

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение Рождественская
средняя общеобразовательная школа**

Рассмотрено на заседании МО
учителей
№ 06 от 15 . 06 .2021г.

Согласовано заместитель
директора по УВР МБОУ
Рождественская СОШ
_____ Е.С. Жвырбля
. .2021г.

Утверждаю директор МБОУ
Рождественская СОШ
_____ О.А.Кириллова
Приказ №-- от ..21г.

**Рабочая учебная программа
по физической культуре 7 класс**

Учитель: Злобин С.П.

С.Рождественское
2021-2022 учебный год

Пояснительная записка

Рабочая программа по физической культуре для 7 класса разработана на 2021-2022 учебный год на основе следующих документов:

Закона Российской Федерации «Об образовании»;

Федерального закона «О физической культуре и спорте»;

Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина;

Стратегии национальной безопасности Российской Федерации до 2022 г.;

ФГОС основного общего образования

«Комплексной программы физического воспитания 1-11 классы», автором - составителем которой являются В.И.Лях и

А.А.Зданевич; издательство «Просвещение», Москва – 2011г.

1. Цель программы: обеспечение современного образования учащихся в контексте требований ФГОС

Задачи программы:

Реализация идеологической основы ФГОС – Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина России.

Реализация методологической и методической основы ФГОС- организация учебной деятельности учащихся на основе системно -деятельностного подхода.

Достижение личностных, метапредметных и предметных результатов освоения образовательной программы посредством

формирования универсальных учебных действий, как основы умения учиться.

Программа обеспечивает достижение учащимися 5-9 классов определенных личностных, метапредметных и предметных результатов.

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОГО КУРСА

Предметом обучения физической культуре в основной школе является двигательная активность человека с общеразвивающей направленностью. В процессе овладения этой деятельностью укрепляется здоровье, совершенствуются физические качества, осваиваются определенные двигательные действия, активно развиваются мышление, творчество и самостоятельность.

Важнейшим требованием проведения современного урока по физической культуре является обеспечение дифференцированного и индивидуального подхода к учащимся с учетом состояния, пола, физического развития, двигательной подготовленности, особенностей развития психических свойств и качеств, соблюдения гигиенических норм.

Понятийная база и содержание курса основаны на положениях нормативно-правовых актов Российской Федерации, в том числе:

- Требований к результатам освоения образовательной программы основного общего образования, представленной в Федеральном государственном стандарте основного общего образования;
- Концепции духовно-нравственного развития и воспитания личности гражданина;
- Закон «Об образовании» ;
- Стратегии национальной безопасности Российской Федерации до 2020г;

МЕСТО УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «Физическая культура»

Физическая культура изучается в 7 классе 2 часа в неделю.

Описание ценностных ориентиров учебного предмета «Физическая культура»

Содержание учебного предмета «Физическая культура», направлена на воспитание творческих, компетентных и успешных граждан России, способных к активной самореализации в личной, общественной и профессиональной деятельности. В процессе освоения курса у учащихся укрепляется здоровье, формируются общие и специфические умения и навыки, способы познавательной и предметной деятельности.

Ценностные ориентиры образования конкретизируют личностный, социальный и государственный заказ в системе образования, выраженный в Требованиях к результатам освоения основной образовательной программы, и отражают целевые установки системы начального общего образования:

- Формирование основ гражданской идентичности личности на базе:
 - чувства сопричастности и гордости за свою Родину, народ и историю, осознания ответственности человека за благосостояние общества;
- Формирование психологических условий развития общения, сотрудничества на основе:
 - доброжелательности, доверия и внимания к людям, готовности к сотрудничеству и дружбе, оказанию помощи тем, кто в ней нуждается;
 - уважения к окружающим – умения слышать и слушать партнера, признавать право каждого на собственное мнение и принимать решения с учетом позиции всех участников.

- Развитие ценностно-смысловой сферы личности на основе общечеловеческих принципов нравственности и гуманизма:
 - принятие и уважения ценностей семьи и образовательного учреждения, коллектива и общества и стремления следовать им;
 - ориентация в нравственном содержании и смысле, как собственных поступков, так и поступков окружающих людей, развитие этических чувств (стыда, вины, совести) как регуляторов морального поведения;
- Развитие умения учиться как первого шага к самообразованию и самовоспитанию, а именно:
 - развитие широких познавательных интересов, инициативы и любознательности, мотивов познания и творчества;
 - формирование умения учиться и способности к организации своей деятельности (планированию, контролю, оценке);
- Развитие самостоятельности, инициативы и ответственности личности как условия ее самоактуализации:
 - формирование самоуважения и эмоционально-положительного отношения к себе, готовности открыто выражать и отстаивать свою позицию, критичности к своим поступкам и умению адекватно их оценивать;
 - развитие готовности к самостоятельным поступкам и действиям, ответственности за их результаты;
 - формирование целеустремленности и настойчивости в достижении целей, готовности к преодолению трудностей и жизненного оптимизма;
 - формирование умения противостоять действиям и влияниям, представляющим угрозу жизни, здоровью, безопасности личности и общества, в пределах своих возможностей, в частности проявлять изобретательность к информации, уважать частную жизнь и результаты труда других людей.

ЛИЧНОСТНЫЕ, МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ И ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ УЧЕБНОГО КУРСА.

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения учебного курса

В соответствии с требованиями к результатам освоения основной образовательной программы основного общего образования Федерального государственного образовательного стандарта данная рабочая программа для 5 классов направлена на достижение учащимися личностных, метапредметных и предметных результатов по физической культуре.

Личностные результаты

- Воспитание российской гражданской идентичности; патриотизма, любви и уважения к Отечеству, чувства гордости за свою Родину, прошлое и настоящее многонационального народа России;
- Знание истории физической культуры своего народа, своего края как части наследия народов России и человечества;
- Освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах;
- Участие в школьном самоуправлении и общественной жизни в пределах возрастных компетенций с учетом региональных, этнокультурных, социальных и экономических особенностей;
- Формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной, общественно-полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;
- Формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и дорогах.

В области познавательной культуры:

- Владение знаниями об особенностях индивидуального здоровья и о функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний, травматизма и оказания доврачебной помощи при занятиях физическими упражнениями;

В области нравственной культуры:

- Способность управлять своими эмоциями, владеть культурой общения и взаимодействия в процессе занятий физическими упражнениями, во время игр и соревнований.

В области трудовой культуры:

- Умение планировать режим дня, обеспечивать оптимальное сочетание умственных, физических нагрузок, отдыха;
- Умение содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование, спортивную одежду, осуществлять их подготовку к занятиям и спортивным соревнованиям.

В области эстетической культуры:

- Умение длительно сохранять правильную осанку во время статичных поз и в процессе разнообразных видов двигательной деятельности;
- Формирование культуры движений, умения передвигаться легко, красиво, непринужденно.

В области коммуникативной культуры:

- Владение умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, находить адекватные способы взаимодействия с партнерами во время учебной, игровой и соревновательной деятельности.

В области физической культуры:

- в циклических и ациклических локомоциях: с максимальной скоростью пробегать 60м из положения высокого старта; в равномерном темпе бегать до 12 минут; после быстрого разбега с 7-9 шагов совершать прыжок в длину; выполнять с 3-5 шагов разбега прыжок в высоту способом «перешагивание»;

- в метаниях на дальность и меткость: метать теннисный мяч с места на дальность с 4-5 шагов разбега, в горизонтальную и вертикальную цели;

- в гимнастических и акробатических упражнениях: освоение строевых упражнений; выполнять комбинацию мальчики – висы согнувшись и прогнувшись; подтягивание в висе; поднимание прямых ног в висе; девочки – смешанные висы; подтягивание из виса лежа; опорный прыжок через гимнастического козла (козел в ширину, высота 80-100 см); комбинацию движений с одним из предметов (мяч, обруч, большой мяч, гантели); кувырки вперед, назад; стойка на лопатках; лазание по канату, гимнастической лестнице;

- в спортивных играх: играть в одну из спортивных игр (по упрощенным правилам);

- демонстрировать результаты не ниже, чем средний уровень основных физических способностей;

- владеть способами физкультурно-оздоровительной деятельности: самостоятельно выполнять упражнения на развитие быстроты, координации, выносливости, силы, гибкости; соблюдать правила самоконтроля и безопасности во время выполнения упражнений;

- владеть способами спортивной деятельности: бег на выносливость, метание, прыжки в длину или в высоту, бег 60м; участвовать в соревнованиях по одному из видов спорта;

- владеть правилами поведения на занятиях физическими упражнениями.

Метапредметные результаты

- Развивать мотивы и интересы своей познавательной активности;
- Владение основами самоконтроля, самооценки, принятие решений и осуществление осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
- Умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками.

В области познавательной культуры:

- Овладение сведениями о роли и значении физической культуры в формировании целостной личности человека;

- Понимание здоровья как одного из важнейших условий развития и самореализации человека.

В области нравственной культуры:

- Бережное отношение к собственному здоровью и здоровью окружающих, проявление доброжелательности и отзывчивости к людям, имеющим ограниченную возможность и нарушения в состоянии здоровья;

- Проявление уважительного отношения к окружающим, товарищам по команде и соперникам;

- Ответственное отношение к порученному делу, проявление дисциплинированности и готовности отстаивать собственные позиции, отвечать за результаты собственной деятельности.

В области трудовой культуры:

- Добросовестное выполнение учебных заданий, осознанное стремление к освоению новых знаний и умений, повышающих результативность выполнения заданий.

В области эстетической культуры:

- Понимание культуры движений человека, постижение значения овладения жизненно важными двигательными умениями и навыками.

В области коммуникативной культуры:

- Владение культурой речи, ведение диалога в доброжелательной и открытой форме.

В области физической культуры:

- Владение умениями выполнения двигательных действий и физических упражнений базовых видов спорта и оздоровительной физической культуры, активно их использовать в самостоятельно организуемой спортивно-оздоровительной и физкультурно-оздоровительной деятельности.

Предметные результаты

В основной школе в соответствии с ФГОС основного общего образования результаты изучения предмета «Физическая культура» должны отражать:

- Понимание роли и значения физической культуры в формировании личностных качеств. В активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;
- Приобретение опыта организации самостоятельных систематических занятий физической культурой с соблюдением правил техники безопасности и профилактики травматизма;
- Формирование умений выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корригирующих упражнений; расширение двигательного опыта за счет упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма.

В области познавательной культуры:

- Знание по истории развития спорта и олимпийского движения, о положительном их влиянии на укрепление мира и дружбы между народами.

В области нравственной культуры:

- Способность проявлять дисциплинированность и уважение к товарищам по команде и соперникам во время игровой и соревновательной деятельности, соблюдать правила игры и соревнований.

В области трудовой культуры:

- Способность преодолевать трудности, добросовестно выполнять учебные задания по технической и физической подготовке.

В области эстетической культуры:

- Умение организовывать самостоятельные занятия с использованием физических упражнений по формированию телосложения и правильной осанки.

В области коммуникативной культуры:

- Способность интересно и доступно излагать знания о физической культуре, умело применяя соответствующие понятия и термины.

В области физической культуры:

- Умение проводить самостоятельные занятия по освоению и закреплению осваиваемых на уроке новых двигательных действий и развитию основных физических способностей.

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО КУРСА

ЗНАНИЯ О ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

История физической культуры.

История зарождения олимпийского движения в России. Олимпийское движение в России (СССР). Выдающиеся достижения отечественных спортсменов на Олимпийских играх. Организация и проведение пеших туристических походов. Требования к технике безопасности и бережному отношению к природе (экологические требования).

Физическая культура (основные понятия).

Физическое развитие человека.

Здоровье и здоровый образ жизни.

Всестороннее и гармоничное физическое развитие.

Спортивная подготовка.

Техническая подготовка. Техника движений и её основные показатели.

Физическая культура человека.

Режим дня и его основное содержание. Закаливание организма. Правила безопасности и гигиенические требования. Проведение самостоятельных занятий по коррекции осанки и телосложения. Первая помощь во время занятий физической культурой и спортом.

Физическое совершенствование

Оздоровительные формы занятий в режиме учебного дня и учебной недели.

Спортивно-оздоровительная деятельность с общеразвивающей направленностью.

Гимнастика с основами акробатики. Организующие команды и приемы.

Акробатические упражнения и комбинации.

Опорные прыжки.

Упражнения и комбинации на гимнастическом бревне (девочки).

Упражнения и комбинации на гимнастической перекладине (мальчики).

Упражнения и комбинации на гимнастических брусьях.

Легкая атлетика.

Беговые упражнения.

Прыжковые упражнения. Метание малого мяча.

Спортивные игры.

Баскетбол, волейбол, футбол - игра по упрощенным правилам.

Упражнения общеразвивающей направленности.

Общефизическая подготовка.

Гимнастика с основами акробатики. Развитие гибкости, координации движений, силы, выносливости.

Легкая атлетика. Развитие выносливости, силы, быстроты, координации движений.

Лыжная подготовка. Развитие выносливости координации движений, быстроты.

Баскетбол, волейбол, футбол. Развитие быстроты, силы, выносливости, координации движений.

Тематическое планирование

| <i>№</i> | <i>Наименование разделов и тем</i> | <i>Всего часов</i> |
|----------|------------------------------------|--------------------|
| 1 | Легкая атлетика | 11 |
| 2 | Спортивные игры (волейбол) | 15 |
| 3 | Гимнастика с элементами акробатики | 8 |
| | Спортивные игры (баскетбол) | 11 |
| 4 | Лыжная подготовка | 15 |
| 6 | Легкая атлетика | 8 |
| | Итого: | 68 часов |

Календарно-тематическое планирование для 7 класса

| № урок | Тема урока | Кол-во часов | Дата проведения | Оборудование урока | УУД |
|---|--|--------------|-----------------|-----------------------------|--|
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
| I четверть 27 час Легкая атлетика 11 час Спортивные игры 15час | | | | | |
| Легкая атлетика | | | | | |
| 1 | Инструктаж по технике безопасности на уроках легкой атлетики и спортивных игр. Сов-е старта с опорой на одну руку. Бег с ускорением. Повторный бег. | 1 | | Свисток, фишки, секундомер. | Р: - формулировать и удерживать учебную задачу; - выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. П:- использовать общие приемы решения поставленных задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. |
| 2 | Влияние легкоатлетических упражнений на укрепление здоровья и основные системы организма. Разучивание низкого старта. Бег с ускорением (30 - 40 м) с максимальной скоростью | 1 | | Свисток, фишки, секундомер. | Р: - формулировать и удерживать учебную задачу. П- использовать общие приемы решения поставленных задач К:- ставить вопросы, обращаться за помощью; <i>взаимодействие</i> - формулировать собственное мнение |

| | | | | | | |
|---|--|---|--|--|--|--|
| 3 | Сов-е низкого старта. Встречные эстафеты от 10 до 15 м. Высокий старт (3040м), бег с ускорением от 40 до 60 м. Специально беговые упр. ОРУ. Медленный бег до 3 мин | 1 | | | Свисток, фишки, секундомер. | Р: - формулировать и удерживать учебную задачу. П: - использовать общие приемы решения поставленных задач К:- ставить вопросы, обращаться за помощью; - формулировать собственное мнение |
| 4 | Развитие координационных способностей. Бег 60 метров на время с низкого старта. Подвижные игры. | 1 | | | Свисток, фишки, секундомер, мячи | Р: - выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. П: - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. К:- ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач |
| 5 | Медленный бег до 5 мин. Разуч-е метания мяча с 4-5 шагов разбега | 1 | | | Свисток, фишки, секундомер, теннисные мячи | Р: - формулировать и удерживать учебную задачу. П:- контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. К: - ставить вопросы, обращаться за помощью; - формулировать собственное мнение и позицию |
| 6 | Сов-е метания мяча. Медленный бег до 6 мин | 1 | | | Свисток, фишки, секундомер, теннисные мячи | Р: - выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. П:- самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. К:- ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач |

| | | | | | | |
|----|--|---|--|--|--|--|
| 7 | Сов-е метания мяча с разбега . 6-минутный бег на результат. «Лапта» | 1 | | | Свисток, фишки, секундомер, теннисные мячи | Р: - формулировать и удерживать учебную задачу. П: - контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. К: - ставить вопросы, обращаться за помощью; - формулировать собственное мнение и позицию |
| 8 | Правила закаливания организма способами принятия воздушных и солнечных ванн, купания. Развитие выносливости в беге на 1500 м без учета времени. Метание мяча на дальность. | 1 | | | Свисток, фишки, секундомер, теннисные мячи | Р: - выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. П: - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. К:- ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач |
| 9 | Разучивание прыжка в длину с 9-11 шагов разбега способом «Согнув ноги». Подвижные игры. | 1 | | | Свисток, секундомер, рулетка, грабли | Р: - ставить новые задачи в сотрудничестве с учителем. П: - контролировать и оценивать процесс в ходе выполнения упражнений. К:- задавать вопросы, обращаться за помощью |
| 10 | Сов-е прыжка в длину с разбега способом «Согнув ноги». Легкоатлетические эстафеты. | 1 | | | Свисток, секундомер, рулетка, грабли | Р: - выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. П: - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. К:- ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач |

| | | | | | | |
|----|--|---|--|--|--------------------------------------|--|
| 11 | Сов-е прыжка в длину с разбега способом «гнув ноги». Полоса препятствий. | 1 | | | Свисток, секундомер, рулетка, грабли | Р:- выбирать действия в соответствии с поставленной задачей и условиями ее реализации. П: - самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель. ставить вопросы, обращаться за помощью; проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных задач |
|----|--|---|--|--|--------------------------------------|--|

Спортивные игры /Волейбол/ 15ч

| | | | | | | |
|----|---|---|--|--|----------------------------|---|
| 12 | Правила поведения в спортивном зале. Правила техники безопасности. Правила игры в волейбол. Сов-е стоек и перемещений в волейболе. | 1 | | | Свисток, волейбольные мячи | Р.: применять правила подбора одежды для занятий волейболом. П.: моделировать технику действий и приемов волейболиста. К.: соблюдать правила безопасности. |
| 13 | Сов-е приема и передачи мяча сверху в волейболе. Передача мяча сверху двумя руками в парах через сетку. Передача мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения | 1 | | | Свисток, волейбольные мячи | Р: - сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона. П: - выбирать наиболее эффективные способы решения задач. К: -задавать вопросы, обращаться за помощью; определять общую цель и пути ее достижения |
| 14 | Разучивание приема и передачи мяча снизу. Сов-е приема и передачи мяча сверху. Прием мяча снизу двумя руками через сетку. Игра по упрощенным правилам Развитие Координационных способностей | 1 | | | Свисток, волейбольные мячи | Р: выполнять игровые упражнения в различных формах занятий физической культурой. П.: применять игровые упражнения для развития физических качеств. К.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения упражнений. |

| | | | | | | |
|----|---|---|--|--|-----------------------------|--|
| 15 | Сов-е приема и передачи мяча сверху после перемещения. Эстафеты с элементами волейбола. | 1 | | | Свисток, волейбольные мячи | Р.: выполнять игровые упражнения в различных формах занятий физической культурой. П.: применять игровые упражнения для развития физических качеств. К.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения упражнений. |
| 16 | Разучивание передачи мяча над собой. Сов-е приема мяча снизу. Комбинации из освоенных элементов (прием, передача). Прием мяча снизу двумя руками через сетку. Игра по упрощенным правилам. Развитие координационных способностей. | 1 | | | Свисток, волейбольные мячи | Р.: уважительно относиться к сопернику и управлять своими эмоциями. П.: моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности. К.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техникой действий волейбола. |
| 17 | Учет умений в передачах мяча сверху в парах. Сов-е передачи над собой. Сов-е приемов и передач в движении. | 1 | | | Свисток, волейбольные мячи. | Р.: уважительно относиться к партнеру. П.: моделировать технику игровых действий и приемов. К.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техникой действий волейбола. |
| 18 | Разучивание нижней прямой подачи с 5-6 метров. Сов-е приемов передач мяча сверху и снизу. | 1 | | | Свисток, волейбольные мячи | Р.: уважительно относиться к партнеру. П.: моделировать технику игровых действий и приемов. К.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения техникой действий волейбола |

| | | | | | | |
|----|--|---|-------|-------|----------------------------|---|
| 19 | Сов-е нижней прямой подачи с 5-6 м Передача мяча сверху двумя руками в парах через сетку и над собой. Передача мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения. Прием мяча снизу двумя руками через сетку. | 1 | | | Свисток, волейбольные мячи | Р.: выполнять правила игры. П.: моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий. К.: соблюдать правила безопасности. |
| 20 | Средства и методы развития координации движений и ловкости. Сов-е нижней прямой подачи с 5-6 м. Сов-е передачи мяча над собой. Учебная игра. | 1 | 17.10 | 17.10 | Свисток, волейбольные мячи | Р.: уважительно относиться к сопернику и управлять своими эмоциями. П.: моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности. К.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технический действий волейбола. |
| 21 | Стойка и передвижения игрока. Сов-е передачи мяча двумя руками сверху, снизу в парах, тройках , во встречных колоннах, ч/з сетку. Нижняя прямая подача. Игра «10 передач» Волейбол по упрощённым правилам. | 1 | | | Свисток, волейбольные мячи | Р.: уважительно относиться к партнеру. П.: моделировать технику игровых действий и приемов. К.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технический действий волейбола. |
| 22 | Учет умений передачи мяча сверху после перемещения. Совершенствование нижней прямой подачи | 1 | | | Свисток, волейбольные мячи | Р.: описывать технику изучаемых приемов и действий и оценивать. П.: осваивать их самостоятельно выявлять и устранять типичные ошибки. К.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения игровых приемов и действий, соблюдать правила безопасности. |

| | | | | | | |
|----|---|---|--|--|----------------------------|---|
| 23 | Сов-е передач мяча двумя руками сверху, снизу в парах, тройках в соседних зонах, ч/з зону, ч/з сетку. Верхняя прямая подача с 4м Прием мяча снизу после подачи. Прямой нападающий удар по неподвижному мячу. Игра «Пионербол с элементами волейбола». | 1 | | | Свисток, волейбольные мячи | Р.: описывать технику изучаемых игровых приемов и действий. П.: осваивать их самостоятельно выявлять и устранять типичные ошибки. К.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения игровых приемов и действий, соблюдать правила безопасности. |
| 24 | Сов-е комбинации из освоенных элементов (подача, прием, передача). Верхняя прямая подача с 4м Прием мяча снизу после подачи. Прямой нападающий удар по неподвижному мячу. Игра «Пионербол с элементами волейбола» | 1 | | | Свисток, волейбольные мячи | Р.: описывать технику изучаемых игровых приемов и действий. П.: осваивать их самостоятельно выявлять и устранять типичные ошибки. К.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения игровых приемов и действий, соблюдать правила безопасности. |
| 25 | Учет умений в нижней прямой подаче с расстояния 6 метров от сетки. Волейбол по упрощённым правилам | 1 | | | Свисток, волейбольные мячи | Р.: описывать технику изучаемых игровых приемов и действий. П.: осваивать их самостоятельно выявлять и устранять типичные ошибки. К.: взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения тактики игровых действий, соблюдать правила безопасности. |

| | | | | | | |
|----|---|---|--|--|----------------------------|---|
| 26 | Верхняя прямая подача с 5м. Прием мяча снизу после подачи. Прямой нападающий удар после отскока от пола, с собственного подбрасывания. Подвижные игры. Двусторонние игры Помощь в судействе. | 1 | | | Свисток, волейбольные мячи | Р.: организовывать со сверстниками совместные занятия по подвижным играм и игровым упражнениям, приближенным к содержанию разучиваемой игры. П.: осуществлять помощь в судействе. К.: комплектовать команды, подготовка мест проведения игры. |
|----|---|---|--|--|----------------------------|---|

II четверть Гимнастика 8 час Спортивные игры 11 час

Гимнастика

| | | | | | | | | |
|----|--|----------------------------------|---|--|---|--|--|--|
| 27 | Обучение кувырку «вперед» | Изучение нового материала, 1 час | Выполняют ОРУ в движении. И на месте. Выполняют технику кувырка вперед. | Выбор эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий | Волевая саморегуляция. Контроль в форме сличения | Ориентация на партнера по общению. Взаимопомощь по ходу выполнения задания. | Формирование познавательного интереса к новому | |
| 28 | Освоение общеразвивающих упражнений с предметами | Комбинированный, 1 час | Выполняют ОРУ в кругу. Выполняют лазание по наклонной скамье. Выполняют акроботические упр. | Выбор эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий | Волевая саморегуляция. Контроль в форме сличения | Ориентация на партнера по общению. Взаимопомощь по ходу выполнения | Формирование познавательного интереса к новому | |

| | | | | | | | | |
|----|---------------------------------------|----------------------------------|--|---|--|---|---------------------------------------|--|
| | | | | | | заданий. | | |
| 29 | Обучение технике стойки «на лопатках» | Изучение нового материала, 1 час | Выполняют лазанье по накл. Скамье. Выполняют равновесие на полу, на гим. скамье. Выполняют кувырок вперед, и становятся на лопатках. | Выбор эффективных способов решения задач в зависимости от конкретных условий | Умение планировать, контролировать свою работу, корректировать и оценивать свою работу | Потребность в общении с учителем и сверстником. | | |
| 30 | Обучение технике «висов» | Изучение нового материала, 1 час | Выполняют варианты висов и поднимание прямых ног в висе, и подтягивание. Выполняют упр. на бревне и брусьях. | Самостоятельно создание алгоритма деятельности при решении проблем различного характера | Волевая саморегуляция, как способность к мобилизации сил и энергии. Способность к преодолению препятствия | Потребность в общении с учителем и сверстником. | Формирование социальных роли ученика. | |

| | | | | | | | | |
|---------------------|---|----------------------------------|---|---|--|---|---|--|
| | | | | | тствии. | | | |
| 31 | Обучение технике запрыгивания на предмет с двух ног | Изучение нового материала, 1 час | Выполняют упр. в висе (перехваты), Выполняют преодоление барьера и запрыгивание (на высоту 60-1 м) | Выбор действий в соответствии с поставленной задачей и условиям и её реализации | Умение планировать, контролировать свою работу, корректировать и оценивать свою работу | Потребность в общении с учителем и сверстником. | | |
| 32 | Обучение технике упоров | Изучение нового материала, 1 час | Выполняют технику висов и упоров на шв. стенке. Выполняют упр. со скакалкой. Выполняют упр. на перекладине. Выполняют лазанья по канату. | Самостоятельно создание алгоритма деятельности при решении проблем различного характера | Умение планировать, контролировать свою работу, корректировать и оценивать свою работу | Потребность в общении с учителем и сверстником. | Внутренняя позиция школьника на основе положительного отношения к школе. Способность учеников к саморазвитию | |
| Мини проекты 2 часа | | | | | | | | |
| 33 | Совершенствован | Изучение | Выполняют | Выделение и | Регулятивна | Взаимопомо | Формирование | |

| | | | | | | | | |
|--|---|-------------------------|---|---|--|--|-----------------------------------|--|
| | ие гимнастических упражнений методом круговой тренировки. «Олимпийские резервы» | нового материала, 1 час | гимнастические комбинации на спортивных снарядах из числа хорошо освоенных упражнений . | формулирование познавательной цели Поиск и выделение необходимой информации. | я оценка. Выделение и осознание учащимся того, что уже освоено и что еще надо освоить | шь по ходу выполнения задания. Потребность в общении с учителем и сверстником | познавательного интереса к новому | |
|--|---|-------------------------|---|---|--|--|-----------------------------------|--|

| | | | | | | | | |
|----|--|----------------------------------|---|---|---|--|--|--|
| 34 | Совершенствование гимнастических упражнений методом круговой тренировки. «Олимпийские резервы» | Изучение нового материала, 1 час | Выполняют гимнастические комбинации на спортивных снарядах из числа хорошо освоенных упражнений . | Выделение и формулирование познавательной цели Поиск и выделение необходимой информации. | Регулятивная оценка. Выделение и осознание учащимся того, что уже освоено и что еще надо освоить | Ориентация на партнера по общению. Взаимопомощь по ходу выполнения задания. | Формирование познавательного интереса к новому | |
|----|--|----------------------------------|---|---|---|--|--|--|

II Полугодие: лыжная подготовка 15 часов

| | | | | | | | | |
|----|----------|----------|-----------|----------------|--------------|-------------|--------------|--|
| 35 | Обучение | Изучение | Выполняют | Самостоятельно | Осуществляют | Потребность | Формирование | |
|----|----------|----------|-----------|----------------|--------------|-------------|--------------|--|

| | | | | | | | | |
|----|--|----------------------------------|--|---|---|--|--|--|
| | технике безопасности на уроках лыжной подготовки | нового материала, 1 час | технику безопасности на уроках лыжной подготовки. | е создание алгоритма деятельности при решении проблем различного характера | ь самопроверку, отвечать на вопросы, оценивать свои достижения на уроке. | в общении с учителем и сверстником. | познавательного интереса к новому | |
| 36 | Обучение движению «скользящим шагом» | Изучение нового материала, 1 час | Выполняют технику прохождения дистанции по прямой скользящим шагом. Выполняют повороты. | Выбор действий в соответствии с поставленной задачей и условиям и её реализацией. | Волевая саморегуляция, как способность мобилизации сил и энергии. Способность к преодолению препятствий. | Потребность в общении с учителем и сверстником. Взаимопомощь по ходу выполнения заданий | Формирование познавательного интереса к новому | |
| 37 | Обучение технике перехода с | Комбинированный, 1 час | Выполняют бег ступающим шагом 100м, | Выбор действий в соответствии | Волевая саморегуляция | Потребность в общении | Формирование познавательного | |

| | | | | | | | | |
|----|--|------------------------|---|--|---|--|--|--|
| | ступающего шага на скользящем шаге | | и 500м-скользящим шагом. Выполняют повороты. | вместе с поставленной задачей и условиям и её реализации. | ция, как способность мобилизации и сил и энергии. Способность к преодолению препятствий. | и с учителем и сверстником. Взаимопомощь по ходу выполнения задания | интереса к новому | |
| 38 | Обучение умению преодолевать неровности на снегу во время движения | Комбинированный, 1 час | Выполняют бег на длинной дистанции ступающим шагом. Выполняют преодоление препятствий на снегу | Самостоятельное создание алгоритма деятельности при решении проблем различного характера | Логически: понимать учебную задачу урока и стремиться её выполнять | Взаимоконтроль и взаимопомощь по ходу выполнения задания | Формирование познавательного интереса к новому | |
| 39 | Изменения направления и скорости на лыжах | Комбинированный, 1 час | Выполняют эстафету прохождения и дистанции по этапно 2км. | Выбор наиболее эффективных решений задач в зависимости от | Волевая саморегуляция, как способность | Ориентир на партнера по общению | Способность ученика к саморазвитию | |

| | | | | | | | | |
|----|--|------------------------|--|---|---|--|------------------------------------|--|
| | | | | конкретных условий. | ь мобилизации и сил и энергии. Способность к преодолению препятствий. | | | |
| 40 | Обучение технике поворотов переступанием | Комбинированный, 1 час | Выполняют прохождение и дистанции по кругу 1500м скользящим шагом. | Выбор наиболее эффективных решений задач в зависимости от конкретных условий. | Волевая саморегуляция, как способность мобилизации и сил и энергии. Способность к преодолению препятствий. | Взаимоконтроль и взаимопомощь по ходу выполнения заданий | Способность ученика к саморазвитию | |
| 41 | Обучение скоростным | Комбинированный, 1 час | Выполняют прохождение и дистанции | Выбор наиболее эффективных | Волевая саморегуляция | Взаимоконтроль и взаим | Способность ученика к саморазвитию | |

| | | | | | | | | |
|----|---|-----------------------------|---|---|--|--|--|--|
| | качествам | | по кругу 1500м скользящим шагом. Выполняют технику безопасност и на свежем воздухе | решений задач в зависимо сти от конкретн ых условий. | ция, как спосо бност ь мобил изаци и сил и энерг ии. Способность к преод олени ю препя тстви й. | опомо щь по ходу выпол нения задани й | ю | |
| 42 | Овладение техникой подъема «ёлочкой» | Комбинированн ый , 1 час | Выпоняют движение на лыжах и проходят дистанцию скользящим шагом 500- 800м. Выполняют подъемы и спуски с горы. Выполняют стартовый разгон 50м | Выбор наиболее эффективн ых решений задач в зависимо сти от конкретн ых условий. | Волевая самор егуля ция, как спосо бност ь мобил изаци и сил и энерг ии. Способность к преод олени ю препя тстви | Взаимоконтр оль и взаим опомо щь по ходу выпол нения задани й | Способность ученика к саморазвити ю | |

| | | | | | | | | |
|----|---|------------------------|--|---|---|---|------------------------------------|--|
| | | | | | й. | | | |
| 43 | Обучение технике бега на лыжах с ускорением | Комбинированный, 1 час | Выполняют бег наперегонки 500м. Выполняют технику поворотов и делают рисунки на снегу | Выбор наиболее эффективных решений задач в зависимости от конкретных условий. | Волевая саморегуляция, Способность к преодолению препятствий. | Работать в паре. Анализировать. Оценивать действия и достижения | Способность ученика к саморазвитию | |
| 44 | Обучение поворотов в движении | Комбинированный, 1 час | Демонстрируют бег 500м. Выполняют повороты и рисунки на снегу | Выбор наиболее эффективных решений задач в зависимости от конкретных условий. | Волевая саморегуляция, Способность к преодолению препятствий. | Работать в паре. Анализировать. Оценивать действия и достижения | Способность ученика к саморазвитию | |
| 45 | Обучение технике торможения «плугом» | Комбинированный, 1 час | Выполняют технику торможения плугом. Выполняют торможение поворотов при спуске на лыжах с палками и без палок | Выбор наиболее эффективных решений задач в зависимости от конкретных условий. | Волевая саморегуляция, Способность к преодолению препятствий. | Работать в паре. Анализировать. Оценивать действия и достижения | Способность ученика к саморазвитию | |
| 46 | Обучение спуска в низкой стойке. | Комбинированный, 1 час | Выполняют технику бега на | Выбор наиболее эффективных | Волевая саморегуляция | Работать в паре. Анализировать | Способность ученика к саморазвитию | |

| | | | | | | | | | |
|-----------------|---------------------------------------|-----------------------------|---|---|---|---|--|--|--|
| | | | <p>дистанции 1 км на время. Парный забег. Выполняют спуски и подъемы с горы.</p> | <p>решений задач в зависимо сти от конкретн ых условий.</p> | <p>ция, Способность к преод олени ю препя тстви й.</p> | <p>ть. Оценивать действ ия и дости жения</p> | ю | | |
| 47 | Значение занятий лыжным спортом | Комбинированн ый , 1 час | <p>Выполняют бег на дистанции 1-2км. Выполняют повороты и рисунки на снегу. Выполняют на лыжах спуски, и подъемы.</p> | <p>Выбор наиболее эффективн ых решений задач в зависимо сти от конкретн ых условий.</p> | <p>Осуществлят ь самоп ровер ку, отвеч ать на итого вые вопро сы, оцени вать свои дости жения на уроке.</p> | <p>Работать в паре. Анализира ть. Оценивать действ ия и дости жения</p> | | | |
| Мини проекты 2ч | | | | | | | | | |
| 48 | История развития лыжного спорта | Водный 1 час | <p>Характеризуют исторически е развития спортивного движения, великих спортсмено в, принесших славу Российском у спорту</p> | <p>Контроль и оценка результат ов деятельн ости</p> | <p>Осуществлят ь самоп ровер ку, отвеч ать на итого вые вопро сы, оцени</p> | <p>Работать в паре. Анализира ть. Оценивать действ ия и дости жения</p> | <p>Способность ученика к саморазвити ю</p> | | |

| | | | | | | | | |
|--|---|----------------------------------|---|--|--|---|--|--|
| | | | | | вать свои достижения на уроке. | | | |
| 49 | История развития лыжного спорта | Изучение нового материала, 1 час | Характеризуют исторические развитие спортивного движения, великих спортсменов, принесших славу Российскому спорту | Контроль и оценка результатов деятельности | Осуществляют самопроверку, отвечать на итоговые вопросы, оценивать свои достижения на уроке. | Работать в паре. Анализировать. Оценивать действия и достижения | Способность ученика к саморазвитию | |
| Подвижные игры с элементами баскетбола 9ч. Мини проект по баскетболу 2 ч | | | | | | | | |
| 50 | Обучение ведению мяча правой и левой рукой. | Комбинированный, 1 час | Выполняют ведение мяча приставным шагом, правым и левым боком. Выполняют упр. на дыхательную гимнастику | Определение последовательности и промежуточных целей с учетом конечного результата | Волевая саморегуляция, как способность мобилизации сил и энергии. | Потребность в общении с учителем и сверстником. | Формирование познавательного интереса к новому | |

| | | | | | | | | |
|----|--|------------------------|--|--|---|---|---|--|
| 51 | Обучение остановке двумя шагами и прыжком | Комбинированный, 1 час | Выполняют передачу в тройках. Выполняют упражнения с мячом у стены индивидуально. | Самостоятельно создание алгоритма деятельности при решении проблем различного характера | Анализировать свои действия. | Оценивать действия и достижения. Работать в парах и команде. | Формирование познавательного интереса к новому | |
| 52 | Учить технике передачи и ловли мяча в движении | Комбинированный, 1 час | Выполняют передачу в колонне и в шеренге. Выполняют технику ведение мяча змейкой. Выполняют броски в корзину. | Самостоятельно создание алгоритма деятельности при решении проблем различного характера | Анализировать свои действия. | Оценивать действия и достижения. Работать в парах и команде. | Формирование познавательного интереса к новому | |
| 53 | Обучение технике броска | Комбинированный, 1 час | Выполняют технику ведения мяча на месте, по дуге. Выполняют броски в корзину и в цель | Определение последовательности и промежуточных целей с учетом конечного результата | Волевая саморегуляция, как способность мобилизации сил и энергии. | Взаимопомощь по ходу выполнения заданий | | |
| 54 | Обучение | Изучение | Выполняют | Логически | Анализировать | Взаимопомощь | Формирование | |

| | | | | | | | | |
|----|--|-------------------------|---|---|--|--|---------------------------------------|--|
| | технике ведения мяча с различной скоростью | нового материала, 1 час | остановку после ведения. Выполняют упражнения дыхательной гимнастики. Выполняют бег с мячом и броски в корзину. | понимать учебную задачу урока и стремиться её выполнить | ть свои действия. | шь по ходу выполнения задания | познавательного интереса к новому | |
| 55 | Учить технике ведения мяча с изменением направления и скорости | Комбинированный, 1 час | Выполняют броски в кольцо. Выполняют ведение мяча с изменением направления и скорости | Самостоятельно создание алгоритма деятельности при решении проблем различного характера | Волевая саморегуляция, как способ мобилизации сил и энергии. | Оценивать действия и достижения. Работать в парах и команде. | Формирование социальной роли ученика. | |
| 56 | Обучение технике бросков в опорном положении и в прыжке. | Комбинированный, 1 час | Выполняют броски в кольцо. Выполняют броски в опорном положении и в прыжке | Самостоятельно создание алгоритма деятельности при решении проблем различного характера | Волевая саморегуляция, как способ мобилизации сил и энерг | Оценивать действия и достижения. Умение работать в паре. Самоанализ. | Формирование социальной роли ученика. | |

| | | | | | | | | |
|-----------------|--|----------------------------------|---|--|--|--|---|--|
| | | | | | ии. | | | |
| 57 | Разработать тактику защиты | Комбинированный, 1 час | Выполняют тактику в защите и нападении. Выполняют активность, и взаимопомощь во время игр и эстафет. | Самостоятельно е создание алгоритма а деятельности при ришении проблем различного го характера | Волевая саморегуляция, как способ ность мобилизации и сил и энергии. | Оценивать действия и достижения. Умение работать в паре. Самоанализ. | Формирование социальной роли ученика. | |
| 58 | Обучение упражнениям для формирования прыгучести | Комбинированный, 1 час | Выполняют и развивают прыгучесть в упражнениях со скакалкой | Самостоятельно е создание алгоритма а деятельности при ришении проблем различного го характера | Волевая саморегуляция, как способ ность мобилизации и сил и энергии. | Оценивать действия и достижения. Умение работать в паре. Самоанализ. | Формирование социальной роли ученика. | |
| Мини проекты 2ч | | | | | | | | |
| 59 | История развития волейбола | Изучение нового материала, 1 час | Характеризуют исторические развитие волейбольного спорта, изучают великих | Логически понимать учебную задачу урока и стремиться её | Анализовать свои действия. | Умение работать в паре, обсуждать, отвечать | Формирование познавательного интереса к новому | |

| | | | | | | | | |
|----|----------------------------|------------------------|---|---|------------------------------|--|---------------------------------------|--|
| | | | спортсменов, которые приносили славу России | выполнить | | ть на вопросы, прислушиваться к чужому мнению | | |
| 60 | История развития волейбола | Комбинированный, 1 час | Характеризуют историческое развитие волейбольного спорта, изучают великих спортсменов, которые приносили славу России | Логически понимать учебную задачу урока и стремиться её выполнить | Анализировать свои действия. | Оценивать действия и достижения. Умение работать в паре. Самоанализ. | Формирование социальной роли ученика. | |

Легкая атлетика 6 часов, мини проекты 2 часа

| | | | | | | | | |
|----|---|----------------------------------|--|--|-----------------------|--|---|--|
| 61 | Учить технике бега с максимальной скоростью | Изучение нового материала, 1 час | Выполняют основные движения. В беге и прыжках. Преодолевают небольшую высоту с разбега. Выполняют бег с макс. Скоростью отрезок 30-50м | Выбор действий в соответствии с поставленной задачей и условиям и её реализации. | Волевая саморегуляция | Уметь проявлять активность, взаимопомощь и выручку во время урока. | Стремление к самоизменению. Приобретете новых знаний и умений. | |
| 62 | Продолжить обучение | Комбинированный, 1 час | Выполняют технику | Выбор действий в | Волевая самор | Уметь проявл | Стремление к самоизменен | |

| | | | | | | | | |
|----|--|----------------------------------|--|--|---|---|--|--|
| | технике челночного бега | | челночного бега 3x10 | соответствии с поставленной задачей и условиям и её реализации. | регуляция | ять активность, взаимопомощь и выручку во время урока. | ию. Приобретете новых знаний и умений. | |
| 63 | Учить меткости во время метания теннисного мяча | Изучение нового материала, 1 час | Выполняют метание теннисного мяча в цель. Выполняют бег с макс. Скоростью 2x50м | Самостоятельное создание алгоритма деятельности при решении проблем различного характера | Волевая саморегуляция Воспитание терпливости | Уметь работать со взрослыми, прислушиваться к чужому мнению. | Способность ученика к саморазвитию | |
| 64 | Обучение технике и тактике бега на средней дистанции | Комбинированный, 1 час | Выполняют метание теннисного мяча с разбега. Выполняют бег с макс. скоростью. 400м | Самостоятельное создание алгоритма деятельности при решении проблем различного характера | Волевая саморегуляция Воспитание терпливости | Умение работать со взрослыми, прислушиваться к чужому мнению. | Способность ученика к саморазвитию | |
| 65 | Продолжить обучение метанию мяча на дальность и точность | Комбинированный, 1 час | Выполняют метание теннисного мяча с разбега. Выполняют бег с | Самостоятельное создание алгоритма деятельности | Волевая саморегуляция Воспитание терпе | Умение работать со взрослыми, присл | Способность ученика к саморазвитию | |

| | | | | | | | | |
|----|-------------------------------|------------------------|---|--|---|---|------------------------------------|--|
| | | | макс. скоростью. 500м | ости при решении проблем различного характера | ливост | ушиваться к чужому мнению. | | |
| 66 | Обучение бегу на выносливость | Комбинированный, 1 час | Выполняют бег 6 мин, чередуя с ходьбой. | Самостоятельное создание алгоритма деятельности при решении проблем различного характера | Волевая саморегуляция Воспитание терпливости | Умение работать со взрослыми, прислушиваться к чужому мнению. | Способность ученика к саморазвитию | |

Мини проекты 2 часов

| | | | | | | | | |
|----|---------------------------------------|----------------------------------|--|--|--|--|--|--|
| 67 | История возникновения легкой атлетики | Изучение нового материала, 1 час | Характеризуют историческое возникновение легкой атлетики. Изучают общеразвивающие упражнения целенаправленно на развитие основных физических качеств (сила, быстрота, выносливость, гибкость и | Поиски и выделение необходимой информации. Структурирование знаний. | Постановка учебной задачи. Умение планировать, контролировать свою работу, корректировать и оценивать | Умение работать в паре, обсуждать, отвечать на вопросы, прислуживаться к чужому мнению | Способность ученика к саморазвитию, к самоанализу. | |
|----|---------------------------------------|----------------------------------|--|--|--|--|--|--|

| | | | | | | | | |
|----|---------------------------------------|----------------------------------|--|--|------------------------------|--|--|--|
| | | | координати). | | свою работу. | | | |
| 68 | История возникновения легкой атлетики | Изучение нового материала, 1 час | Характеризуют историческое возникновение легкой атлетики. Изучают Общеразвивающие упр. целенаправленно на развитие основных физических качеств (сила, быстрота, выносливость, гибкость и координации). | Определение последовательности и промежуточных целей с учетом конечного результата | Анализировать свои действия. | Умение работать в паре, обсуждать, отвечать на вопросы, прислушиваться к чужому мнению | Способность ученика к саморазвитию, к самоанализу. | |

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Основание и цели разработки требований. Настоящие рекомендации разработаны на основе федерального компонента Государственного образовательного стандарта общего образования по физической культуре для основной и средней (полной) школы.

Требования представляют собой оптимальные рекомендации к материально-техническому оснащению учебного процесса, предъявляемого в условиях ввода Государственного стандарта по физической культуре. Требования включают в себя перечни книгопечатной продукции (библиотечный фонд), демонстрационных печатных пособий, экранно-звуковых пособий, технических средств обучения, учебно-практического и учебно-лабораторного оборудования, а также характеризуют перечни спортивных залов (кабинетов) и пришкольных плоскостных спортивных сооружений.

Большинство включенных средств и объектов материально-технического обеспечения носит многофункциональный характер, может использоваться в разных учебных темах, при решении разных педагогических задач.

Многие из этих средств и объектов являются взаимозаменяемыми, и их использование ориентировано как на преподавание конкретных предметных тем, так и на создание условий для формирования и развития умений и навыков учащихся.

Реализация принципа вариативности; преемственность на разных ступенях образования. Настоящие требования к оснащению образовательного процесса выполняют функцию ориентира в создании целостной предметно-развивающей среды, необходимой для реализации требований к уровню подготовки выпускников на каждой ступени образования, установленных стандартом. Требования исходят из задач комплексного использования материально-технических средств обучения, перехода от репродуктивных форм учебной деятельности к самостоятельным поисково-исследовательским видам работы, выполнению творческих заданий, усилению аналитического компонента учебной деятельности.

Конкретное количество средств и объектов материально-технического оснащения указано в таблице с учетом средней наполняемости класса (18—25 учащихся). Для отражения количественных показателей в требованиях используется следующая система обозначений:

Д — демонстрационный экземпляр (1 экз., кроме специально оговоренных случаев);

К — комплект (из расчета на каждого учащегося исходя из реальной наполняемости класса);

Г — комплект, необходимый для практической работы в группах, насчитывающих несколько учащихся.

| № п/п | Наименование объектов и средств материально-технического оснащения | Необходимое количество | Примечание |
|-------|---|------------------------|---|
| | | Основная школа | |
| 1 | Библиотечный фонд (книгопечатная продукция) | | |
| 1.1 | Стандарт основного общего образования по физической культуре | Д | Стандарт по физической культуре, примерные программы, авторские рабочие программы входят в состав обязательного программно-методического обеспечения кабинета по физической культуре (спортивного зала) |
| 1.2 | Примерная программа по физической культуре среднего (полного) общего образования (базовый профиль) | Д | |
| 1.3 | Авторские рабочие программы по физической культуре | Д | |
| 1.4 | Учебник по физической культуре | Г | В библиотечный фонд входят комплекты учебников, рекомендованных или допущенных Министерством образования и науки Российской Федерации |
| 1.5 | Научно-популярная и художественная литература по физической культуре, спорту, олимпийскому движению | Д | В составе библиотечного фонда |
| 1.6 | Методические издания по физической культуре для учителей | Д | Методические пособия и рекомендации |

| | | | |
|----------|--|---|--|
| | | | и, журнал «Физическая культура в школе» |
| 2 | Демонстрационные печатные пособия | | |
| 2.1 | Таблицы по стандартам физического развития и физической подготовленности | Д | |
| 2.2 | Плакаты методические | Д | Комплекты плакатов по методике обучения двигательным действиям, гимнастическим комплексам, общеразвивающим и корригирующим упражнениям |
| 3 | Экранно-звуковые пособия | | |
| 3.1 | Видеофильмы по основным разделам и темам учебного предмета «физическая культура» | Д | |
| 4 | Учебно-практическое и учебно-лабораторное оборудование | | |
| 4.1 | Щит баскетбольный игровой | Д | |
| 4.2 | Щит баскетбольный тренировочный | Г | |
| 4.3 | Стенка гимнастическая | Г | |
| 4.5 | Скамейки гимнастические | Г | |
| 4.6 | Стойки волейбольные | Д | |
| 4.7 | Ворота, трансформируемые для гандбола и мини-футбола | Д | |
| 4.8 | Бревно гимнастическое напольное | Д | |
| 4.9 | Перекладина гимнастическая пристенная | Д | |
| 4.10 | Канат для лазания | Д | |
| 4.11 | Обручи гимнастические | Г | |
| 4.12 | Комплект матов гимнастических | Г | |
| 4.13 | Перекладина навесная | Д | |

| | | | |
|----------|--|---|---|
| | универсальная | | |
| 4.14 | Набор для подвижных игр | К | |
| 4.15 | Аптечка медицинская | Д | |
| 4.16 | Спортивный туризм (палатки, рюкзаки, спальные мешки и др.) | Г | |
| 4.17 | Стол для настольного тенниса | Д | |
| 4.18 | Комплект для настольного тенниса | Г | |
| 4.19 | Мячи футбольные | Г | |
| 4.20 | Мячи баскетбольные | Г | |
| 4.21 | Мячи волейбольные | Г | |
| 4.22 | Сетка волейбольная | Д | |
| 4.23 | Оборудование полосы препятствий | Д | |
| 5 | Спортивные залы (кабинеты) | | |
| 5.1 | Спортивный зал игровой (гимнастический) | | С раздевалками для мальчиков и девочек |
| 5.2 | Кабинет учителя | | Включает в себя: рабочий стол, стулья, сейф, шкафы книжные (полки), шкаф для одежды |
| 5.3 | Подсобное помещение для хранения инвентаря и оборудования | | Включает в себя стеллажи, контейнеры |
| 6 | Пришкольный стадион (площадка) | | |
| 6.1 | Легкоатлетическая дорожка | Д | |
| 6.2 | Сектор для прыжков в длину | Д | |
| 6.3 | Игровое поле для футбола (мини-футбола) | Д | |
| 6.4 | Гимнастический городок | Д | |
| 6.5 | Полоса препятствий | Д | |
| 6.6 | Лыжная трасса | Д | |

Учебная литература

1. Федеральный государственный стандарт основного общего образования/ М-во образования и науки Рос. Федерации. – М.: Просвещение, 2011. – 48 с. – (Стандарты второго поколения).
2. Примерные программы по учебным предметам. Физическая культура 5-9 классы. – М.: Просвещение, 2010 г. – 64 с.- (Стандарты второго поколения). – ISBN 978-5-09-020555-9
3. Физическая культура. 5-6 классы: учеб. для общеобразоват. учреждений/ А.П.Матвеев; Рос. Акад. Наук, Рос. акад. образования, из-во « Просвещение». – М.: Просвещение, 2012 – 192 с.: ил. – (Академический школьный учебник). - ISBN 978-5-09-020923-6.
4. Лях В. И., Зданевич А. А./ «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 кдасс». – М.: Просвещение, 2010 г. ISBN 978-5-09-024337-7
5. Бреев М.П. Урок физической культуры в школе: Пособие для учителя. - Новосибирск: Изд-во НИПКиПРО, 2003.
6. Дереклеева Н.И. двигательные игры, тренинги и уроки здоровья.1-5класс. – М.: ВАКО,2004
7. Жукова М.Н. Подвижные игры: Учеб. для студ. пед. вузов. - М.: Издательский центр «Академия», 2002
8. Кузнецов В.С, Колодницкий Г.А. Методика обучения основными видами движений на уроках физической культуры в школе. - М.: Гуманит. изд. центр ВЛАДОС,2002
9. Петров П.К. Методика преподавания гимнастики в школе: Учеб. для студ. высш. учеб. заведений. - М.: Гуманит. изд. Центр ВЛАДОС, 2000.
10. Физическая культура. 8 класс: учеб. для общеобразоват. учреждений/ Литвинов Е.Н, Торочкова Т.Ю; из-во « Мнемозина». – М.: Мнемозина, 2013 – 48 с.: ил. – (Академический школьный учебник). - ISBN978-5-346-02675-4

