

МБОУ Васильсурская средняя школа

«Рассмотрена»
Руководитель ШМО:
Протокол № 1
Дата 28.08.2021

«Согласована»
зам. директора по УВР
Галкина В.А.

Дата 28.08.2021

«Утверждаю»
Директор школы
_____ Толобов Д.Г.
Приказ № 87-ОД
Дата 28.08.2021

Рабочая программа по физической культуре

5 - 9 классы

**Учитель: Алюкова Светлана
Никоновна**

р. п. Васильсурск

2021

Планируемые образовательные результаты обучающихся.

Личностные результаты обучения:

- владение знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности, о соответствии их возрастным и половым нормативам;
- владение знаниями об особенностях индивидуального здоровья и о функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний и перенапряжения средствами физической культуры;
- владение знаниями по основам организации и проведения занятий физической культурой оздоровительной и тренировочной направленности, составлению содержания занятий в соответствии с собственными задачами, индивидуальными особенностями физического развития и физической подготовленности.
- способность управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой, игровой и соревновательной деятельности;
- способность активно включаться в совместные физкультурно-оздоровительные и спортивные мероприятия, принимать участие в их организации и проведении;
- умение предупреждать конфликтные ситуации во время совместных занятий физической культурой и спортом, разрешать спорные проблемы на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим.
- умение планировать режим дня, обеспечивать оптимальное сочетание нагрузки и отдыха;
- умение проводить туристские пешие походы, готовить снаряжение, организовывать и благоустраивать места стоянок, соблюдать правила безопасности;
- умение содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование, спортивную одежду, осуществлять их подготовку к занятиям и спортивным соревнованиям.
- обладать красивой (правильной) осанкой, умение ее длительно сохранять при разнообразных формах движения и пере движений;
- обладать хорошим телосложением, желанием поддерживать его в рамках принятых норм и представлений посредством занятий физической культурой;

- обладать культурой движения, умением передвигаться красиво, легко и непринужденно.

Предметные результаты обучения:

- владение знаниями по истории и развитию спорта и олимпийского движения, о положительном их влиянии на укрепление мира и дружбы между народами;
- владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений (ходьба, бег, прыжки, лазанья и др.) различными способами, в различных изменяющихся внешних условиях;
- владение навыками выполнения разнообразных физических упражнений различной функциональной направленности, технических действий базовых видов спорта, а также применения их в игровой и соревновательной деятельности;
- умение максимально проявлять физические способности (качества) при выполнении тестовых упражнений по физической культуре.

Метапредметными результатами обучения курса «Физическая культура» является (УУД).

Регулятивные УУД:

- владение умением осуществлять поиск информации по вопросам развития современных оздоровительных систем, обобщать, анализировать и творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой;
- владение умением достаточно полно и точно формулировать цель и задачи совместных с другими детьми занятий физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельностью, излагать их содержание;
- владение умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, находить адекватные способы поведения и взаимодействия с партнерами во время учебной и игровой деятельности.
- работая по плану, сверять свои действия с целью и, при необходимости, исправлять ошибки самостоятельно.
- в диалоге с учителем совершенствовать самостоятельно выработанные критерии оценки.

Познавательные УУД:

- Анализировать, сравнивать, классифицировать и обобщать факты и явления. Выявлять причины и следствия простых явлений.
- Осуществлять сравнение, классификацию, самостоятельно выбирая основания и критерии для указанных логических операций;
- Строить логическое рассуждение, включающее установление причинно-следственных связей.
- Создавать схематические модели с выделением существенных характеристик объекта.
- Уметь определять возможные источники необходимых сведений, производить поиск информации, анализировать и оценивать ее достоверность.

Коммуникативные УУД:

- Самостоятельно организовывать учебное взаимодействие в группе (определять общие цели, распределять роли, договариваться друг с другом и т.д.)

Годовой план - график распределения учебного материала для 5 класса

№ п/ п	Вид программного материала	Кол-во часов	В процессе урока						
			1 четверть		2 четверть		3 четверть		4 четверть
1	Основы знаний								
2	Лёгкая атлетика	21	9						12
3	Физкультурно-оздоровительная деятельность	23		9		7	7		
4	Баскетбол	12							12
5	Волейбол	22	9					13	
6	Гимнастика с элементами акробатики	14			14				
7	Лыжная подготовка	10						10	
	Всего часов	102	27		21		30		24

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ 5 КЛАСС

№ уро ка	Тема урока	Элементы содержания	Требования к уровню подготовленности обучающихся	Вид кон тро ля
Легкая атлетика (9 ч)+физкультурно-оздоровительная деятельность(4ч)				
Планируемые результаты освоения раздела.				
Предметные:				
<ul style="list-style-type: none"> знания по истории и развитию спорта и олимпийского движения, о положительном их влиянии на укрепление мира и дружбы 				

между народами

- владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений (ходьба, бег, прыжки, лазанья и др.) различными способами, в различных изменяющихся внешних условиях;
- умение максимально проявлять физические способности (качества) при выполнении тестовых упражнений по физической культуре

Метапредметные.

Регулятивные УУД:

- владение умением достаточно полно и точно формулировать цель и задачи совместных с другими детьми занятий физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельностью, излагать их содержание;
- Работая по плану, сверять свои действия с целью и, при необходимости, исправлять ошибки самостоятельно.

Познавательные УУД:

- Анализировать, сравнивать, классифицировать и обобщать факты и явления. Выявлять причины и следствия простых явлений.
- Создавать схематические модели с выделением существенных характеристик объекта.

Коммуникативные УУД:

- Самостоятельно организовывать учебное взаимодействие в группе (определять общие цели, распределять роли, договариваться друг с другом и т.д.)

1	Техника безопасности История легкой атлетики.	Личная гигиена. Бег на длинные дистанции	Должны иметь представление о правилах поведения на спортивной площадке и в спортивном зале	Опрос
2	Беговые упражнения	Бег с ускорением от 30 до 40 м прыжки в длину.	Знать правила, выполнять бег на время.	Текущий.
3	Физкультурно-оздоровительная деятельность	Олимпийские игры древности. Миф о зарождении Олимпийских игр		Текущий.
4	Беговые упражнения	Бег на результат 60м. Метание мяча с места.	выполнять бег с максимальной скоростью. Знать технику метания мяча	Контроль результата
5	Прыжковые упражнения	Прыжки в длину с разбега метание мяча	выполнять технику прыжка в длину с разбега.	Текущий
6	Физкультурно-оздоровительная деятельность	Физическая культура и физическое развитие человека. Основные показатели		Текущий
7	Развитие скоростных способностей	Бег на длинные дистанции. Метание мяча	знать технику метания мяча.	Текущий

8	Метание малого мяча	Метание теннисного мяча на дальность с места и 4-5 шагов. Метание мяча в цель. Прыжки в длину.	Знать технику выполнения бросков на дальность	Контроль результата
9	Физкультурно-оздоровительная деятельность	Осанка как показатель физического развития человека		Текущий
10	Развитие выносливости	Бег на короткие дистанции и метание мяча.	Знать технику метания мяча	Текущий
11	Прыжковые упражнения	Прыжки в длину. Бег на длинные дистанции.	Выполнение упражнений по технике.	Контроль
12	Физкультурно-оздоровительная деятельность	Режим дня, его основное содержание и правила планирования.		Текущий.
13	Метание малого мяча	Метание мяча. Прыжки в длину с разбега.	Знать технику прыжка в длину и метание мяча.	Контроль.

Волейбол (9 ч) + физкультурно-оздоровительная деятельность(5ч)

Планируемые результаты освоения раздела.

Предметные:

- владение навыками выполнения разнообразных физических упражнений различной функциональной направленности, технических действий базовых видов спорта, а также применения их в игровой и соревновательной деятельности;
- умение максимально проявлять физические способности (качества) при выполнении тестовых упражнений по физической культуре

Метапредметные.

Регулятивные УУД:

- владение умением достаточно полно и точно формулировать цель и задачи совместных с другими детьми занятий физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельностью, излагать их содержание;
- владение умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, находить адекватные способы поведения и взаимодействия с партнерами во время учебной и игровой деятельности.
- Работая по плану, сверять свои действия с целью и, при необходимости, исправлять ошибки самостоятельно.

Познавательные УУД:

- Анализировать, сравнивать, классифицировать и обобщать факты и явления. Выявлять причины и следствия простых явлений.
- Осуществлять сравнение и классификацию, самостоятельно выбирая основания и критерии для указанных логических операций;

строить классификацию на основе дихотомического деления (на основе отрицания).

- Строить логическое рассуждение, включающее установление причинно-следственных связей.

Коммуникативные УУД:

- Самостоятельно организовывать учебное взаимодействие в группе (определять общие цели, распределять роли, договариваться друг с другом и т.д.)

14	Физкультурно-оздоровительная деятельность	Как проводить самостоятельные занятия физических упражнений.		Текущий.
15	Освоение техники приема и передачи мяча.	Прием и передача мяча сверху двумя руками. Правила игры	Демонстрировать технику передач	Текущий.
16	Освоение техники приема и передачи мяча.	Прием и передача мяча сверху двумя руками. Правила игры	Демонстрировать технику передач	Текущий.
17	Физкультурно-оздоровительная деятельность	Оздоровительная гимнастика, и ее значение в жизни человека		Текущий.
18	Освоение техники приема и передачи мяча.	Прием и передача мяча сверху и снизу игра по упрощенным правилам.	Демонстрировать технику передач.	Текущий.
19	Освоение техники приема и передачи мяча.	Прием и передача мяча, нижняя прямая задача.	Демонстрировать технику передач.	Контроль.
20	Физкультурно-оздоровительная деятельность	Физическая нагрузка и особенности ее дозирования.		Текущий.
21	Освоение техники приема и передачи мяча.	Прием и передача мяча. Нижняя подача учебная игра.	Демонстрировать технику передач.	Текущий.
22	Освоение техники приема и передачи мяча.	Прием и передача мяча. Нижняя подача учебная игра.	Демонстрировать технику передач.	Контроль.
23	Физкультурно-оздоровительная деятельность	Составление и оформление конспектов занятий, оздоровительной физической культурой.		Текущий.
24	Освоение техники приема и передачи мяча.	Прием и передача мяча. Поддача. Игра по упрощенным правилам.	Демонстрировать технику передач.	Текущий.
25	Освоение техники приема и передачи мяча.	Прием и передача мяча. Поддача. Игра по упрощенным правилам.	Демонстрировать технику передач.	Контроль.
26	Физкультурно-оздоровительная деятельность	Самонаблюдение и самоконтроль, его цели, назначение и основное содержание.		Текущий.
27	Закрепление техники приема и передачи мяча и развитие	Комбинация из освоенных элементов: передача, подача, прием	Владеть в совершенстве техникой приема и передачи мяча.	Контроль

Гимнастика (14 ч) + физкультурно-оздоровительная деятельность(7ч)**Планируемые результаты освоения раздела.****Предметные:**

- знания по истории и развитию спорта и олимпийского движения, о положительном их влиянии на укрепление мира и дружбы между народами
- владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений (ходьба, бег, прыжки, лазанья и др.) различными способами, в различных изменяющихся внешних условиях;
- умение максимально проявлять физические способности (качества) при выполнении тестовых упражнений по физической культуре

Метапредметные.**Регулятивные УУД:**

- владение умением осуществлять поиск информации по вопросам развития современных оздоровительных систем, обобщать, анализировать и творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой;
- владение умением достаточно полно и точно формулировать цель и задачи совместных с другими детьми занятий физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельностью, излагать их содержание;
- взаимодействия с партнерами во время учебной и игровой деятельности.
- Работая по плану, сверять свои действия с целью и, при необходимости, исправлять ошибки самостоятельно.
- В диалоге с учителем совершенствовать самостоятельно выработанные критерии оценки.

Познавательные УУД:

- Анализировать, сравнивать, классифицировать и обобщать факты и явления. Выявлять причины и следствия простых явлений.
- Осуществлять сравнение и классификацию, самостоятельно выбирая основания и критерии для указанных логических операций; строить классификацию на основе дихотомического деления (на основе отрицания).
- Строить логическое рассуждение, включающее установление причинно-следственных связей.
- Создавать схематические модели с выделением существенных характеристик объекта.

Коммуникативные УУД:

- Самостоятельно организовывать учебное взаимодействие в группе (определять общие цели, распределять роли, договариваться друг с другом и т.д.)

28	Организующие команды и приемы.	Техника безопасности на уроки гимнастики. Акробатика кувырок вперед.	Различать строевые команды. Четко выполнять строевые приемы.	Текущий.
29	Организующие команды и приемы.	Акробатика. Физические	Различать строевые команды. Четко	Текущий.

		упражнения для ритмической гимнастики.	выполнять строевые приемы.	
30	Физкультурно-оздоровительная деятельность	Физкультурно-оздоровительная деятельность как система занятий, направленная на укрепление здоровья.		Текущий.
31	Акробатические упражнения и комбинация.	Акробатика. Кувырок назад из упора присев. Ритмическая гимнастика.	Описывание техники данных упражнений.	Текущий.
32	Акробатические упражнения и комбинация.	Акробатика. Кувырок назад из упора присев. Ритмическая гимнастика.	Описывание техники данных упражнений.	Контроль.
33	Физкультурно-оздоровительная направленность.	Самостоятельные занятия ф.к. с оздоровительной направленностью		Текущий.
34	Акробатические упражнения и комбинация.	Акробатика. Кувырок назад и стойки на лопатках полушпагат. Ритмическая гимнастика	Описывание техники данных упражнений.	Текущий.
35	Акробатические упражнения и комбинация.	Опорный прыжок через козла ноги врозь. Акробатические упражнения.	Описывать технику, составлять комплексы О.Р.У.	Текущий
36	Физкультурно-оздоровительная деятельность	Развитие гибкости.		Текущий
37	Опорный прыжок. Акробатические упражнения.	Акробатические упражнения. Вскок в упор присев, соскок прогнувшись.	Описывать технику данных упражнений.	Текущий
38	Опорный прыжок. Акробатические упражнения.	Акробатические упражнения. Вскок в упор присев, соскок прогнувшись.	Описывать технику данных упражнений.	Контроль.
39	Физкультурно-оздоровительная направленность.	Гибкость как физическое качество.		Текущий
40	Акробатика. Комбинация на гимнастическом бревне.	Акробатика. Ритмическая гимнастика упражнение на равновесие.	Описывать технику данных упражнений	Текущий
41	Акробатика. Комбинация на гимнастическом скамейке.	Акробатика. Ритмическая гимнастика упражнение на равновесие.	Описывать технику данных упражнений	Контроль

42	Физкультурно-оздоровительная направленность.	Роль и значение развитие гибкости для укрепления здоровья и жизнедеятельности человека.		Текущий
43	Развитие силовых способностей.	Лазанье по канату. Опорный прыжок. Ритмическая гимнастика.	Описывать технику данных упражнений	Контроль
44	Упражнение на равновесии	Упражнение на гимнастическом бревне. Акробатика	Описывать технику данных упражнений	Текущий
45	Физкультурно-оздоровительная деятельность	Техника выполнения упражнений для развития гибкости.		Текущий
46	Развитие силовых способностей и силовой выносливости.	Опорный прыжок. Акробатика. Лазанье по канату	Используют упражнение для развития О.Ф.П.	Текущий
47	Развитие силовых способностей и силовой выносливости.	Опорный прыжок. Акробатика. Лазанье по канату	Используют упражнение для развития О.Ф.П.	Контроль
48	Физкультурно-оздоровительная деятельность	Развитие координации движений		Текущий

Лыжная подготовка (10 ч) + физкультурно-оздоровительная деятельность(7ч)+волейбол(13ч)

Планируемые результаты освоения раздела.

Предметные:

- знания по истории и развитию спорта и олимпийского движения, о положительном их влиянии на укрепление мира и дружбы между народами
- владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений (ходьба, бег, прыжки, лазанья и др.) различными способами, в различных изменяющихся внешних условиях;
- умение максимально проявлять физические способности (качества) при выполнении тестовых упражнений по физической культуре

Метапредметные.

Регулятивные УУД:

- владение умением осуществлять поиск информации по вопросам развития современных оздоровительных систем, обобщать, анализировать и творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой;
- владение умением достаточно полно и точно формулировать цель и задачи совместных с другими детьми занятий физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельностью, излагать их содержание;
- Работая по плану, сверять свои действия с целью и, при необходимости, исправлять ошибки самостоятельно.

Познавательные УУД:

- Уметь определять возможные источники необходимых сведений, производить поиск информации, анализировать и

оценивать ее достоверность.

Коммуникативные УУД:

- Самостоятельно организовывать учебное взаимодействие в группе (определять общие цели, распределять роли, договариваться друг с другом и т.д.)

49	Требования к технике безопасности.	История лыжного спорта. Основные правила соревнований.	Соблюдать правила, чтобы избежать травм.	Текущий
50	Освоение техники лыжных ходов.	Попеременный двухшажный ход.	Уметь описывать технику изучаемых лыжных ходов.	Текущий
51	Физкультурно-оздоровительная деятельность.	Координация –как физическое качество.		Текущий
52	Освоение техники лыжных ходов.	Спуск.Попеременный двухшажный ход.Подъем.	Уметь описывать технику изучаемых лыжных ходов	Текущий
53	Освоение техники лыжных ходов.	Спуск.Подъем.Одновременный бесшажный ход.Преодоление бугров и впадин.	Уметь описывать технику изучаемых лыжных ходов	Контроль
54	Физкультурно-оздоровительная деятельность	Техника выполнения упражнений для развития координации движений.		Текущий
55	Освоение техники лыжных ходов.	Попеременный двухшажный ход.Спуск,подъем,торможение.Одновременный бесшажный ход.	Уметь описывать технику изучаемых лыжных ходов.	Контроль
56	Освоение техники лыжных ходов.	Спуск,подъем,торможение.Передвижение на лыжах 1 км	Уметь описывать технику изучаемых лыжных ходов.	Текущий
57	Физкультурно-оздоровительная деятельность.	Дыхательная гимнастика,ее значение в укреплении здоровья,профилактика утомления.		Текущий
58	Освоение техники лыжных ходов.	Повороты переступанием.Попеременный двухшажный ход.Спуск.Подъем.Торможение.	Уметь описывать технику изучаемых лыжных ходов.	Текущий
59	Освоение техники лыжных ходов.	Передвижение на лыжах 3 км.Спуск.Подъем.Торможение.	Уметь описывать технику изучаемых лыжных ходов.	Контроль
60	Физкультурно-оздоровительная деятельность.	Техника выполнения упражнений для развития координации движений.		Текущий

61	Освоение техники лыжных ходов.	Торможение «плугом»Передвижение на лыжах.Спуск.Подъем.	Уметь описывать технику изучаемых лыжных ходов.	Текущий
62	Освоение техники лыжных ходов.	Передвижение на лыжах 3 км.Спуск.Подъем.	Уметь описывать технику изучаемых лыжных ходов.	Контроль
63	Физкультурно-оздоровительная деятельность.	Формирование стройной фигуры и правильной осанки.		Текущий
64	Освоение техники приема и передачи мяча.	Прием и передача мяча.Подача.Игра по упрощенным правилам.	Знать правила игры в волейбол.	Текущий
65	Освоение техники приема и передачи мяча.	Прием и передача мяча.Подача.Игра по упрощенным правилам.	Знать правила игры.	Текущий
66	Физкультурно-оздоровительная деятельность.	Техника выполнения упражнений с гантелями.	Описывать технику ОРУ. Составлять комплексы ОРУ.	Текущий
67	Освоение техники приема и передачи мяча.	Прием и передача мяча .Подача.Игра.	Знать правила игры.	Текущий
68	Освоение техники приема и передачи мяча.	Прием и передача мяча.Подача.Игра.	Знать правила игры.	Контроль.
69	Физкультурно-оздоровительная деятельность.	Гимнастика для глаз и ее значение для укрепления здоровья.Профилактика перенапряжения.		Текущий
70	Овладение игрой и комплексное развитие психомоторных способ.	Прием и передача мяча.Подача.Игровые действия.	Знать правила игры.	Контроль
71	Закрепление техники приема и передачи мяча и развитие координационных способностей.	Прием и передача мяча.Подача.Игровые действия.	Уметь моделировать технику освоенных действий и приемов.	Текущий
72	Закрепление техники приема и передачи мяча и развитие координационных способностей.	Прием и передача мяча.Подача.Игровые действия.	Уметь моделировать технику освоенных действий и приемов.	Контроль
73	Закрепление техники приема и	Прием и передача	Уметь моделировать технику	Текущий

	передачи мяча и развитие координационных способностей.	мяча.Подача.Игровые действия.	освоенных действий.	
74	Освоение тактики игры.	Прием и передача мяча.Подача.Игровые действия.	Уметь моделировать технику освоенных действий.	Текущий
75	Освоение тактики игры.	Прием и передача мяча.Подача.Игровые действия.	Уметь взаимодействовать со сверстниками во время игры.	Контроль
76	Освоение тактики игры	Прием и передача мяча.Подача.Игровые действия.	Уметь взаимодействовать со сверстниками во время игры.	Текущий
77	Освоение тактики игры.	Прием и передача мяча.Подача.Игровые действия.	Уметь взаимодействовать со сверстниками во время игры.	Контроль
78	Освоение тактики игры.	Прием и передача мяча.Подача.Игровые действия.	Уметь взаимодействовать со сверстниками во время игры.	Текущий

Баскетбол (12 ч)+легкая атлетика (12ч)

Планируемые результаты освоения раздела.

Предметные:

- владение навыками выполнения разнообразных физических упражнений различной функциональной направленности, технических действий базовых видов спорта, а также применения их в игровой и соревновательной деятельности;
- умение максимально проявлять физические способности (качества) при выполнении тестовых упражнений по физической культуре

Метапредметные.

Регулятивные УУД:

- владение умением достаточно полно и точно формулировать цель и задачи совместных с другими детьми занятий физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельностью, излагать их содержание;
- владение умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, находить адекватные способы поведения и взаимодействия с партнерами во время учебной и игровой деятельности.
- Работая по плану, сверять свои действия с целью и, при необходимости, исправлять ошибки самостоятельно.

Познавательные УУД:

- Анализировать, сравнивать, классифицировать и обобщать факты и явления. Выявлять причины и следствия простых явлений.
- Создавать схематические модели с выделением существенных характеристик объекта.

Коммуникативные УУД:

- Самостоятельно организовывать учебное взаимодействие в группе (определять общие цели, распределять роли, договариваться друг с другом и т.д.)

79	Техника безопасности на уроках легкой атлетики и спортивных игр.	Стойки игрока, перемещения в стойке приставными шагами, боком, лицом, спиной вперед.	Демонстрировать технику передвижений.	Текущий
80	Овладение техникой передвижения, остановок, поворотов и стоек.	Остановка двумя шагами и прыжком.	Демонстрировать технику передвижения.	Текущий.
81	Овладение техникой передвижения, остановок, поворотов и стоек.	Повороты без мяча и мячом.	Демонстрировать технику передвижения.	Текущий
82	Овладение техникой передвижения, остановок, поворотов и стоек.	Комбинация из освоенных элементов.	Демонстрировать технику передвижения.	Текущий.
83	Освоение ловли и передачи мяча.	Ловля и передача мяча двумя от груди.	Демонстрировать технику передвижения.	Текущий
84	Освоение ловли и передачи мяча.	Ловля и передача мяча одной рукой от плеча на месте.	Демонстрировать технику передвижения.	Контроль
85	Освоение ловли и передачи мяча.	Ловля и передача в движении рукой от плеча и двумя руками от груди.	Демонстрировать технику передвижения.	Текущий
86	Освоение техники ведения мяча.	Ведение мяча в низкой и средней стойке.	Демонстрировать технику ведения мяча.	Текущий
87	Освоение техники ведения мяча.	Ведение мяча в движении по прямой и с изменением направления и скорости.	Демонстрировать технику ведения мяча.	Текущий.
88	Освоение техники ведения мяча.	Ведение мяча без сопротивления защитника ведущей и неведущей р.	Выполнять технику остановки в условиях учебной и игровой деятельности.	Контроль
89	Освоение техники ведения мяча.	Броски одной и двумя руками с места.	Выполнять технику броска.	Текущий.
90	Овладение техникой бросков мяча.	Броски одной и двумя руками с места, после ведения.	Выполнять технику броска после двойного шага.	Контроль
91	Метание мяча. Беговые упражнения.	Метание теннисного мяча с места. Скоростной бег до 40 м.	Описывают технику выполнения упр.	Текущий
92	Беговые упр.	Скоростной бег до 60 метров. Прыжки в длину.	Описывают технику выполнения упр.	Текущий

93	Беговые упражнения.	Бег на результат 60 м.Метание мяча.	Применяют разученные упражнения.	Контроль
94	Развитие скоростно-силовых способностей.	Всевозможные прыжки,многоскоки.Метание мяча.	Применяют разученнын упражнения.	Текущий
95	Прыжковые упражнения	Прыжки в высоту с 3-5 шагов.	Описывают технику выполнения упр.	Текущий
96	Прыжковые упражнения	Прыжки в высоту с 3-5 шагов.	Описывают технику выполнения упр.	Текущий.
97	Прыжковые упражнения	Прыжки в высоту с 3-5 шагов.	Описывают технику выполнения упр.	Контроль
98	Развитие скоростных способностей	Прыжки многоскоки, бег.	Применяют разученные упражнения	Текущий
99	Развитие скоростных способностей	Прыжки многоскоки, бег.	Применяют разученные упражнения	Текущий
100	Развитие скоростных способностей	Прыжки многоскоки, бег.	Применяют разученные упражнения	Текущий
101	Развитие скоростных способностей	Прыжки многоскоки, бег.	Применяют разученные упражнения	Текущий
102	Развитие скоростных способностей	Прыжки многоскоки, бег.	Применяют разученные упражнения	Текущий

Демонстрирова

«Рассмотрено»	«Согласовано»	«Утверждаю»
Руководитель	Заместитель	Директор
ШМО:	директора	<u>Толобов Д. Г.</u>
Протокол № 1	по УВР:	Приказ № 87
от	«28» августа	- ОД
«28» августа	2021 г.	от 28.08.2021г
2021 г.		

Рабочая программа по физической культуре 6 класс

Учитель: Алюкова СветланаНиконовна

р. п. Васильсурск2021

Распределение учебного материала по физической культуре 6 класса

№ п/п	Вид программного материала	1 четверть	2 четверть	3 четверть	4 четверть	Всего
1	Теория физической культуры					
2	Легкая атлетика	8			10	18
3	Спортивные игры: волейбол	8		10	6	24
4	Гимнастика		16			16
5	Лыжная подготовка			10		10
	Итого:	16	16	20	16	68

Планируемые образовательные результаты обучающихся.

Личностные результаты обучения:

- владение знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности, о соответствии их возрастными половым нормативам;
- владение знаниями об особенностях индивидуального здоровья и о функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний и перенапряжения средствами физической культуры;
- владение знаниями по основам организации и проведения занятий физической культурой оздоровительной и тренировочной направленности, составлению содержания занятий в соответствии с собственными задачами, индивидуальными особенностями физического развития и физической подготовленности.
- способность управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой, игровой и соревновательной деятельности;
- способность активно включаться в совместные физкультурно-оздоровительные и спортивные мероприятия, принимать участие в их организации и проведении;
- умение предупреждать конфликтные ситуации во время совместных занятий физической культурой и спортом, разрешать спорные проблемы на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим.
- умение планировать режим дня, обеспечивать оптимальное сочетание нагрузки и отдыха;
- умение проводить туристские пешие походы, готовить снаряжение, организовывать и благоустраивать места стоянок, соблюдать правила безопасности;
- умение содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование, спортивную одежду, осуществлять их подготовку к занятиям и спортивным соревнованиям.

- обладать красивой (правильной) осанкой, умение ее длительно сохранять при разнообразных формах движения и пере движений;
- обладать хорошим телосложением, желанием поддерживать его в рамках принятых норм и представлений посредством занятий физической культурой;
- обладать культурой движения, умением передвигаться красиво, легко и непринужденно.

Предметные результаты обучения:

- владение знаниями по истории и развитию спорта и олимпийского движения, о положительном их влиянии на укрепление мира и дружбы между народами;
- владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений (ходьба, бег, прыжки, лазанья и др.) различными способами, в различных изменяющихся внешних условиях;
- владение навыками выполнения разнообразных физических упражнений различной функциональной направленности, технических действий базовых видов спорта, а также применения их в игровой и соревновательной деятельности;
- умение максимально проявлять физические способности (качества) при выполнении тестовых упражнений по физической культуре.

Метапредметными результатами обучения курса «Физическая культура» является (УУД).

Регулятивные УУД:

- владение умением осуществлять поиск информации по вопросам развития современных оздоровительных систем, обобщать, анализировать и творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой;
- владение умением достаточно полно и точно формулировать цель и задачи совместных с другими детьми занятий физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельностью, излагать их содержание;
- владение умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, находить адекватные способы поведения и взаимодействия с партнерами во время учебной и игровой деятельности.

- работая по плану, сверять свои действия с целью и, при необходимости, исправлять ошибки самостоятельно.
- в диалоге с учителем совершенствовать самостоятельно выработанные критерии оценки.

Познавательные УУД:

- Анализировать, сравнивать, классифицировать и обобщать факты и явления. Выявлять причины и следствия простых явлений.
- Осуществлять сравнение, классификацию, самостоятельно выбирая основания и критерии для указанных логических операций;
- Строить логическое рассуждение, включающее установление причинно-следственных связей.
- Создавать схематические модели с выделением существенных характеристик объекта.
- Уметь определять возможные источники необходимых сведений, производить поиск информации, анализировать и оценивать ее достоверность.

Коммуникативные УУД:

- Самостоятельно организовывать учебное взаимодействие в группе (определять общие цели, распределять роли, договариваться друг с другом и т.д.)

Тематическое планирование 6 класс. Л.Атлетика 8ч.+8ч. Волейбол.

1	Т.Б. на уроке по л.а. История физической культуры.	Личная гигиена. Бег на длинные дистанции. Знания по физической культуре.
2	Беговые упражнения.	Бег с ускорением. Прыжки в длину. Старты из различных исходных положений.
3	Беговые упражнения.	Бег с ускорением. Прыжки в длину.

		Старты из различных исходных положений.
4	Беговые упражнения.	Высокий старт с опорой на одну руку. Подводящие упр. Для самостоятельного освоения техники спринтерского бега. Встречная эстафета.
5	Беговые упражнения.	Прыжки в длину с разбега. Высокий старт. Встречная эстафета.
6	Развитие скоростных способностей.	ОРУ в движении. Спец.беговые упражнения. Бег с ускорением. Прыжки в длину с разбега.
7	Развитие скоростных способностей.	Беговые упр. Прыжки в длину с разбега.
8	Метание малого мяча.	Метание мяча на дальность. Метание мяча по движущей цели. Многоскоки.
9	Основные правила игры в волейбол.	Приём и передача мяча сверху и снизу двумя руками. Нижняя подача. Правила игры. Учебная игра.
10	Освоение техники приёма и передачи мяча.	Приём и передача мяча сверху и снизу двумя руками. Нижняя подача. Правила игры. Учебная игра.
11	Освоение техники приёма и передачи мяча.	Приём и передача мяча сверху и снизу двумя руками. Нижняя подача. Правила игры. Учебная игра.
12	Освоение техники приёма и передачи мяча.	Приём и передача мяча сверху и снизу двумя руками. Нижняя подача. Правила игры. Учебная игра.
13	Освоение техники приёма и передачи мяча.	Приём и передача мяча сверху и снизу двумя руками. Нижняя подача. Правила игры. Учебная игра.
14	Освоение техники приёма и передачи мяча.	Приём и передача мяча сверху и снизу двумя руками. Нижняя подача. Правила

		игры. Учебная игра.
15	Освоение техники приёма и передачи мяча.	Приём и передача мяча сверху и снизу двумя руками. Нижняя подача. Правила игры. Учебная игра.
16	Закрепление техники приёма и передачи мяча и развитие координационных способностей.	Комбинация из освоенных элементов: передача, подача, приём.

2 четверть. Гимнастика – 16 часов.

17	Организующие команды и приёмы.	Техника безопасности на уроке гимнастики. Акробатические комбинации.
18	Организующие команды и приёмы.	Акробатика. Физические упражнения для ритмической гимнастики.
19	Акробатические упражнения и комбинация.	Ритмическая гимнастика. Акробатическая комбинация.
20	Акробатические упражнения и комбинация.	Акробатика. Кувырок на зад. Ритмическая гимнастика.
21	Акробатические упражнения, опорный прыжок.	Акробатика. Опорный прыжок через козла.
22	Акробатические упражнения, опорный прыжок.	Акробатика. Опорный прыжок через козла.
23	Акробатические упражнения, опорный прыжок.	Акробатика. Опорный прыжок через козла. Ритмическая гимнастика.
24	Комбинация на гим. бревне(д). На невысокой гим. перекладине (м).	Упражнение на равновесие(д). Упражнение на перекладине (м). Под. Упр. Для самостоятельного освоения техники.
25	Комбинация на гим. бревне(д). На невысокой	Упражнение на равновесие(д). Упражнение на перекладине (м). Под.

	гим. перекладине (м).	Упр. Для самостоятельного освоения техники.
26	Комбинация на гим. бревне(д). На невысокой гим. перекладине (м).	Упражнение на равновесие(д). Упражнение на перекладине (м). Для самостоятельного освоения техники.
27	Комбинация на гим. бревне(д). На невысокой гим. перекладине (м).	Упражнение на равновесие(д). Упражнение на перекладине (м).
28	Комбинация на гим. бревне(д). На невысокой гим. перекладине (м).	Упражнение на равновесие(д). Упражнение на перекладине (м).
29	Параллельные брусья.	Комбинация на брусьях. Подводящие упр.
30	Параллельные брусья.	Комбинация на брусьях. Подводящие упр.
31	Лазанье по канату. Ритмическая гимнастика.	Лазанье по канату в два приема. Подводящие упр. Ритмическая гимнастика.
32	Лазанье по канату. Ритмическая гимнастика.	Лазанье по канату в два приема. Подводящие упр. Ритмическая гимнастика.

3 четверть. Лыжная подготовка– 10 часов + 10 часов волейбол.

33	Т.Б.на уроке лыжной подготовки.	История лыжного спорта. Основные правила соревнований.
34	Освоение техники лыжных ходов.	Попеременный двухшажный ход. Поворот упором.
35	Освоение техники лыжных ходов.	Одновременный одношажный ход. Подводящие упр.
36	Освоение техники лыжных ходов.	Чередование попеременного двухшажного хода с одновременным.
37	Освоение техники лыжных ходов.	Спуск.Подъем.Одновременный одношажный ход. Чередование ходов.
38	Освоение техники лыжных	Спуск.Подъем.Чередование ходов.

	ходов.	
39	Освоение техники лыжных ходов.	Попеременный двухшажный ход. Спуск. Подъем. Торможение. Преодоление небольших трамплинов. Под. упр.
40	Освоение техники лыжных ходов.	Спуск. Торможение. Передвижение на лыжах до 2 км. Подъем. Под. упр.
41	Освоение техники лыжных ходов.	Спуск, подъем, торможение. Передвижение на лыжах.
42	Освоение техники лыжных ходов.	Повороты переступанием. Спуск, подъем, торможение.
43	Освоение техники приема и передачи мяча. Волейбол.	Прием и передача мяча. Поддача. Игра по упр. Правилам.
44	Закрепление техники приема и передачи мяча и развитие координационных способностей.	Прием и передача мяча. Поддача. Игровые действия.
45	Закрепление техники приема и передачи мяча.	Прием и передача мяча. Поддача. Игровые действия.
46	Закрепление техники приема и передачи мяча.	Прием и передача мяча. Поддача. Игровые действия.
47	Освоение тактики игры.	Прием и передача мяча. Поддача. Игровые действия.
48	Освоение тактики игры.	Прием и передача мяча. Поддача. Игровые действия.
49	Освоение тактики игры.	Прием и передача мяча. Поддача. Игровые действия.
50	Освоение тактики игры.	Прием и передача мяча. Поддача. Игровые действия.
51	Освоение тактики игры.	Прием и передача мяча. Поддача. Игровые действия.
52	Освоение тактики игры.	Прием и передача мяча. Поддача. Игровые действия.

4 четверть- волейбол 8 часов+8 часов легкая атлетика.

53	Т.Б.на уроке с.игр и л/а.закрепление техники приема и передачи мяча.	Прием и передача мяча.Подача.Игровые действия.
54	Закрепление техники приема и передачи мяча.	Прием и передача мяча.Подача.Игровые действия.
55	Закрепление техники приема и передачи мяча.	Прием и передача мяча.Подача.Игровые действия.
56	Закрепление приема и передачи мяча.	Прием и передача мяча.Подача. Игровые действия.
57	Закрепление техники и приема и передачи мяча.	Прием и передача мяча.Подача.Игровые действия.
58	Закрепление техники приема и передачи мяча.	Прием и передача мяча.Подача.Игровые действия.
59	Закрепление техники приема и передачи мяча.	Прием и передача мяча.Подача.Игровые действия.
60	Закрепление техники приема и передачи мяча.	Прием и передача мяча.Подача.Игровые действия.
61	Прыжковые упр.	Прыжки в высоту. Подводящие упр.
62	Прыжковые упр.	Прыжки в высоту.Под.упр.
63	Прыжковые упр.	Прыжки в высоту.Под.упр.
64	Прыжковые упр.	Прыжки в длину. Метание мяча.
65	Развитие скоростных качеств.	Бег на дл.дистанции.Метание мяча.
66	Развитие скоростных качеств.	Прыжки в длину с разбега. Метание мяча.
67	Развитие скоростных качеств.	Бег на короткие дистанции. Метание мяча.
68	Развитие скоростных качеств.	Бег. Метание мяча.Многоскоки.

«Рассмотрено»	«Согласовано»	«Утверждаю»
Руководитель	Заместитель	Директор
ШМО:	директора	_____ Д. Г.
Протокол № 1	по УВР:	Голобов Приказ
от	«28» августа	№ 87
«28» августа	2021 г.	- ОД
2021 г.		от 28.08.2021г

Рабочая программа по физической культуре

7 класс

Учитель: Алюкова Светлана Никоновна

Планируемые образовательные результаты обучающихся.

Личностные результаты обучения:

- владение знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности, о соответствии их возрастными половым нормативам;
- владение знаниями об особенностях индивидуального здоровья и о функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний и перенапряжения средствами физической культуры;
- владение знаниями по основам организации и проведения занятий физической культурой оздоровительной и тренировочной направленности, составлению содержания занятий в соответствии с собственными задачами, индивидуальными особенностями физического развития и физической подготовленности.
- способность управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой, игровой и соревновательной деятельности;
- способность активно включаться в совместные физкультурно-оздоровительные и спортивные мероприятия, принимать участие в их организации и проведении;
- умение предупреждать конфликтные ситуации во время совместных занятий физической культурой и спортом, разрешать спорные проблемы на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим.
- умение планировать режим дня, обеспечивать оптимальное сочетание нагрузки и отдыха;

- умение проводить туристские пешие походы, готовить снаряжение, организовывать и благоустраивать места стоянок, соблюдать правила безопасности;
- умение содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование, спортивную одежду, осуществлять их подготовку к занятиям и спортивным соревнованиям.
- обладать красивой (правильной) осанкой, умение ее длительно сохранять при разнообразных формах движения и пере движений;
- обладать хорошим телосложением, желанием поддерживать его в рамках принятых норм и представлений посредством занятий физической культурой;
- обладать культурой движения, умением передвигаться красиво, легко и непринужденно.

Предметные результаты обучения:

- владение знаниями по истории и развитию спорта и олимпийского движения, о положительном их влиянии на укрепление мира и дружбы между народами;
- владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений (ходьба, бег, прыжки, лазанья и др.) различными способами, в различных изменяющихся внешних условиях;
- владение навыками выполнения разнообразных физических упражнений различной функциональной направленности, технических действий базовых видов спорта, а также применения их в игровой и соревновательной деятельности;
- умение максимально проявлять физические способности (качества) при выполнении тестовых упражнений по физической культуре.

Метапредметными результатами обучения курса «Физическая культура» является (УУД).

Регулятивные УУД:

- владение умением осуществлять поиск информации по вопросам развития современных оздоровительных систем, обобщать, анализировать и творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой;

- владение умением достаточно полно и точно формулировать цель и задачи совместных с другими детьми занятий физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельностью, излагать их содержание;
- владение умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, находить адекватные способы поведения и взаимодействия с партнерами во время учебной и игровой деятельности.
- работая по плану, сверять свои действия с целью и, при необходимости, исправлять ошибки самостоятельно.
- в диалоге с учителем совершенствовать самостоятельно выработанные критерии оценки.

Познавательные УУД:

- Анализировать, сравнивать, классифицировать и обобщать факты и явления. Выявлять причины и следствия простых явлений.
- Осуществлять сравнение, классификацию, самостоятельно выбирая основания и критерии для указанных логических операций;
- Строить логическое рассуждение, включающее установление причинно-следственных связей.
- Создавать схематические модели с выделением существенных характеристик объекта.
- Уметь определять возможные источники необходимых сведений, производить поиск информации, анализировать и оценивать ее достоверность.

Коммуникативные УУД:

- Самостоятельно организовывать учебное взаимодействие в группе (определять общие цели, распределять роли, договариваться друг с другом и т.д.)

Годовой план - график распределения учебного материала для 7 класса

д программного материала	Кол -во час ов	1 четвер ть	2 четверть	3 четверть	4 четверть
Основы знаний		В процессе урока			
Лёгкая атлетика	2 1	12			9
Баскетбол	1 8		11		
Волейбол	3 5	8	3	9	15
Гимнастика с элементами акробатики	1 8		18		
Лыжная подготовка	1 0			10	
Всего часов	1 0 2	27	21	30	24

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ 7 КЛАСС

				11. В ид контроля
Легкая атлетика (9 ч)+волейбол (8 ч)+баскетбол(7 ч)				
<p>Планируемые результаты освоения раздела.</p> <p>Предметные:</p> <ul style="list-style-type: none"> • знания по истории и развитию спорта и олимпийского движения, о положительном их влиянии на укрепление мира и дружбы между народами • владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений (ходьба, бег, прыжки, лазанья и др.) различными способами, в различных изменяющихся внешних условиях; • умение максимально проявлять физические способности (качества) при выполнении тестовых упражнений по физической культуре <p>Метапредметные.</p> <p>Регулятивные УУД:</p> <ul style="list-style-type: none"> • владение умением достаточно полно и точно формулировать цель и задачи совместных с другими детьми занятий физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельностью, излагать их содержание; • Работая по плану, сверять свои действия с целью и, при необходимости, исправлять ошибки самостоятельно. <p>Познавательные УУД:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Анализировать, сравнивать, классифицировать и обобщать факты и явления. Выявлять причины и следствия простых явлений. • Создавать схематические модели с выделением существенных характеристик объекта. <p>Коммуникативные УУД:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Самостоятельно организовывать учебное взаимодействие в группе (определять общие цели, распределять роли, договариваться друг с другом и т.д.) 				

1	. Техника безопасности на уроке по легкой атлетике.История физической культуры.	Личная гигиена. Бег на длинные дистанции .Знания по физической культуре.	Должны иметь представление о правилах поведения на спортивной площадке и в спортивном зале	Опрос
2	Беговые упражнения	Бег с ускорением от 30 до 40 м прыжки в длину.Старты из различных исходных положений.	Знать правила, выполнять бег на время.	Текущий.
3	Беговые упражнения.	Бег с ускорением от 30 до 40 м прыжки в длину.Старты из различных исходных положений.	Знать правила, выполнять бег на время.	Текущий.
4	Беговые упражнения	Высокий старт с опорой на одну руку.Подводящие упр.для самостоятельного освоения техники спринтерского бега.Встречная эстафета.	Демонстрировать старт с опорой на одну руку.	Текущий
5	Беговые упражнения.	Прыжки в длину с разбега .Высокий старт.Встречная эстафета.	выполнять технику прыжка в длину с разбега.Демонстрировать старт .	Контроль
6	Развитие скоростных способностей.	ОРУ в движении.Спец.беговые упражнения.Бег с ускорением 2-3 серии по 40 м.Прыжки в длину с разбега.	Выполнять бег с максим.скоростью.	Текущий
7	Развитие скоростных способностей	Беговые упражнения.Прыжки в длину с разбега.	Выполнять бег с мак.скоростью.Выполнять технику прыжка в длину.	Контроль

8	Метание малого мяча	Метание теннисного мяча на дальность с места и 4-5 шагов. Метание мяча по движущей цели .Многоскоки.	Анализировать правильность выполнения.	Текущий
9	Метание малого мяча	Метание мяча.Многоскоки.	Анализировать правильность выполнения.	Текущий
10	Прыжковые упражнения	Прыжки в высоту с разбега способом перешагивание.Метание мяча.	Анализировать правильность выполнения.	Текущий
11	Прыжковые упражнения	Прыжки в высоту .Метание мяча.	Выполнение упражнений по технике.	Контроль
12	Прыжковые упражнения.	Прыжки в высоту.Метание мяча.	Выполнение упражнений по технике.	Контроль
13	Техника безопасностина уроках спортивных игр.Правила игры в баскетбол.	Стойки игрока,передвижения в стойке приставными шагами,бокком,лицом,спиной вперед.	Демонстрировать тех.передвижения и использовать ее в процессе игровой деятельности.	Текущий.

Волейбол (8) +баскетбол (7)

Планируемые результаты освоения раздела.

Предметные:

- владение навыками выполнения разнообразных физических упражнений различной функциональной направленности, технических действий базовых видов спорта, а также применения их в игровой и соревновательной деятельности;
- умение максимально проявлять физические способности (качества) при выполнении тестовых упражнений по физической культуре

Метапредметные.

Регулятивные УУД:

- владение умением достаточно полно и точно формулировать цель и задачи совместных с другими детьми занятий физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельностью, излагать их содержание;
- владение умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, находить адекватные способы поведения и взаимодействия с партнерами во время учебной и игровой деятельности.
- Работая по плану, сверять свои действия с целью и, при необходимости, исправлять ошибки самостоятельно.

Познавательные УУД:

- Анализировать, сравнивать, классифицировать и обобщать факты и явления. Выявлять причины и следствия простых явлений.
- Осуществлять сравнение и классификацию, самостоятельно выбирая основания и критерии для указанных логических операций; строить классификацию на основе дихотомического деления (на основе отрицания).
- Строить логическое рассуждение, включающее установление причинно-следственных связей.

Коммуникативные УУД:

- Самостоятельно организовывать учебное взаимодействие в группе (определять общие цели, распределять роли, договариваться друг с другом и т.д.)

14	Овладение техникой передвижения, остановок, поворотов и стоек.	Передача в парах, ведение мяча. Прыжок вверх толчком одной с приземлением на другую. Подводящие упр.	Демонстрировать технику передач.	Текущий.
15	Овладение техникой передвижения, остановок, поворотов и стоек.	Прием и передача мяча в парах. Ведение мяча. Остановка двумя шагами и прыжком.	Демонстрировать технику передач.	Текущий.
16	Освоение ловли и передачи мяча	Передача в парах. Подводящие упражнения техники остановки прыжком.	Демонстрировать технику передач.	Контроль.
17	Освоение ловли и передачи мяча.	Передача и ловля мяча двумя после отскока от пола. Ведение мяча.	Демонстрировать технику передач.	Текущий.

18	Освоение техники ловли и передачи мяча.	Передача и ловля мяча от пола.Подводящие упражнения.	Демонстрировать технику передач.	Текущий.
19	Освоение техники ведения мяча	Передача мяча.Ведение мяча с изменением направления.	Демонстрировать технику ведения мяча ходьбой и бегом по прямой,змейкой,при обводке стоек.	Текущий.
20	Основные правила игры в волейбол.	Прием и передача мяча сверху и снизу двумя руками на разные расстояния.Правила игры.	Демонстрировать технику передач.	Текущий.
21	Освоение техники приема и передачи мяча.	Прием и передача мяча. Нижняя подача учебная игра.	Демонстрировать технику передач.	Текущий.
22	Освоение техники приема и передачи мяча.	Прием и передача мяча. Нижняя подача учебная игра.	Демонстрировать технику передач.	Текущий.
23	Освоение техники приема и передачи мяча.	Прием и передача мяча.Нижняя подача.Учебная игра.	Демонстрировать технику передач.	Контроль..
24	Освоение техники приема и передачи мяча.	Прием и передача мяча. Подача. Игра по упрощенным правилам.	Демонстрировать технику передач.	Текущий.
25	Освоение техники приема и передачи мяча.	Прием и передача мяча. Подача. Игра по упрощенным правилам.	Демонстрировать технику передач.	Контроль.
26	Освоение техники приема и передачи мяча.	Прием и передача мяча.Подача.Учебная игра.	Демонстрировать технику передач.	Текущий.
27	Закрепление техники приема и передачи мяча и развитие координационных способностей.	Комбинация из освоенных элементов: передача, подача, прием	Владеть в совершенстве техникой приема и передачи мяча.	Контроль

Гимнастика (18)+волейбол (3)

Планируемые результаты освоения раздела.

Предметные:

- знания по истории и развитию спорта и олимпийского движения, о положительном их влиянии на укрепление мира и дружбы между народами
- владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений (ходьба, бег, прыжки, лазанья и др.) различными способами, в

различных изменяющихся внешних условиях;

- умение максимально проявлять физические способности (качества) при выполнении тестовых упражнений по физической культуре

Метапредметные.

Регулятивные УУД:

- владение умением осуществлять поиск информации по вопросам развития современных оздоровительных систем, обобщать, анализировать и творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой;
- владение умением достаточно полно и точно формулировать цель и задачи совместных с другими детьми занятий физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельностью, излагать их содержание;
- взаимодействия с партнерами во время учебной и игровой деятельности.
- Работая по плану, сверять свои действия с целью и, при необходимости, исправлять ошибки самостоятельно.
- В диалоге с учителем совершенствовать самостоятельно выработанные критерии оценки.

Познавательные УУД:

- Анализировать, сравнивать, классифицировать и обобщать факты и явления. Выявлять причины и следствия простых явлений.
- Осуществлять сравнение и классификацию, самостоятельно выбирая основания и критерии для указанных логических операций; строить классификацию на основе дихотомического деления (на основе отрицания).
- Строить логическое рассуждение, включающее установление причинно-следственных связей.
- Создавать схематические модели с выделением существенных характеристик объекта.

Коммуникативные УУД:

- Самостоятельно организовывать учебное взаимодействие в группе (определять общие цели, распределять роли, договариваться друг с другом и т.д.)

28	Организующие команды и приемы.	Техника безопасности на уроке	Различать строевые команды. Четко	Текущий.
----	--------------------------------	-------------------------------	-----------------------------------	----------

		гимнастике гимнастики. Акробатические комбинации.	выполнять строевые приемы.	
29	Организующие команды и приемы.	Акробатика. Физические упражнения для ритмической гимнастики.	Различать строевые команды. Четко выполнять строевые приемы.	Текущий.
30	Акробатические упражнения и комбинация.	Ритмическая гим.Акробатическая комбинация.	Описывание техники данных упражнений.	Текущий.
31	Акробатические упражнения и комбинация.	Акробатика. Кувырок назад из упора присев. Ритмическая гимнастика.	Описывание техники данных упражнений.	Контроль.
32	Акробатические упражнения и опорный прыжок.	Акробатика. Опорный прыжок через козла.	Описывание техники данных упражнений.	Текущий.
33	Акробатические упр., опорный прыжок	Акробатика, Опорный прыжок через козла.	Описывание техники данных упражнений.	Текущий.
34	Акробатические упражнения ,опорный прыжок.	Акробатика. Опорный прыжок через козла. Ритмическая гимнастика	Описывание техники данных упражнений.	Контроль.
35	Комбинации на гим. Бревне(д).На невысокой гим.перекладине(м)	Упр.на равновесие (д).Упр.на перекладине(м).Подводящие упр.для самостоятельного освоения техники.	Описывать технику, составлять комплексы упражнений.	Текущий
36	Комбинации на гим. Бревне(д).На перекладине М.	Упрж.на равновесие(д).Упр.на перекладине (м).Подводящие упр.	Описывать технику.	Текущий
37	Комбинации на гим.бревне.Перекладина.	Упр.на равновесие.Упр.на перекладине	Описывать технику данных упражнений.	Текущий
38	Комбинации на бревне.Перекладина.	Упр.на равновесие.Упр.на перекладине.	Описывать технику данных упражнений.	Контроль.
39	Комбинация на бревне.Перекладина.	Упр.на равновесие.Упр.на перекладине.	Описывать технику данных упр.	Контроль.
40	Параллельные брусья	Комбинация на брусьях.Подводящие упр.	Описывать технику данных упражнений	Текущий
41	Параллельные брусья.	Комбинация на брусьях.Подводящие упр.	Описывать технику данных упражнений	Текущий

42	Параллельные брусья.	Комбинация на брусьях.Подводящие упр.	Описывать технику данных упражнений	Текущий
43	Параллельные брусья.	Комбинация на брусьях.Подводящие упр.	Описывать технику данных упражнений	Контроль
44	Лазанье по канату.Ритмическая гим.	Лазанье по канату в 2 приема.Подводящие упр.Ритмическая гимнастика.	Описывать технику данных упражнений	Текущий
45	Лазанье по канату.Ритмическая гим.	Лазанье по канату.Ритмическая гим.	Описывать технику данных упр.	Контроль
46	Освоение техники приема и передачи мяча.Подача.	Прием и передача мяча.Нижняя подача.Учебная игра.	Демонстрировать технику передач.	Текущий
47	Освоение техники приема и передачи мяча.Подача.	Прием и передача мяча.Подача.Учебная игра.	Демонстрировать технику передач.	Текущий
48	Освоение техники приема и передачи мяча.Подача.	Прием и передача мяча.Подача.Учебная игра.	Демонстрировать технику передач.	Текущий

Лыжная подготовка (10 ч) +баскетбол (11ч)+волейбол(9ч)

Планируемые результаты освоения раздела.

Предметные:

- знания по истории и развитию спорта и олимпийского движения, о положительном их влиянии на укрепление мира и дружбы между народами
- владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений (ходьба, бег, прыжки, лазанья и др.) различными способами, в различных изменяющихся внешних условиях;
- умение максимально проявлять физические способности (качества) при выполнении тестовых упражнений по физической культуре

Метапредметные.

Регулятивные УУД:

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

оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельностью, излагать их содержание;

- Работая по плану, сверять свои действия с целью и, при необходимости, исправлять ошибки самостоятельно.

Познавательные УУД:

- Уметь определять возможные источники необходимых сведений, производить поиск информации, анализировать и оценивать ее достоверность.

Коммуникативные УУД:

- Самостоятельно организовывать учебное взаимодействие в группе (определять общие цели, распределять роли, договариваться друг с другом и т.д.)

49	Требования к технике безопасности.	История лыжного спорта. Основные правила соревнований.	Соблюдать правила, чтобы избежать травм.	Текущий
50	Освоение техники лыжных ходов.	Попеременный двухшажный ход. Поворот упором.	Уметь описывать технику изучаемых лыжных ходов.	Текущий
51	Освоение техники лыжных ходов.	Одновременный одношажный ход. Подводящие упр.	Уметь описывать технику лыжных ходов.	Текущий
52	Освоение техники лыжных ходов.	Чередование попеременного двухшажного хода с одновременным одношажным ходом.	Демонстрировать технику передвижения.	Текущий
53	Освоение техники лыжных ходов.	Спуск. Подъем. Одновременный одношажный ход. Чередование ходов.	Демонстрировать технику передвижения.	Текущий.
54	Освоение техники лыжных ходов.	Спуск. Подъем. Чередование ходов.	Демонстрировать технику передвижения.	Контроль
55	Освоение техники лыжных ходов.	Попеременный двухшажный ход. Спуск, подъем, торможение. Преодоление небольших трамплинов в низкой стойке. Подводящие упр.	Уметь описывать технику изучаемых лыжных ходов.	Текущий.

56	Освоение техники лыжных ходов.	Спуск,подъем,торможение.Передвижение на лыжах 2 км.Подводящие упр.	Уметь описывать технику изучаемых лыжных ходов.	Текущий
57	Освоение техники лыжных ходов.	Спуск,подъем,торможение.Передвижение на лыжах.Преодоление небольших трамплинов.	Уметь описывать технику лыжных ходов.	Контроль
58	Освоение техники лыжных ходов.	Повороты переступанием.Попеременный двухшажный ход.Спуск.Подъем.Торможение.	Уметь описывать технику изучаемых лыжных ходов.	Контроль
59	Освоение техники ведения мяча.	Ведение мяча с изменением направления движения.	Демонстрировать технику ведения мяча с ходьбой и бегом.	Текущий
60	Освоение техники броска мяча в корзину.	Бросок в корзину 2 мя руками после ведения.	Демонстрировать технику и результативность броска в корзину.	Текущий
61	Закрепление техники владения с мячом.	Ловля,передача,ведение.бросок.Игра по упрощенным правилам.	Владеть техникой с мячом.	Текущий
62	Закрепление техники владения с мячом.	Ловля,передача,ведение,бросок.Игра	Владеть техникой с мячом.	Контроль
63	Закрепление техники владения с мячом.	Ловля,передача,ведение,бросок.Игра	Владеть техникой с мячом.	Текущий

64	Закрепление техники владения с мячом.	Ловля,передача,ведение,бросок.Игра	Владеть техникой с мячом.	Текущий
65	Закрепление техники владения с мячом.	Ловля,передача,ведение,бросок.Игра	Владеть техникой с мячом.	Контроль
66	Закрепление техники владения с мячом.	Ловля,передача,ведение,бросок.Игра	Владеть техникой с мячом.	Текущий
67	Закрепление техники владения с мячом.	Ловля,передача,ведение,бросок.Игра	Владеть техникой с мячом.	Контроль
68	Закрепление техники владения с мячом.	Ловля,передача,ведение,бросок.Игра	Владеть техникой с мячом.	Текущий.
69	Закрепление техники владения с мячом.	Ловля,передача,ведение,бросок.Игра	Владеть техникой с мячом.	Контроль
70	Освоение техники приема и передачи мяча. Волейбол.	Прием и передача мяча.Подача.Игра по упрощенным правилам.	Знать правила игры.Демонстрировать технику во время игровой деятельности.	Текущий
71	Закрепление техники приема и передачи мяча и развитие координационных способностей.	Прием и передача мяча.Подача.Игровые действия.	Уметь моделировать технику освоенных действий и приемов.	Текущий

72	Закрепление техники приема и передачи мяча и развитие координационных способностей.	Прием и передача мяча.Подача.Игровые действия.	Уметь моделировать технику освоенных действий и приемов.	Текущий.
73	Закрепление техники приема и передачи мяча и развитие координационных способностей.	Прием и передача мяча.Подача.Игровые действия.	Уметь моделировать технику освоенных действий.	Контроль
74	Освоение тактики игры.	Прием и передача мяча.Подача.Игровые действия.	Уметь моделировать технику освоенных действий.	Текущий
75	Освоение тактики игры.	Прием и передача мяча.Подача.Игровые действия.	Уметь взаимодействовать со сверстниками во время игры.	Контроль
76	Освоение тактики игры	Прием и передача мяча.Подача.Игровые действия.	Уметь взаимодействовать со сверстниками во время игры.	Текущий
77	Освоение тактики игры.	Прием и передача мяча.Подача.Игровые действия.	Уметь взаимодействовать со сверстниками во время игры.	Контроль
78	Освоение тактики игры.	Прием и передача мяча.Подача.Игровые действия.	Уметь взаимодействовать со сверстниками во время игры.	Текущий

Волейбол (15 ч)+легкая атлетика (9ч)

Планируемые результаты освоения раздела.

Предметные:

- владение навыками выполнения разнообразных физических упражнений различной функциональной направленности, технических действий базовых видов спорта, а также применения их в игровой и соревновательной деятельности;
- умение максимально проявлять физические способности (качества) при выполнении тестовых упражнений по физической культуре

Метапредметные.

Регулятивные УУД:

- владение умением достаточно полно и точно формулировать цель и задачи совместных с другими детьми занятий физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельностью, излагать их содержание;
- владение умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, находить адекватные способы поведения и взаимодействия с партнерами во время учебной и игровой деятельности.
- Работая по плану, сверять свои действия с целью и, при необходимости, исправлять ошибки самостоятельно.

Познавательные УУД:

- Анализировать, сравнивать, классифицировать и обобщать факты и явления. Выявлять причины и следствия простых явлений.
- Создавать схематические модели с выделением существенных характеристик объекта.

Коммуникативные УУД:

- Самостоятельно организовывать учебное взаимодействие в группе (определять общие цели, распределять роли, договариваться друг с другом и т.д.)

79	Техника безопасности на уроках легкой атлетики и спортивных игр.	Прием и передача мяча.Подача. Учебная игра по упрощенным правилам..	Демонстрировать технику и результативность приема и передачи мяча во время игровой деятельности.	Текущий
80	Закрепление техники приема и передачи мяча и развитие координационных способностей.	Прием и передача мяча.Подача.Игровые действия. Учебная игра по упрощенным правилам.	Демонстрировать технику и результативность приема и передачи мяча во время игровой деятельности.	Текущий .
81	Закрепление техники приема и передачи мяча и развитие координационных способностей.	Прием и передача мяча.Подача.Игровые действия. Учебная игра по упрощенным правилам.	Демонстрировать технику и результативность приема и передачи мяча во время игровой деятельности.	Текущий
82	Закрепление техники приема и передачи мяча и развитие координационных способностей.и	Прием и передача мяча.Подача.Игровые действия. Учебная игра по	Прием и передача мяча.Подача.Игровые действия. Учебная игра по упрощенным	Текущий .

	стоек.	упрощенным правилам.	правилам.	
83	Закрепление техники приема и передачи мяча и развитие координационных способностей.	Прием и передача мяча.Подача.Игровые действия.Учебная игра по упрощенным правилам.	Демонстрировать технику и результативность приема и передачи мяча во время игровой деятельности.	Текущий
84	Закрепление техники приема и передачи мяча и развитие координационных способностей.	Прием и передача мяча.Подача.Игровые действия.Учебная игра по упрощенным правилам.	Демонстрировать технику и результативность приема и передачи мяча во время игровой деятельности.	Контроль
85	Закрепление техники приема и передачи мяча и развитие координационных способностей.	Прием и передача мяча.Подача.Игровые действия.Учебная игра по упрощенным правилам..	Демонстрировать технику и результативность приема и передачи мяча во время игровой деятельности.	Текущий
86	Закрепление техники приема и передачи мяча и развитие координационных способностей.	Прием и передача мяча.Подача.Игровые действия.Учебная игра по упрощенным правилам..	Демонстрировать технику и результативность приема и передачи мяча во время игровой деятельности..	Текущий
87	Закрепление техники приема и передачи мяча и развитие координационных способностей.	Прием и передача мяча.Подача.Игровые действия.Учебная игра по упрощенным правилам..	Демонстрировать технику и результативность приема и передачи мяча во время игровой деятельности.	Контроль .
88	Закрепление техники приема и передачи мяча и развитие координационных способностей.	Прием и передача мяча.Подача.Игровые действия.Учебная игра по упрощенным правилам..	Демонстрировать технику и результативность приема и передачи мяча во время игровой деятельности.	Текущий

89	Закрепление техники приема и передачи мяча и развитие координационных способностей.	Прием и передача мяча.Подача.Игровые действия.Учебная игра по упрощенным правилам..	Демонстрировать технику и результативность приема и передачи мяча во время игровой деятельности.	Текущий .
90	Закрепление техники приема и передачи мяча и развитие координационных способностей.	Прием и передача мяча.Подача.Игровые действия.Учебная игра по упрощенным правилам..	Демонстрировать технику и результативность приема и передачи мяча во время игровой деятельности.	Контроль
91	Закрепление техники приема и передачи мяча и развитие координационных способностей.	Прием и передача мяча.Подача.Игровые действия.Учебная игра по упрощенным правилам..	Демонстрировать технику и результативность приема и передачи мяча во время игровой деятельности.	Текущий
92	Закрепление техники приема и передачи мяча и развитие координационных способностей..	Прием и передача мяча.Подача.Игровые действия.Учебная игра по упрощенным правилам..	Демонстрировать технику и результативность приема и передачи мяча во время игровой деятельности.	Текущий
93	Закрепление техники приема и передачи мяча и развитие координационных способностей...	Прием и передача мяча.Подача.Игровые действия.Учебная игра по упрощенным правилам..	Демонстрировать технику и результативность приема и передачи мяча во время игровой деятельности.	Контроль
94	Спринтерский бег.	Бег по дистанции,финиширование.Подводящие упр.Метание мяча.	Демонстрировать технику спринтерского бега.	Текущий

95	Равномерный бег.	Гладкий равномерный бег.Метание мяча.	Демонстрировать технику гладкого равномерного бега.	Текущий
96	Прыжковые упр.	Прыжки в высоту с разбега способом «перешагивание».Подводящие упр.	Демонстрировать технику прыжка в высоту.	Текущий
97	Прыжковые упр.	Прыжки в высоту с разбега способом перешагивание.Подводящие упр.	Демонстрировать технику прыжка в высоту.	Текущий
98	Прыжковые упражнения	Прыжки в высоту.Подводящие упр.	Демонстрировать технику прыжка в высоту..	Контроль
99	Прыжковые упражнения	Прыжки в длину.Метание мяча.	Описывают технику выполнения упр.	Текущий .
100	Развитие скоростных качеств.	Бег на длинные дистанции.Метание мяча.	Описывают технику выполнения упр.	Текущий .
101	Развитие скоростных способностей	Прыжки в длину с разбега.Метание мяча.	Применяют разученные упражнения	Контроль
102	Развитие скоростных способностей	Бег на короткие дистанции.Метание мяча.	Применяют разученные упражнения	Текущий

«Рассмотрено»	«Согласовано»	«Утверждаю»	Директор
Руководитель	Заместитель	_____	Д. Г. Голобов
ШМО:	директора	№ 87	Приказ
Протокол № 1	по УВР:	- ОД	
от	«28» августа	от 28.08.2021г	
«28» августа	2021 г.		
2021 г.			

Рабочая программа по физической культуре 8 класс

Учитель: Алюкова Светлана Никоновна

р. п. Васильсурск

Распределение учебного материала по физической культуре 8 класса

№ п/п	Вид программного материала	1 четверть	2 четверть	3 четверть	4 четверть	Всего
1	Легкая атлетика	11			10	21
2	Спортивные игры: волейбол	16	3	12	14	45
3	Гимнастика		18			18
4	Лыжная подготовка			18		18

	Итого:	27	21	30	24	102
--	---------------	-----------	-----------	-----------	-----------	------------

Планируемые образовательные результаты обучающихся.

Личностные результаты обучения:

- владение знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности, о соответствии их возрастными половым нормативам;
- владение знаниями об особенностях индивидуального здоровья и о функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний и перенапряжения средствами физической культуры;
- владение знаниями по основам организации и проведения занятий физической культурой оздоровительной и тренировочной направленности, составлению содержания занятий в соответствии с собственными задачами, индивидуальными особенностями физического развития и физической подготовленности.
- способность управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой, игровой и соревновательной деятельности;
- способность активно включаться в совместные физкультурно-оздоровительные и спортивные мероприятия, принимать участие в их организации и проведении;
- умение предупреждать конфликтные ситуации во время совместных занятий физической культурой и спортом, разрешать спорные проблемы на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим.
- умение планировать режим дня, обеспечивать оптимальное сочетание нагрузки и отдыха;
- умение проводить туристские пешие походы, готовить снаряжение, организовывать и благоустраивать места стоянок, соблюдать правила безопасности;
- умение содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование, спортивную одежду, осуществлять их подготовку к занятиям и спортивным соревнованиям.

- обладать красивой (правильной) осанкой, умение ее длительно сохранять при разнообразных формах движения и пере движений;
- обладать хорошим телосложением, желанием поддерживать его в рамках принятых норм и представлений посредством занятий физической культурой;
- обладать культурой движения, умением передвигаться красиво, легко и непринужденно.

Предметные результаты обучения:

- владение знаниями по истории и развитию спорта и олимпийского движения, о положительном их влиянии на укрепление мира и дружбы между народами;
- владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений (ходьба, бег, прыжки, лазанья и др.) различными способами, в различных изменяющихся внешних условиях;
- владение навыками выполнения разнообразных физических упражнений различной функциональной направленности, технических действий базовых видов спорта, а также применения их в игровой и соревновательной деятельности;
- умение максимально проявлять физические способности (качества) при выполнении тестовых упражнений по физической культуре.

Метапредметными результатами обучения курса «Физическая культура» является (УУД).

Регулятивные УУД:

- владение умением осуществлять поиск информации по вопросам развития современных оздоровительных систем, обобщать, анализировать и творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой;
- владение умением достаточно полно и точно формулировать цель и задачи совместных с другими детьми занятий физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельностью, излагать их содержание;
- владение умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, находить адекватные способы поведения и взаимодействия с партнерами во время учебной и игровой деятельности.

- работая по плану, сверять свои действия с целью и, при необходимости, исправлять ошибки самостоятельно.
- в диалоге с учителем совершенствовать самостоятельно выработанные критерии оценки.

Познавательные УУД:

- Анализировать, сравнивать, классифицировать и обобщать факты и явления. Выявлять причины и следствия простых явлений.
- Осуществлять сравнение, классификацию, самостоятельно выбирая основания и критерии для указанных логических операций;
- Строить логическое рассуждение, включающее установление причинно-следственных связей.
- Создавать схематические модели с выделением существенных характеристик объекта.
- Уметь определять возможные источники необходимых сведений, производить поиск информации, анализировать и оценивать ее достоверность.

Коммуникативные УУД:

- Самостоятельно организовывать учебное взаимодействие в группе (определять общие цели, распределять роли, договариваться друг с другом и т.д.)

Годовой план - график распределения учебного материала для 8 класса

№ п/ п	Вид программного материала	Кол-во часов	1 четверть		2 четверть		3 четверть		4 четверть	
			1	Основы знаний		В процессе урока				
2	Лёгкая атлетика	24	12						9	
3	Баскетбол	18		7			11			
4	Волейбол	35	8		3		9		15	
5	Гимнастика с элементами акробатики	18			18					
6	Лыжная подготовка	10					10			
	Всего часов	102	27		21		30		24	

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ 8 КЛАСС

№ уро ка	Тема урока	Элементы содержания	Требования к уровню подготовленности обучающихся	Вид контроля
Легкая атлетика (9 ч)+волейбол (8 ч)+баскетбол(7 ч)				
Планируемые результаты освоения раздела.				

Предметные:

- знания по истории и развитию спорта и олимпийского движения, о положительном их влиянии на укрепление мира и дружбы между народами
- владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений (ходьба, бег, прыжки, лазанья и др.) различными способами, в различных изменяющихся внешних условиях;
- умение максимально проявлять физические способности (качества) при выполнении тестовых упражнений по физической культуре

Метапредметные.**Регулятивные УУД:**

- владение умением достаточно полно и точно формулировать цель и задачи совместных с другими детьми занятий физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельностью, излагать их содержание;
- Работая по плану, сверять свои действия с целью и, при необходимости, исправлять ошибки самостоятельно.

Познавательные УУД:

- Анализировать, сравнивать, классифицировать и обобщать факты и явления. Выявлять причины и следствия простых явлений.
- Создавать схематические модели с выделением существенных характеристик объекта.

Коммуникативные УУД:

- Самостоятельно организовывать учебное взаимодействие в группе (определять общие цели, распределять роли, договариваться друг с другом и т.д.)

1	Техника безопасности на уроке по легкой атлетике. История физической культуры.	Личная гигиена. Бег на длинные дистанции. Знания по физической культуре.	Должны иметь представление о правилах поведения на спортивной площадке и в спортивном зале	Опрос
2	Беговые упражнения	Бег с ускорением от 30 до 40 м прыжки в длину. Старты из различных исходных положений.	Знать правила, выполнять бег на время.	Текущий.
3	Беговые упражнения.	Бег с ускорением от 30 до 40 м прыжки в длину. Старты из различных исходных положений.	Знать правила, выполнять бег на время.	Текущий.
4	Беговые упражнения	Высокий старт с опорой на одну руку. Подводящие упр. для самостоятельного освоения техники спринтерского бега. Встречная эстафета.	Демонстрировать старт с опорой на одну руку.	Текущий
5	Беговые упражнения.	Прыжки в длину с разбега. Высокий старт. Встречная эстафета.	выполнять технику прыжка в длину с разбега. Демонстрировать старт.	Контроль
6	Развитие скоростных способностей.	ОРУ в движении. Спец. беговые упражнения. Бег с ускорением 2-3	Выполнять бег с максим. скоростью.	Текущий

		серию по 40 м. Прыжки в длину с разбега.		
7	Развитие скоростных способностей	Беговые упражнения. Прыжки в длину с разбега.	Выполнять бег с максимальной скоростью. Выполнять технику прыжка в длину.	Контроль
8	Метание малого мяча	Метание теннисного мяча на дальность с места и 4-5 шагов. Метание мяча по движущей цели. Многоскоки.	Анализировать правильность выполнения.	Текущий
9	Метание малого мяча	Метание мяча. Многоскоки.	Анализировать правильность выполнения.	Текущий
10	Прыжковые упражнения	Прыжки в высоту с разбега способом перешагивание. Метание мяча.	Анализировать правильность выполнения.	Текущий
11	Прыжковые упражнения	Прыжки в высоту. Метание мяча.	Выполнение упражнений по технике.	Контроль
12	Прыжковые упражнения.	Прыжки в высоту. Метание мяча.	Выполнение упражнений по технике.	Контроль
13	Техника безопасности на уроках спортивных игр. Правила игры в баскетбол.	Стойки игрока, передвижения в стойке приставными шагами, боком, лицом, спиной вперед.	Демонстрировать технику передвижения и использовать ее в процессе игровой деятельности.	Текущий.

Волейбол (8) + баскетбол (7)

Планируемые результаты освоения раздела.

Предметные:

- владение навыками выполнения разнообразных физических упражнений различной функциональной направленности, технических действий базовых видов спорта, а также применения их в игровой и соревновательной деятельности;
- умение максимально проявлять физические способности (качества) при выполнении тестовых упражнений по физической культуре

Метапредметные.

Регулятивные УУД:

- владение умением достаточно полно и точно формулировать цель и задачи совместных с другими детьми занятий физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельностью, излагать их содержание;
- владение умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, находить адекватные способы поведения и взаимодействия с партнерами во время учебной и игровой деятельности.
- Работая по плану, сверять свои действия с целью и, при необходимости, исправлять ошибки самостоятельно.

Познавательные УУД:

- Анализировать, сравнивать, классифицировать и обобщать факты и явления. Выявлять причины и следствия простых явлений.

- Осуществлять сравнение и классификацию, самостоятельно выбирая основания и критерии для указанных логических операций; строить классификацию на основе дихотомического деления (на основе отрицания).
- Строить логическое рассуждение, включающее установление причинно-следственных связей.

Коммуникативные УУД:

- Самостоятельно организовывать учебное взаимодействие в группе (определять общие цели, распределять роли, договариваться друг с другом и т.д.)

14	Овладение техникой передвижения, остановок, поворотов и стоек.	Передача в парах, ведение мяча. Прыжок вверх толчком одной с приземлением на другую. Подводящие упр.	Демонстрировать технику передач.	Текущий.
15	Овладение техникой передвижения, остановок, поворотов и стоек.	Прием и передача мяча в парах. Ведение мяча. Остановка двумя шагами и прыжком.	Демонстрировать технику передач.	Текущий.
16	Освоение ловли и передачи мяча	Передача в парах. Подводящие упражнения техники остановки прыжком.	Демонстрировать технику передач.	Контроль.
17	Освоение ловли и передачи мяча.	Передача и ловля мяча двумя после отскока от пола. Ведение мяча.	Демонстрировать технику передач.	Текущий.
18	Освоение техники ловли и передачи мяча.	Передача и ловля мяча от пола. Подводящие упражнения.	Демонстрировать технику передач.	Текущий.
19	Освоение техники ведения мяча	Передача мяча. Ведение мяча с изменением направления.	Демонстрировать технику ведения мяча ходьбой и бегом по прямой, змейкой, при обводке стоек.	Текущий.
20	Основные правила игры в волейбол.	Прием и передача мяча сверху и снизу двумя руками на разные расстояния. Правила игры.	Демонстрировать технику передач.	Текущий.
21	Освоение техники приема и передачи мяча.	Прием и передача мяча. Нижняя подача учебная игра.	Демонстрировать технику передач.	Текущий.
22	Освоение техники приема и передачи мяча.	Прием и передача мяча. Нижняя подача учебная игра.	Демонстрировать технику передач.	Текущий.
23	Освоение техники приема и передачи мяча.	Прием и передача мяча. Нижняя подача. Учебная игра.	Демонстрировать технику передач.	Контроль..
24	Освоение техники приема и передачи мяча.	Прием и передача мяча. Поддача. Игра по упрощенным правилам.	Демонстрировать технику передач.	Текущий.
25	Освоение техники приема и	Прием и передача мяча. Поддача.	Демонстрировать технику передач.	Контроль.

	передачи мяча.	Игра по упрощенным правилам.		
26	Освоение техники приема и передачи мяча.	Прием и передача мяча. Подача. Учебная игра.	Демонстрировать технику передач.	Текущий.
27	Закрепление техники приема и передачи мяча и развитие координационных способностей.	Комбинация из освоенных элементов: передача, подача, прием	Владеть в совершенстве техникой приема и передачи мяча.	Контроль

Гимнастика (18)+волейбол (3)

Планируемые результаты освоения раздела.

Предметные:

- знания по истории и развитию спорта и олимпийского движения, о положительном их влиянии на укрепление мира и дружбы между народами
- владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений (ходьба, бег, прыжки, лазанья и др.) различными способами, в различных изменяющихся внешних условиях;
- умение максимально проявлять физические способности (качества) при выполнении тестовых упражнений по физической культуре

Метапредметные.

Регулятивные УУД:

- владение умением осуществлять поиск информации по вопросам развития современных оздоровительных систем, обобщать, анализировать и творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой;
- владение умением достаточно полно и точно формулировать цель и задачи совместных с другими детьми занятий физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельностью, излагать их содержание;
- взаимодействия с партнерами во время учебной и игровой деятельности.
- Работая по плану, сверять свои действия с целью и, при необходимости, исправлять ошибки самостоятельно.

- В диалоге с учителем совершенствовать самостоятельно выработанные критерии оценки.

Познавательные УУД:

- Анализировать, сравнивать, классифицировать и обобщать факты и явления. Выявлять причины и следствия простых явлений.
- Осуществлять сравнение и классификацию, самостоятельно выбирая основания и критерии для указанных логических операций; строить классификацию на основе дихотомического деления (на основе отрицания).
- Строить логическое рассуждение, включающее установление причинно-следственных связей.
- Создавать схематические модели с выделением существенных характеристик объекта.

Коммуникативные УУД:

- Самостоятельно организовывать учебное взаимодействие в группе (определять общие цели, распределять роли, договариваться друг с другом и т.д.)

28	Организирующие команды и приемы.	Техника безопасности на уроке гимнастике гимнастики. Акробатические комбинации.	Различать строевые команды. Четко выполнять строевые приемы.	Текущий.
29	Организирующие команды и приемы.	Акробатика. Физические упражнения для ритмической гимнастики.	Различать строевые команды. Четко выполнять строевые приемы.	Текущий.
30	Акробатические упражнения и комбинация.	Ритмическая гим.Акробатическая комбинация.	Описывание техники данных упражнений.	Текущий.
31	Акробатические упражнения и комбинация.	Акробатика. Кувырок назад из упора присев. Ритмическая гимнастика.	Описывание техники данных упражнений.	Контроль.
32	Акробатические упражнения и опорный прыжок.	Акробатика. Опорный прыжок через козла.	Описывание техники данных упражнений.	Текущий.
33	Акробатические упр.,опорный прыжок	Акробатика,Опорный прыжок через козла.	Описывание техники данных упражнений.	Текущий.
34	Акробатические упражнения ,опорный прыжок.	Акробатика. Опорный прыжок через козла. Ритмическая гимнастика	Описывание техники данных упражнений.	Контроль.
35	Комбинации на гим. Бревне(д).На невысокой гим.перекладине(м)	Упр.на равновесие (д).Упр.на перекладине(м).Подводящие упр.для самостоятельного освоения техники.	Описывать технику, составлять комплексы упражнений.	Текущий
36	Комбинации на гим. Бревне(д).На перекладине М.	Упрж.на равновесие(д).Упр.на перекладине (м).Подводящие упр.	Описывать технику.	Текущий
37	Комбинации на гим.бревне.Перекладина.	Упр.на равновесие.Упр.на перекладине	Описывать технику данных упражнений.	Текущий
38	Комбинации на бревне.Перекладина.	Упр.на равновесие.Упр.на перекладине.	Описывать технику данных упражнений.	Контроль.
39	Комбинация на бревне.Перекладина.	Упр.на равновесие.Упр.на перекладине.	Описывать технику данных упр.	Контроль.
40	Параллельные брусья	Комбинация на брусьях.Подводящие упр.	Описывать технику данных упражнений	Текущий
41	Параллельные брусья.	Комбинация на брусьях.Подводящие упр.	Описывать технику данных упражнений	Текущий
42	Параллельные брусья.	Комбинация на брусьях.Подводящие упр.	Описывать технику данных упражнений	Текущий
43	Параллельные брусья.	Комбинация на брусьях.Подводящие упр.	Описывать технику данных упражнений	Контроль
44	Лазанье по канату.Ритмическая	Лазанье по канату в 2	Описывать технику данных упражнений	Текущий

	гим.	приема.Подводящие упр.Ритмическая гимнастика.		
45	Лазанье по канату.Ритмическая гим.	Лазанье по канату.Ритмическая гим.	Описывать технику данных упр.	Контроль
46	Освоение техники приема и передачи мяча.Подача.	Прием и передача мяча.Нижняя подача.Учебная игра.	Демонстрировать технику передач.	Текущий
47	Освоение техники приема и передачи мяча.Подача.	Прием и передача мяча.Подача.Учебная игра.	Демонстрировать технику передач.	Текущий
48	Освоение техники приема и передачи мяча.Подача.	Прием и передача мяча.Подача.Учебная игра.	Демонстрировать технику передач.	Текущий

Лыжная подготовка (10 ч) +баскетбол (11ч)+волейбол(9ч)

Планируемые результаты освоения раздела.

Предметные:

- знания по истории и развитию спорта и олимпийского движения, о положительном их влиянии на укрепление мира и дружбы между народами
- владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений (ходьба, бег, прыжки, лазанья и др.) различными способами, в различных изменяющихся внешних условиях;
- умение максимально проявлять физические способности (качества) при выполнении тестовых упражнений по физической культуре

Метапредметные.

Регулятивные УУД:

- владение умением осуществлять поиск информации по вопросам развития современных оздоровительных систем, обобщать, анализировать и творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой;
- владение умением достаточно полно и точно формулировать цель и задачи совместных с другими детьми занятий физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельностью, излагать их содержание;
- Работая по плану, сверять свои действия с целью и, при необходимости, исправлять ошибки самостоятельно.

Познавательные УУД:

- Уметь определять возможные источники необходимых сведений, производить поиск информации, анализировать и оценивать ее достоверность.

Коммуникативные УУД:

- Самостоятельно организовывать учебное взаимодействие в группе (определять общие цели, распределять роли, договариваться друг с другом и т.д.)

49	Требования к технике безопасности.	История лыжного спорта. Основные правила соревнований.	Соблюдать правила, чтобы избежать травм.	Текущий
50	Освоение техники лыжных ходов.	Попеременный двухшажный	Уметь описывать технику изучаемых	Текущий

		ход.Поворот упором.	лыжных ходов.	
51	Освоение техники лыжных ходов.	Одновременный одношажный ход.Подводящие упр.	Уметь описывать технику лыжных ходов.	Текущий
52	Освоение техники лыжных ходов.	Чередование попеременного двухшажного хода с одновременным одношажным ходом.	Демонстрировать технику передвижения.	Текущий
53	Освоение техники лыжных ходов.	Спуск.Подъем.Одновременный одношажный ход.Чередование ходов.	Демонстрировать технику передвижения.	Текущий.
54	Освоение техники лыжных ходов.	Спуск.Подъем.Чередование ходов.	Демонстрировать технику передвижения.	Контроль
55	Освоение техники лыжных ходов.	Попеременный двухшажный ход.Спуск,подъем,торможение.Преодоление небольших трамплинов в низкой стойке.Подводящие упр.	Уметь описывать технику изучаемых лыжных ходов.	Текущий.
56	Освоение техники лыжных ходов.	Спуск,подъем,торможение.Передвижение на лыжах 2 км.Подводящие упр.	Уметь описывать технику изучаемых лыжных ходов.	Текущий
57	Освоение техники лыжных ходов.	Спуск,подъем,торможение.Передвижение на лыжах.Преодоление небольших трамплинов.	Уметь описывать технику лыжных ходов.	Контроль
58	Освоение техники лыжных ходов.	Повороты переступанием.Попеременный двухшажный ход.Спуск.Подъем.Торможение.	Уметь описывать технику изучаемых лыжных ходов.	Контроль
59	Освоение техники ведения мяча.	Ведение мяча с изменением направления движения.	Демонстрировать технику ведения мяча с ходьбой и бегом.	Текущий
60	Освоение техники броска мяча в корзину.	Бросок в корзину 2 мя руками после ведения.	Демонстрировать технику и результативность броска в корзину.	Текущий
61	Закрепление техники владения с мячом.	Ловля,передача,ведение.бросок.Игра по упрощенным правилам.	Владеть техникой с мячом.	Текущий
62	Закрепление техники владения с мячом.	Ловля,передача,ведение,бросок.Игра	Владеть техникой с мячом.	Контроль
63	Закрепление техники владения с мячом.	Ловля,передача,ведение,бросок.Игра	Владеть техникой с мячом.	Текущий

64	Закрепление техники владения с мячом.	Ловля,передача,ведение,бросок.Игра	Владеть техникой с мячом.	Текущий
65	Закрепление техники владения с мячом.	Ловля,передача,ведение,бросок.Игра	Владеть техникой с мячом.	Контроль
66	Закрепление техники владения с мячом.	Ловля,передача,ведение,бросок.Игра	Владеть техникой с мячом.	Текущий
67	Закрепление техники владения с мячом.	Ловля,передача,ведение,бросок.Игра	Владеть техникой с мячом.	Контроль
68	Закрепление техники владения с мячом.	Ловля,передача,ведение,бросок.Игра	Владеть техникой с мячом.	Текущий.
69	Закрепление техники владения с мячом.	Ловля,передача,ведение,бросок.Игра	Владеть техникой с мячом.	Контроль
70	Освоение техники приема и передачи мяча. Волейбол.	Прием и передача мяча.Подача.Игра по упрощенным правилам.	Знать правила игры.Демонстрировать технику во время игровой деятельности.	Текущий
71	Закрепление техники приема и передачи мяча и развитие координационных способностей.	Прием и передача мяча.Подача.Игровые действия.	Уметь моделировать технику освоенных действий и приемов.	Текущий
72	Закрепление техники приема и передачи мяча и развитие координационных способностей.	Прием и передача мяча.Подача.Игровые действия.	Уметь моделировать технику освоенных действий и приемов.	Текущий.
73	Закрепление техники приема и передачи мяча и развитие координационных способностей.	Прием и передача мяча.Подача.Игровые действия.	Уметь моделировать технику освоенных действий.	Контроль
74	Освоение тактики игры.	Прием и передача мяча.Подача.Игровые действия.	Уметь моделировать технику освоенных действий.	Текущий
75	Освоение тактики игры.	Прием и передача мяча.Подача.Игровые действия.	Уметь взаимодействовать со сверстниками во время игры.	Контроль
76	Освоение тактики игры	Прием и передача мяча.Подача.Игровые действия.	Уметь взаимодействовать со сверстниками во время игры.	Текущий
77	Освоение тактики игры.	Прием и передача мяча.Подача.Игровые действия.	Уметь взаимодействовать со сверстниками во время игры.	Контроль
78	Освоение тактики игры.	Прием и передача мяча.Подача.Игровые действия.	Уметь взаимодействовать со сверстниками во время игры.	Текущий
Волейбол (15 ч)+легкая атлетика (9ч)				

Планируемые результаты освоения раздела.

Предметные:

- владение навыками выполнения разнообразных физических упражнений различной функциональной направленности, технических действий базовых видов спорта, а также применения их в игровой и соревновательной деятельности;
- умение максимально проявлять физические способности (качества) при выполнении тестовых упражнений по физической культуре

Метапредметные.

Регулятивные УУД:

- владение умением достаточно полно и точно формулировать цель и задачи совместных с другими детьми занятий физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельностью, излагать их содержание;
- владение умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, находить адекватные способы поведения и взаимодействия с партнерами во время учебной и игровой деятельности.
- Работая по плану, сверять свои действия с целью и, при необходимости, исправлять ошибки самостоятельно.

Познавательные УУД:

- Анализировать, сравнивать, классифицировать и обобщать факты и явления. Выявлять причины и следствия простых явлений.
- Создавать схематические модели с выделением существенных характеристик объекта.

Коммуникативные УУД:

- Самостоятельно организовывать учебное взаимодействие в группе (определять общие цели, распределять роли, договариваться друг с другом и т.д.)

79	Техника безопасности на уроках легкой атлетики и спортивных игр.	Прием и передача мяча.Подача.Учебная игра по упрощенным правилам..	Демонстрировать технику и результативность приема и передачи мяча во время игровой деятельности.	Текущий
80	Закрепление техники приема и передачи мяча и развитие координационных способностей.	Прием и передача мяча.Подача.Игровые действия.Учебная игра по упрощенным правилам.	Демонстрировать технику и результативность приема и передачи мяча во время игровой деятельности.	Текущий
81	Закрепление техники приема и передачи мяча и развитие координационных способностей.	Прием и передача мяча.Подача.Игровые действия.Учебная игра по упрощенным правилам.	Демонстрировать технику и результативность приема и передачи мяча во время игровой деятельности.	Текущий
82	Закрепление техники приема и передачи мяча и развитие координационных способностей.и стоек.	Прием и передача мяча.Подача.Игровые действия.Учебная игра по упрощенным правилам.	Прием и передача мяча.Подача.Игровые действия.Учебная игра по упрощенным правилам.	Текущий

92	Закрепление техники приема и передачи мяча и развитие координационных способностей..	Прием и передача мяча.Подача.Игровые действия.Учебная игра по упрощенным правилам..	Демонстрировать технику и результативность приема и передачи мяча во время игровой деятельности.	Текущий
93	Закрепление техники приема и передачи мяча и развитие координационных способностей...	Прием и передача мяча.Подача.Игровые действия.Учебная игра по упрощенным правилам..	Демонстрировать технику и результативность приема и передачи мяча во время игровой деятельности.	Контроль
94	Спринтерский бег.	Бег по дистанции,финиширование.Подводящие упр.Метание мяча.	Демонстрировать технику спринтерского бега.	Текущий
95	Равномерный бег.	Гладкий равномерный бег.Метание мяча.	Демонстрировать технику гладкого равномерного бега.	Текущий
96	Прыжковые упр.	Прыжки в высоту с разбега способом «перешагивание».Подводящие упр.	Демонстрировать технику прыжка в высоту.	Текущий
97	Прыжковые упр.	Прыжки в высоту с разбега способом перешагивание.Подводящие упр.	Демонстрировать технику прыжка в высоту.	Текущий
98	Прыжковые упражнения	Прыжки в высоту.Подводящие упр.	Демонстрировать технику прыжка в высоту..	Контроль
99	Прыжковые упражнения	Прыжки в длину.Метание мяча.	Описывают технику выполнения упр.	Текущий
100	Развитие скоростных качеств.	Бег на длинные дистанции.Метание мяча.	Описывают технику выполнения упр.	Текущий
101	Развитие скоростных способностей	Прыжки в длину с разбега.Метание мяча.	Применяют разученные упражнения	Контроль
102	Развитие скоростных способностей	Бег на короткие дистанции.Метание мяча.	Применяют разученные упражнения	Текущий

МБОУ Васильсурская средняя школа

«Рассмотрено»
Руководитель ШМО:
Протокол № 1 от
«28» августа 2021 г.

«Согласовано»
Заместитель директора
по УВР:
«28» августа 2021 г.

«Утверждаю» Директор
_____ Д. Г. Толобов Приказ № 87 - ОД
от 28.08.2021 г.

**Рабочая программа по
физической культуре на 2021-
2022 учебный год**

9 класс

Учитель: Алюкова Светлана Никоновна

Личностные результаты обучения:

- владение знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности, о соответствии их возрастными половым нормативам;
- владение знаниями об особенностях индивидуального здоровья и о функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний и перенапряжения средствами физической культуры;
- владение знаниями по основам организации и проведения занятий физической культурой оздоровительной и тренировочной направленности, составлению содержания занятий в соответствии с собственными задачами, индивидуальными особенностями физического развития и физической подготовленности.
- способность управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой, игровой и соревновательной деятельности;
- способность активно включаться в совместные физкультурно- оздоровительные и спортивные мероприятия, принимать участие в их организации и проведении;
- умение предупреждать конфликтные ситуации во время совместных занятий физической культурой и спортом, разрешать спорные проблемы на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим.
- умение планировать режим дня, обеспечивать оптимальное сочетание нагрузки и отдыха;
- умение проводить туристские пешие походы, готовить снаряжение, организовывать и благоустраивать места стоянок, соблюдать правила безопасности;
- умение содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование, спортивную одежду, осуществлять их подготовку к занятиям и спортивным соревнованиям.

- обладать красивой (правильной) осанкой, умение ее длительно сохранять при разнообразных формах движения и пере движений;
- обладать хорошим телосложением, желанием поддерживать его в рамках принятых норм и представлений посредством занятий физической культурой;
- обладать культурой движения, умением передвигаться красиво, легко и непринужденно.

Предметные результаты обучения:

- владение знаниями по истории и развитию спорта и олимпийского движения, о положительном их влиянии на укрепление мира и дружбы между народами;
- владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений (ходьба, бег, прыжки, лазанья и др.) различными способами, в различных изменяющихся внешних условиях;
- владение навыками выполнения разнообразных физических упражнений различной функциональной направленности, технических действий базовых видов спорта, а также применения их в игровой и соревновательной деятельности;
- умение максимально проявлять физические способности (качества) при выполнении тестовых упражнений по физической культуре.

Метапредметными результатами обучения курса «Физическая культура» является (УУД).

Регулятивные УУД:

- владение умением осуществлять поиск информации по вопросам развития современных оздоровительных систем, обобщать, анализировать и творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой;
- владение умением достаточно полно и точно формулировать цель и задачи совместных с другими детьми занятий физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельностью, излагать их содержание;
- владение умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, находить адекватные способы поведения и взаимодействия с партнерами во время учебной и игровой деятельности.

- работая по плану, сверять свои действия с целью и, при необходимости, исправлять ошибки самостоятельно.
- в диалоге с учителем совершенствовать самостоятельно выработанные критерии оценки.

Познавательные УУД:

- Анализировать, сравнивать, классифицировать и обобщать факты и явления. Выявлять причины и следствия простых явлений.
- Осуществлять сравнение, классификацию, самостоятельно выбирая основания и критерии для указанных логических операций;
- Строить логическое рассуждение, включающее установление причинно-следственных связей.
- Создавать схематические модели с выделением существенных характеристик объекта.
- Уметь определять возможные источники необходимых сведений, производить поиск информации, анализировать и оценивать ее достоверность.

Коммуникативные УУД:

- Самостоятельно организовывать учебное взаимодействие в группе (определять общие цели, распределять роли, договариваться друг с другом и т.д.)

Распределение учебного материала по физической культуре 9 класса

№ п/п	Вид программного материала	1 четверть	2 четверть	3 четверть	4 четверть	Всего
1	Теория физической культуры					
2	Легкая атлетика	8			8	16
3	Спортивные игры: волейбол	8		12	8	28
4	Гимнастика		16			16
5	Лыжная подготовка			8		8
	Итого:	16	16	20	16	68

Тематическое планирование 9 класс

1 четверть л/атлетика -8ч+8ч волейбол

1	Спринтерский бег.	Вводный	Т.Б.на уроке л.а.Низкий старт. Стартовый разгон.ОРУ.Специальные беговые упр.Развитие скоростных качеств. Эстафетный бег.
2			Т.Б.на уроке л.а.Низкий старт. Стартовый разгон.ОРУ.Специальные беговые упр.Развитие скоростных качеств. Эстафетный бег.
3			Т.Б.на уроке л.а.Низкий старт. Стартовый разгон.ОРУ.Специальные беговые упр.Развитие скоростных качеств. Эстафетный бег.
4		Учетный.	Бег на результат.ОРУ.Спец. беговые упр.Развитие скоростных качеств.
5	Прыжок в длину согнув ноги. Метание мяча.	Комбинированный.	Прыжок в длину с разбега. Метание мяча на дальность.ОРУ.Спец.беговые упр.Подбор разбега.
6		Комбинированный.	Прыжок в длину.Отталкивание.Метание мяча.ОРУ.Спец.беговые упр.
7			Прыжок в длину. Фаза полета.Приземление.Метание мяча.Спец.беговые упр.
8		Учетный.	Прыжок в длину на результат. Техника выполнения метания мяча с разбега.
9	Волейбол.	Изучение нового материала.	Стойки,передвижения.Прием и передача мяча.Т.Б.на волейболе.

			Развитие координационных качеств.
10			Прием и передача мяча, в движении. Подача сверху.
11		Комплексный.	Прием и передача мяча. Верхняя подача. Игровые действия. Игра по упр.правилам.
12			Прием и передача мяча.Подача.Игровые действия. Учебная игра.
13			Прием и передача мяча.Подача.Игровые действия. Учебная игра.
14			Прием и передача мяча.Подача.Игровые действия. Игра.
15		Комплексный.	Прием и передача мяча.Подача.Игровые действия. .Игра.
16			Прием и передача мяча.Подача.Игровые действия. Игра.

2 четверть гимнастика-16ч

17	Висы. Строевые упр.	Изучение нового материала.	Повороты.ОРУ.Перекладина.Брусья.Подтягивание. Упр.на гим.скамейке.Развитие силовых способностей.
18		Совершенствован ия.	Повороты. Ору с гим.палкой.Перекладина.Брусья.Развитие силовых способностей.
19		Совершенствован ия.	Повороты.ОРУ.Перекладина.Брусья.Развитие силовых способностей.
20			Повороты.ОРУ.Перекладина.Брусья.Развитие силовых способностей.
21		Совершенствован	Повороты.ОРУ.Перекладина.Брусья.

		ия.	я.Развитие силовых способностей.
22		Учетный.	Техника выполнения на брусьях .Подтягивание. Ору с гим.палкой.
23	Опорный прыжок. Строевые упр.	Изучение нового материала.	Повороты в движении. Опорный прыжок. Развитие скоростно-силовых способностей.
24		Совершенствован ия.	Повороты в движении. Опорный прыжок. Развитие скоростно-силовых способностей..
25		Совершенствован ия.	Повороты в движении. Опорный прыжок. Развитие скоростно-силовых способностей.
26		Совершенствован ия.	Повороты в движении. Опорный прыжок. Развитие скоростно-силовых способностей.
27		Совершенствован ия.	Повороты в движении. Опорный прыжок. Развитие скоростно-силовых качеств.
28		Учетный.	Опорный прыжок. Ору с мячами. Развитие скоростно-силовых способностей.
29	Акробатика. Лазание.	Изучение нового материала.	Кувырок назад.Мост.ОРУ в движении. Лазание по канату в 2 приема. Развитие силовых способностей.
30		Комплексный.	Акробатика. Ору в движении. Лазание по канату. Развитие силовых способностей.
31		Комплексный.	Акробатика.ОРУ.Лазание по канату. Развитие силовых способностей.

32		Учетный.	Акробатика.ОРУ.Лазание по канату. Развитие силовых способностей.
----	--	----------	--

3 четверть л/п -8 часов +12 часов волейбол.

33	Техника лыжных ходов.	Комбинированный.	Скольльзящий шаг. Передвижение на лыжах.
34			Попеременный двухшажный ход. Передвижение на лыжах.
35			Одновременный бесшажныйход.Передвижение на лыжах.
36		Комбинированный.	Одновременный двухшажный ход Спуск.Подъем.Торможение.
37			Коньковый ход без палок. Передвижение на лыжах.
38		Комбинированный.	Изменение стоек спуска. Передвижение на лыжах.
39			Подъем скольльзящим шагом. Передвижение на лыжах.
40			Поворот плугом. Передвижение на лыжах.
41	Волейбол.	Изучение нового материала.	Прием и передача мяча.Подача.Игровые действия. Нападающий удар.Блокирование.Взаимодействие игроков.
42			Прием и передача мяча.Подача.игровые действия.Нападающийудар.Блокирование.Учебная игра.
43		Комплексный.	Прием и передача мяча.Подача.Игровые действия. Нападающий

			удар.Блокирование.Учебная игра.
44			Прием и передача мяча.Подача.Игровые действия. Нападающий удар.Блокирование.Учебная игра.
45		Комплексный.	Прием и передача мяча.Подача.Игровые действия. Нападающий удар.Блокирование.Учебная игра.
46			Прием и передача мяча.Подача.Игровые действия. Нападающий удар.Блокирование.Учебная игра.
47			Прием и передача мяча.Подача.Игровые действия. Учебная игра.
48		Комплексный.	Прием и передача мяча.Подача.Игровые действия. Учебная игра.
49			Прием и передача мяча.Подача.Игровые действия.
50			Прием и передача мяча.Подача.Игровые действия.
51			Прием и передача мяча.Подача.Игровые действия. Учебная игра.
52			Прием и передача мяча.Подача.Игровые действия. Учебная игра.

4 четверть волейбол-8ч+8ч л/атлетика

53	Волейбол	Комплексный	Прием и передача мяча.Подача.Игровые действия. Учебная игра.
54			Прием и передача мяча.Подача.Игровые действия. Учебная игра.
55		Комплексный.	Прием и передача мяча.Подача.Игровые действия. Учебная игра.
56			Прием и передача мяча.Подача.Игровые действия. Учебная игра.

57			Прием и передача мяча.Подача.Игровые действия. Учебная игра.
58			Прием и передача мяча.Подача.Игровые.действия.Учебная игра.
59			Прием и передача мяча.Подача.Игровые действия. Учебная игра.
60		Учетный.	Прием и передача мяча.Подача.Игровые действия. Учебная игра.
61	Прыжок в высоту. Метание малого мяча.	Комбинированный.	Прыжок в высоту.Отталкивание.Метание мяча.ОРУ.Специальные беговые упр.
62			Прыжок в высоту. Метание мяча.ОРУ.Спец.беговые упр.
63			Прыжок в высоту. Метание мяча.ОРУ.Спец.беговые упр.
64			Прыжок в высоту. Метание мяча.ОРУ.Спец.беговые упр.
65		Учетный	Прыжок в высоту. Метание мяча.Спец.беговые упр.
66		Комбинированный.	Бег. Прыжки в длину.Многоскоки.
67			Бег. Прыжки в длину.Многоскоки.
68			Бег. Прыжки в длину.Многоскоки.