических приёмов	1	http://www.prosv.ru/ebooks/Vilenskii_Fiz-ra_8-9kl/index.html.school.edu	Включение в урок игровых процедур для поддержания мотивации обучающихся к получению знаний
Раздел 4. СПОРТ (8ч.)				
4.1	Физическая подготовка к выполнению нормативов Комплекса ГТО с использованием средств базовой физической подготовки, видов спорта и оздоровительных систем физической культуры	8	http://www.prosv.ru/ebooks/Vilenskii_Fiz-ra_8-9kl/index.html.school.edu	Применение групповой работы которые учат обучающихся командной работе и взаимодействию с другими обучающимися
	Итого:	68		

Таблица тематического планирования с указанием количества академических часов, отводимых на освоение каждой темы, возможности использования по этой теме ЭОР и ЦОР. 9 класс.

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов, отводимых на освоение темы	Электронные учебно-методические материалы	Форма реализации воспитательного потенциала темы
Раздел 1. ЗНАНИЯ О ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ(2ч.)				
1.1	Знакомство с программным материалом и требованиями к его освоению	0,3	http://www.prosv.ru/ebooks/Vilenskii_Fiz-ra_8-9kl/index.html.school.edu	Применение на уроке форм работы, стимулирующих познавательную

				мотивацию обучающихся
1.2	Здоровье и здоровый образ жизни, вредные привычки и их пагубное влияние на здоровье человека.	0,3	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_8-9 kl index.html .school.edu	Включение в урок игровых процедур для поддержания мотивации обучающихся к получению знаний
1.3	Туристские походы как форма организации здорового образа жизни.	0,4	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_8-9 kl index.html .school.edu	Применение групповой работы или работы в парах, которые учат обучающихся командной работе и взаимодействию с другими обучающимися
1.4	Профессионально-прикладная физическая культура.	1	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_8-9 kl index.html .school.edu	Использование воспитательных возможностей содержания темы через подбор соответствующих заданий
Раздел 2. СПОСОБЫ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ (2ч.)				
2.1	Восстановительный массаж как средство оптимизации работоспособности, его правила и приёмы во время самостоятельных занятий физической подготовкой.	0,2	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_8-9 kl index.html .school.edu	Применение на уроке интерактивных форм работы с обучающимися: интеллектуальных игр, стимулирующих познавательную мотивацию обучающихся
2.2	Баннйные процедуры как средство укрепления здоровья.	0,2	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_8-9	Использование воспитательных

			kl index.html .school.edu	возможности содержания темы через подбор соответствующих заданий
2.3	Физическое развитие человека и факторы, влияющие на его показатели	0,2	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_8-9 kl index.html .school.edu	Включение в урок игровых процедур для поддержания мотивации обучающихся к получению знаний
2.4	Осанка как показатель физического развития и здоровья школьника	0,2	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_8-9 kl index.html .school.edu	Использование воспитательных возможностей содержания темы через подбор соответствующих заданий
2.5	Измерение индивидуальных показателей физического развития	0,2	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_8-9 kl index.html .school.edu	Включение в урок игровых процедур для поддержания мотивации обучающихся к получению знаний
2.6	Измерение функциональных резервов организма.	0,2	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_8-9 kl index.html .school.edu	Применение на уроке интерактивных форм работы с обучающимися: интеллектуальных игр, стимулирующих познавательную мотивацию обучающихся
2.7	Организация и проведение самостоятельных занятий	0,2	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_8-9 kl index.html .school.edu	Применение групповой работы или работы в парах, которые учат обучающихся

				командной работе и взаимодействию с другими обучающимися
2.8	Процедура определения состояния организма с помощью одномоментной функциональной пробы	0,2	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_8-9 kl index.html .school.edu	Применение на уроке форм работы, стимулирующих познавательную мотивацию обучающихся
2.9	Оказание первой помощи на самостоятельных занятиях физическими упражнениями и во время активного отдыха.	0,2	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_8-9 kl index.html .school.edu	Использование воспитательных возможностей содержания темы через подбор соответствующих заданий
2.10	Ведение дневника физической культуры	0,2	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_8-9 kl index.html .school.edu	Применение на уроке форм работы, стимулирующих познавательную мотивацию обучающихся
Раздел 3. ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ (56ч.)				
3.1	Занятия физической культурой и режим питания.	В процессе урока	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_8-9 kl index.html .school.edu	Включение в урок игровых процедур для поддержания мотивации обучающихся к получению знаний
3.2	Упражнения для снижения избыточной массы тела.	В процессе урока	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_8-9 kl index.html .school.edu	Применение на уроке форм работы, стимулирующих познавательную мотивацию обучающихся
3.3	Упражнения дыхательной и зрительной гимнастики	В процессе	http: www.prosv.ru e	Применение групповой

		е урока	books Vilenskii_Fiz-ra_8-9kl index.html.school.edu	работы или работы в парах, которые учат обучающихся командной работе и взаимодействию с другими обучающимися
3.4	Оздоровительные, коррекционные и профилактические мероприятия в режиме двигательной активности старшеклассников	В процессе урока	http://www.prosv.ru ebooks Vilenskii_Fiz-ra_8-9kl index.html.school.edu	Включение в урок игровых процедур для поддержания мотивации обучающихся к получению знаний
3.5	Упражнения на развитие гибкости	В процессе урока	http://www.prosv.ru ebooks Vilenskii_Fiz-ra_8-9kl index.html.school.edu	Использование воспитательных возможностей содержания темы через подбор соответствующих заданий
3.6	Упражнения на развитие координации	В процессе урока	http://www.prosv.ru ebooks Vilenskii_Fiz-ra_8-9kl index.html.school.edu	Применение на уроке форм работы, стимулирующих познавательную мотивацию обучающихся
3.7	Упражнения на формирование телосложения	В процессе урока	http://www.prosv.ru ebooks Vilenskii_Fiz-ra_8-9kl index.html.school.edu	Использование воспитательных возможностей содержания темы через подбор соответствующих заданий
3.8	Модуль «Гимнастика». Акробатическая комбинация с включением длинного кувырка с разбега	1	http://www.prosv.ru ebooks Vilenskii_Fiz-ra_8-9kl index.html.school.edu	Применение на уроке форм работы, стимулирующих познавательн

				ую мотивацию обучающихся
3.9	<i>Модуль «Гимнастика».</i> Акробатическая комбинация с включением кувырка назад в упор, стоя ноги врозь (юноши).	1	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_8-9 kl index.html .school.edu	Включение в урок игровых процедур для поддержания мотивации обучающихся к получению знаний
3.10	<i>Модуль «Гимнастика».</i> Кувырок назад в группировке	1	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_8-9 kl index.html .school.edu	Использование воспитательных возможностей содержания темы через подбор соответствующих заданий
3.11	<i>Модуль «Гимнастика».</i> Гимнастическая комбинация на высокой перекладине	1	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_8-9 kl index.html .school.edu	Применение на уроке форм работы, стимулирующих познавательную мотивацию обучающихся
3.12	<i>Модуль «Гимнастика».</i> Кувырок назад из стойки на лопатках	1	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_8-9 kl index.html .school.edu	Включение в урок игровых процедур для поддержания мотивации обучающихся к получению знаний
3.13	<i>Модуль «Гимнастика».</i> Опорный прыжок через гимнастического козла	2	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_8-9 kl index.html .school.edu	Включение в урок игровых процедур для поддержания мотивации обучающихся к получению знаний
3.14	<i>Модуль «Гимнастика».</i> Гимнастическая комбинация на гимнастическом бревне, с включением полушпагата, стойки на колене с опорой на руки и отведением ноги назад (девушки).	1	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_8-9 kl index.html .school.edu	Применение на уроке форм работы, стимулирующих познавательную мотивацию

				обучающихся
3.15	<i>Модуль «Гимнастика».</i> Элементы степ-аэробики, акробатики и ритмической гимнастики (девушки).	1	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_8-9 kl index.html .school.edu	Применение групповой работы или работы в парах, которые учат обучающихся командной работе и взаимодействию с другими обучающимися
3.16	<i>Модуль «Гимнастика».</i> Гимнастическая комбинация на высокой перекладине, с включением элементов размахивания и соскока вперёд прогнувшись (юноши).	1	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_8-9 kl index.html .school.edu	Включение в урок игровых процедур для поддержания мотивации обучающихся к получению знаний
3.17	<i>Модуль «Лёгкая атлетика».</i> Бег с равномерной скоростью на длинные дистанции. Техническая подготовка в беговых и прыжковых упражнениях:	4	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_8-9 kl index.html .school.edu	Использование воспитательных возможностей содержания темы через подбор соответствующих заданий
3.18	<i>Модуль «Лёгкая атлетика».</i> Рекомендации по технике безопасности во время выполнения беговых упражнений на самостоятельных занятиях лёгкой атлетикой, бег на короткие дистанции.	1	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_8-9 kl index.html .school.edu	Применение на уроке форм работы, стимулирующих познавательную мотивацию обучающихся
3.19	<i>Модуль «Лёгкая атлетика».</i> Бег с максимальной скоростью на короткие дистанции	2	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_8-9 kl index.html .school.edu	Использование воспитательных возможностей содержания темы через подбор соответствующих заданий
3.20	<i>Модуль «Лёгкая атлетика».</i> Прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги»	2	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_8-9 kl index.html .school.edu	Включение в урок игровых процедур для

			iz-ra_8-9 kl index.html .school.edu	поддержания мотивации обучающихся к получению знаний
3.21	<i>Модуль «Лёгкая атлетика».</i> Прыжки в высоту способом «перешагивание».	1	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_8-9 kl index.html .school.edu	Применение на уроке форм работы, стимулирую щих познавательн ую мотивацию обучающихся
3.22	<i>Модуль «Лёгкая атлетика».</i> Метание малого мяча. Прыжки в длину способами «прогнувшись» и «согнув ноги»	1	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_8-9 kl index.html .school.edu	Включение в урок игровых процедур для поддержания мотивации обучающихся к получению знаний
3.23	<i>Модуль «Лёгкая атлетика».</i> Рекомендации по технике безопасности при выполнении упражнений в метании малого мяча.	1	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_8-9 kl index.html .school.edu	Включение в урок игровых процедур для поддержания мотивации обучающихся к получению знаний
3.24	<i>Модуль «Лёгкая атлетика».</i> Метание малого мяча на дальность. Техническая подготовка в метании спортивного снаряда с разбега на дальность. Бег на короткие и длинные дистанции	4	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_8-9 kl index.html .school.edu	Применение на уроке форм работы, стимулирую щих познавательн ую мотивацию обучающихся
3.25	<i>Модуль «Зимние виды спорта».</i> Техническая подготовка в передвижении лыжными ходами по учебной дистанции: попеременный двухшажный ход	1	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_8-9 kl index.html .school.edu	Применение групповой работы или работы в парах, которые учат обучающихся командной работе и взаимодейств ию с другими обучающимися
3.26	<i>Модуль «Зимние виды спорта».</i> Рекомендации учителя по технике	1	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_8-9 kl index.html .school.edu	Включение в урок игровых

	безопасности на занятиях лыжной подготовкой; способы использования упражнений в передвижении на лыжах для развития выносливости		books Vilenskii_Fiz-ra_8-9.kl index.html.school.edu	процедур для поддержания мотивации обучающихся к получению знаний
3.27	Модуль «Зимние виды спорта». Одновременный одношажный ход	1	http: www.prosv.ru ebooks Vilenskii_Fiz-ra_8-9.kl index.html.school.edu	Использование воспитательных возможностей содержания темы через подбор соответствующих заданий
3.28	Модуль «Зимние виды спорта». Способы перехода с одного лыжного хода на другой.	1	http: www.prosv.ru ebooks Vilenskii_Fiz-ra_8-9.kl index.html.school.edu	Включение в урок игровых процедур для поддержания мотивации обучающихся к получению знаний
3.29	Модуль «Зимние виды спорта». Спуск на лыжах с пологого склона	1	http: www.prosv.ru ebooks Vilenskii_Fiz-ra_8-9.kl index.html.school.edu	Применение на уроке форм работы, стимулирующих познавательную мотивацию обучающихся
3.30	Модуль «Зимние виды спорта». Преодоление небольших препятствий при спуске с пологого склона	1	http: www.prosv.ru ebooks Vilenskii_Fiz-ra_8-9.kl index.html.school.edu	Применение групповой работы или работы в парах, которые учат обучающихся командной работе и взаимодействию с другими обучающимися
3.31	Модуль «Спортивные игры. Баскетбол». Передача баскетбольного мяча двумя руками от груди. Техническая подготовка в игровых действиях.	2	http: www.prosv.ru ebooks Vilenskii_Fiz-ra_8-9.kl index.html.school.edu	Включение в урок игровых процедур для поддержания мотивации обучающихся к получению знаний

3.32	<i>Модуль «Спортивные игры. Баскетбол».</i> Рекомендации учителя по использованию подготовительных и подводящих упражнений для освоения технических действий игры баскетбол	1	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_8-9 kl index.html .school.edu	Использован ие воспитательн ых возможносте й содержания темы через подбор соответствую щих заданий
3.33	<i>Модуль «Спортивные игры. Баскетбол».</i> Ведение баскетбольного мяча, передачи, приёмы и броски мяча на месте, в прыжке, после ведения.	5	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_8-9 kl index.html .school.edu	Применение на уроке форм работы, стимулирую щих познавательн ую мотивацию обучающихся
3.34	<i>Модуль «Спортивные игры. Баскетбол».</i> Бросок баскетбольного мяча в корзину двумя руками от груди с места, передачи, приёмы и броски мяча на месте, в прыжке, после ведения.	4	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_8-9 kl index.html .school.edu	Использован ие воспитательн ых возможносте й содержания темы через подбор соответствую щих заданий
3.35	<i>Модуль «Спортивные игры. Волейбол».</i> Прямая нижняя и верхняя подачи мяча в волейболе	2	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_8-9 kl index.html .school.edu	Включение в урок игровых процедур для поддержания мотивации обучающихся к получению знаний
3.36	<i>Модуль «Спортивные игры. Волейбол».</i> Рекомендации учителя по использованию упражнений для освоения технических действий игры волейбол, удары и блокировка.	2	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_8-9 kl index.html .school.edu	Применение на уроке форм работы, стимулирую щих познавательн ую мотивацию обучающихся
3.37	<i>Модуль «Спортивные игры. Волейбол».</i> Приём и передача волейбольного мяча двумя руками снизу, удары и блокировка.	2	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_8-9 kl index.html .school.edu	Применение групповой работы или работы в парах, которые учат обучающихся командной

				работе и взаимодействии с другими обучающимися
3.38	<i>Модуль «Спортивные игры. Волейбол».</i> Поддачи мяча в разные зоны площадки соперника; приёмы и передачи на месте и в движении	2	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_8-9 kl index.html .school.edu	Включение в урок игровых процедур для поддержания мотивации обучающихся к получению знаний
3.39	<i>Модуль «Спортивные игры. Футбол».</i> Техническая подготовка в игровых действиях: ведение, приёмы и передачи.	1	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_8-9 kl index.html .school.edu	Использование воспитательных возможностей содержания темы через подбор соответствующих заданий
3.40	<i>Модуль «Спортивные игры. Футбол».</i> Рекомендации учителя по использованию подготовительных и подводящих упражнений для освоения технических действий игры футбол	В процесс урока	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_8-9 kl index.html .school.edu	Применение на уроке форм работы, стимулирующих познавательную мотивацию обучающихся
3.41	<i>Модуль «Спортивные игры. Футбол».</i> Остановки и удары по мячу с места.	1	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_8-9 kl index.html .school.edu	Использование воспитательных возможностей содержания темы через подбор соответствующих заданий
3.42	<i>Модуль «Спортивные игры. Футбол».</i> Остановки и удары по мячу в движении.	1	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_8-9 kl index.html .school.edu	Применение на уроке форм работы, стимулирующих познавательную мотивацию обучающихся
3.43	<i>Модуль «Спортивные игры. Футбол».</i>	1	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_8-9 kl index.html .school.edu	Включение в урок игровых процедур для

			iz-ra_8-9 kl index.html .school.edu	поддержания мотивации обучающихся к получению знаний
Раздел 4.СПОРТ (8ч.)				
4.1	Физическая подготовка к выполнению нормативов Комплекса ГТО с использованием средств базовой физической подготовки, видов спорта и оздоровительных систем физической культуры. Совершенствование техники ранее разученных гимнастических и акробатических упражнений, упражнений лёгкой атлетики и зимних видов спорта; технических действий спортивных игр.	8	http: www.prosv.ru e books Vilenskii_F iz-ra_8-9 kl index.html .school.edu	Применение групповой работы которые учат обучающихся командной работе и взаимодействию с другими обучающимися
	Итого:	68		