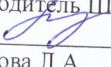




Муниципальное общеобразовательное учреждение
Володарская средняя школа
(МОУ Володарская СШ)

РАССМОТРЕНА на заседании ШМО учителей естественно-научного цикла Протокол № 1 от «25» августа 2023 г. Руководитель ШМО  Юсипова Л.А.	СОГЛАСОВАНА Заместитель директора по учебно-воспитательной работе  /Суркова Р.Р./ «28» августа 2023 г.	УТВЕРЖДЕНА Директор МОУ Володарской СШ  /Севрюкова Н.В./ Приказ № 250 от «29» августа 2023 г.
--	---	--


РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Наименование учебного предмета:	<u>«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»</u>
Класс:	<u>9</u>
Уровень образования	<u>Основное общее образование</u>
Срок реализации программы	<u>2023-2024 учебный год</u>
Количество часов по учебному плану	<u>всего 68 часов в год;</u> <u>в неделю 2 часа</u>

Рабочая программа составлена на основе программы:
В.И. Лях. «Физическая культура». Примерные рабочие программы. Предметная линия учебников В.И. Ляха 8-9 классы. Учебное пособие для общеобразовательных организаций. 12-е издание/ Москва, «Просвещение», 2022. - 272 с.

Учебника:

Учебник для общеобразовательных организаций «Физическая культура 8-9 класс» Лях В.И. Москва, «Просвещение» 2022 г.

Рабочую программу составил: учитель физической культуры Сердюкова А.Г. 

Планируемые результаты освоения программы по физической культуре на уровне основного общего образования:

В результате изучения физической культуры на уровне основного общего образования у обучающегося будут сформированы следующие личностные результаты:

готовность проявлять интерес к истории и развитию физической культуры и спорта в Российской Федерации, гордиться победами выдающихся отечественных спортсменов-олимпийцев;

готовность отстаивать символы Российской Федерации во время спортивных соревнований, уважать традиции и принципы современных Олимпийских игр и олимпийского движения;

готовность ориентироваться на моральные ценности и нормы межличностного взаимодействия при организации, планировании и проведении совместных занятий физической культурой и спортом, оздоровительных мероприятий в условиях активного отдыха и досуга;

готовность оценивать своё поведение и поступки во время проведения совместных занятий физической культурой, участия в спортивных мероприятиях и соревнованиях;

готовность оказывать первую медицинскую помощь при травмах и ушибах, соблюдать правила техники безопасности во время совместных занятий физической культурой и спортом;

стремление к физическому совершенствованию, формированию культуры движения и телосложения, самовыражению в избранном виде спорта;

готовность организовывать и проводить занятия физической культурой и спортом на основе научных представлений о закономерностях физического развития и физической подготовленности с учётом самостоятельных наблюдений за изменением их показателей;

осознание здоровья как базовой ценности человека, признание объективной необходимости в его укреплении и длительном сохранении посредством занятий физической культурой и спортом;

осознание необходимости ведения здорового образа жизни как средства профилактики пагубного влияния вредных привычек на физическое, психическое и социальное здоровье человека;

стремление к физическому совершенствованию, формированию культуры движения и телосложения, самовыражению в избранном виде спорта;

готовность организовывать и проводить занятия физической культурой и спортом на основе научных представлений о закономерностях физического развития и физической подготовленности с учётом самостоятельных наблюдений за изменением их показателей;

осознание здоровья как базовой ценности человека, признание объективной необходимости

в его укреплении и длительном сохранении посредством занятий физической культурой и спортом;

осознание необходимости ведения здорового образа жизни как средства профилактики пагубного влияния вредных привычек на физическое, психическое и социальное здоровье человека;

способность адаптироваться к стрессовым ситуациям, осуществлять профилактические мероприятия по регулированию эмоциональных напряжений, активному восстановлению организма после значительных умственных и физических нагрузок;

готовность соблюдать правила безопасности во время занятий физической культурой и спортом, проводить гигиенические и профилактические мероприятия по организации мест занятий, выбору спортивного инвентаря и оборудования, спортивной одежды;

готовность соблюдать правила и требования к организации бивуака во время туристских походов, противостоять действиям и поступкам, приносящим вред окружающей среде;

освоение опыта взаимодействия со сверстниками, форм общения и поведения при выполнении учебных заданий на уроках физической культуры, игровой и соревновательной деятельности;

повышение компетентности в организации самостоятельных занятий физической культурой, планировании их содержания и направленности в зависимости от индивидуальных интересов и потребностей;

формирование представлений об основных понятиях и терминах физического воспитания и спортивной тренировки, умений руководствоваться ими в познавательной и практической деятельности, общении со сверстниками, публичных выступлениях и дискуссиях.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ:

В результате изучения физической культуры на уровне основного общего образования у обучающегося будут сформированы универсальные познавательные учебные действия, универсальные коммуникативные учебные действия, универсальные регулятивные учебные действия.

У обучающегося будут сформированы следующие универсальные познавательные учебные действия:

проводить сравнение соревновательных упражнений Олимпийских игр древности и современных Олимпийских игр, выявлять их общность и различия;

осмысливать Олимпийскую хартию как основополагающий документ современного олимпийского движения, приводить примеры её гуманистической направленности;

анализировать влияние занятий физической культурой и спортом на воспитание положительных качеств личности, устанавливать возможность профилактики вредных привычек;

характеризовать туристские походы как форму активного отдыха, выявлять их целевое предназначение в сохранении и укреплении здоровья, руководствоваться требованиями техники безопасности во время передвижения по маршруту и организации бивуака;

устанавливать причинно-следственную связь между планированием режима дня и изменениями показателей работоспособности;

устанавливать связь негативного влияния нарушения осанки на состояние здоровья и выявлять причины нарушений, измерять индивидуальную форму и составлять комплексы упражнений по профилактике и коррекции выявляемых нарушений;

устанавливать причинно-следственную связь между уровнем развития физических качеств, состоянием здоровья и функциональными возможностями основных систем организма;

устанавливать причинно-следственную связь между качеством владения техникой физического упражнения и возможностью возникновения травм и ушибов во время самостоятельных занятий физической культурой и спортом;

устанавливать причинно-следственную связь между подготовкой мест занятий на открытых площадках и правилами предупреждения травматизма.

У обучающегося будут сформированы следующие универсальные коммуникативные учебные действия:

выбирать, анализировать и систематизировать информацию из разных источников об образцах техники выполнения разучиваемых упражнений, правилах планирования самостоятельных занятий физической и технической подготовкой;

вести наблюдения за развитием физических качеств, сравнивать их показатели с данными возрастно-половых стандартов, составлять планы занятий на основе определённых правил и регулировать нагрузку по частоте пульса и внешним признакам утомления;

описывать и анализировать технику разучиваемого упражнения, выделять фазы и элементы движений, подбирать подготовительные упражнения и планировать последовательность решения задач обучения, оценивать эффективность обучения посредством сравнения с эталонным образцом;

наблюдать, анализировать и контролировать технику выполнения физических упражнений другими обучающимися, сравнивать её с эталонным образцом, выявлять ошибки и предлагать способы их устранения;

изучать и коллективно обсуждать технику «иллюстративного образца» разучиваемого упражнения, рассматривать и моделировать появление ошибок, анализировать возможные причины их появления, выяснять способы их устранения.

У обучающегося будут сформированы следующие универсальные регулятивные учебные действия:

составлять и выполнять индивидуальные комплексы физических упражнений с разной функциональной направленностью, выявлять особенности их воздействия на состояние организма, развитие его резервных возможностей с помощью процедур контроля и функциональных проб;

составлять и выполнять акробатические и гимнастические комплексы упражнений, самостоятельно разучивать сложно-координированные упражнения на спортивных снарядах;

активно взаимодействовать в условиях учебной и игровой деятельности, ориентироваться на указания учителя и правила игры при возникновении конфликтных и нестандартных ситуаций, признавать своё право и право других на ошибку, право на её совместное исправление;

разучивать и выполнять технические действия в игровых видах спорта, активно взаимодействуют при совместных тактических действиях в защите и нападении, терпимо относится к ошибкам игроков своей команды и команды соперников;

организовывать оказание первой помощи при травмах и ушибах во время самостоятельных занятий физической культурой и спортом, применять способы и приёмы помощи в зависимости от характера и признаков полученной травмы.

Предметные результаты освоения программы по физической культуре на уровне основного общего образования.

отстаивать принципы здорового образа жизни, раскрывать эффективность его форм в профилактике вредных привычек, обосновывать пагубное влияние вредных привычек на здоровье человека, его социальную и производственную деятельность;

понимать пользу туристских подходов как формы организации здорового образа жизни, выполнять правила подготовки к пешим походам, требования безопасности при передвижении и организации бивуака;

объяснять понятие «профессионально-прикладная физическая культура», её целевое предназначение, связь с характером и особенностями профессиональной деятельности, понимать необходимость занятий профессионально-прикладной физической подготовкой обучающихся общеобразовательной организации;

определять характер травм и ушибов, встречающихся на самостоятельных занятиях физическими упражнениями и во время активного отдыха, применять способы оказания первой помощи;

составлять и выполнять комплексы упражнений из разученных акробатических упражнений с повышенными требованиями к технике их выполнения (юноши);

составлять и выполнять гимнастическую комбинацию на высокой перекладине из разученных упражнений, с включением элементов размахивания и соскока вперёд способом

«прогнувшись» (юноши);

составлять и выполнять комплекс ритмической гимнастики с включением элементов художественной гимнастики, упражнений на гибкость и равновесие (девушки);

выполнять повороты кувырком, маятником;

совершенствовать технические действия в спортивных играх: баскетбол, волейбол, футбол, взаимодействовать с игроками своих команд в условиях игровой деятельности, при организации тактических действий в нападении и защите;

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

Общее число часов, для изучения физической культуры на уровне основного общего образования за счёт обязательной части учебного плана составляет в 9 классе 68 часов (2 часа в неделю).

Третий час физической культуры в 9 классе реализуется за счёт часа внеурочной деятельности «От школьной парты к золотому значку».

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

«Знания о физической культуре» 3 ч.

Здоровье и здоровый образ жизни, вредные привычки и их пагубное влияние на здоровье человека. Туристские походы как форма организации здорового образа жизни.

Профессионально-прикладная физическая культура.

«Способы самостоятельной деятельности». 1 ч.

Оказание первой помощи на самостоятельных занятиях физическими упражнениями и во время активного отдыха.

«Физическое совершенствование.» 1 ч.

Упражнения для снижения избыточной массы тела. Оздоровительные, коррекционные и профилактические мероприятия в режиме двигательной активности обучающихся.

«Гимнастика». 15 ч

ТБ на уроках гимнастики. Акробатическая комбинация с включением длинного кувырка с разбега и кувырка назад в упор, стоя ноги врозь (юноши). Гимнастическая комбинация на высокой перекладине, с включением элементов размахивания и соскока вперёд прогнувшись (юноши). Гимнастическая комбинация на параллельных брусьях, с включением двух кувырков вперёд с опорой на руки (юноши). Гимнастическая комбинация на гимнастическом бревне, с включением полушпагата, стойки на колене с опорой на руки и отведением ноги назад (девушки). Броски набивного мяча двумя и одной рукой из положений стоя и сидя. Передвижения в висе и упоре на руках. Комплексы общеразвивающих упражнений с повышенной амплитудой для плечевых, локтевых, тазобедренных и коленных суставов, для развития подвижности позвоночного столба.

«Лёгкая атлетика». 13 ч

ТБ на уроках по легкой атлетике. . Техническая подготовка в беговых и прыжковых упражнениях: бег на короткие и длинные дистанции, повторение высокого и низкого старта, прыжки в длину способами «прогнувшись» и «согнув ноги», прыжки в высоту способом «перешагивание». Техническая подготовка в метании спортивного снаряда с разбега на

дальность. Бег с ускорениями из разных исходных положений. Гладкий бег с равномерной скоростью в разных зонах интенсивности. Специальные прыжковые упражнения с дополнительным отягощением. Преодоление полосы препятствий, включающей в себя: прыжки на разную высоту и длину, по разметкам, бег с максимальной скоростью в разных направлениях и с преодолением опор различной высоты и ширины, повороты, обегание различных предметов. Многоскоки через препятствия. Челночный бег 3х10 м. Эстафеты, передача эстафетной палочки.

«Лыжная подготовка» .8 ч

ТБ на уроках по лыжной подготовке. Техническая подготовка в передвижении лыжными ходами по учебной дистанции: попеременный двухшажный ход, одновременный одношажный ход, способы перехода с одного лыжного хода на другой. Упражнения в поворотах и спусках на лыжах, проезд через «ворота» и преодоление небольших трамплинов. Скоростной подъём ступающим и скользящим шагом, бегом, «лесенкой», «ёлочкой». Упражнения в «транспортировке». Равномерный бег и передвижение на лыжах в режимах умеренной и большой интенсивности. Прохождение дистанции до 3 км.

«Баскетбол.» 10 ч.

ТБ на занятиях по баскетболу. Ведение баскетбольного мяча. Ходьба и бег в различных направлениях с максимальной скоростью с внезапными остановками и выполнением различных заданий. Техническая подготовка в игровых действиях: ведение, передачи, приёмы и броски мяча на месте, в прыжке, после ведения. Подвижные игры с силовой направленностью (импровизированный баскетбол с набивным мячом и другие игры). Приёмы и броски мяча на месте. Передача мяча двумя руками от груди в максимальном темпе при встречном беге в колоннах. Приёмы и броски мяча в прыжке. Прыжки с поворотами на точность приземления. Приёмы и броски мяча после ведения

«Волейбол». 8 ч

ТБ на уроках по волейболу. Поддачи мяча в разные зоны площадки соперника в волейболе. Приёмы и передачи мяча на месте. Приёмы и передачи мяча в движении. Нападающий удар в волейболе. Блокировка нападающего удара в волейболе.

«Футбол» 9 ч

ТБ на уроках при занятиях футболом. Ведение футбольного мяча. Прием футбольного мяча. Остановки и удары по мячу на месте. Остановки и удары по мячу в движении. Учебная игра в футбол. Длинные и короткие передачи в футболе. Передача по диагонали. Учебная игра в футбол. Ведение мяча с остановками и ускорениями, «дриблинг» мяча с изменением направления движения. Удары по мячу в стенку в максимальном темпе.

Тематическое планирование, в том числе с учетом рабочей программы воспитания, с указанием часов, отводимых на освоение каждой темы.

№/№	Наименование разделов, темы уроков	Кол-во часов	Модуль программы воспитания «Школьный урок»
1.	Здоровье и здоровый образ жизни	1	Урок- беседа с целью формирования ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни Урок с использованием учебного кинофильма с целью развития культуры безопасной жизнедеятельности, профилактики наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек;
2.	Туристические походы как форма активного отдыха	1	Урок- беседа с целью формирования ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни Урок с использованием учебного кинофильма с целью развития культуры безопасной жизнедеятельности, профилактики наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек;
3.	Профессионально-прикладная физическая культура	1	Урок- беседа с целью формирования ответственного отношения к своему здоровью и потребности в здоровом образе жизни Урок с использованием учебного кинофильма с целью развития культуры безопасной жизнедеятельности, профилактики наркотической и алкогольной зависимости, табакокурения и других вредных привычек;
4.	Оказание первой помощи во время самостоятельных занятий физическими упражнениями и активного отдыха	1	Урок практических работ с целью формирования умения ориентироваться в современных общественно-политических процессах, происходящих в России и мире, а также осознанную выработку собственной позиции по отношению к ним на основе знания и осмысления истории, духовных ценностей и достижений нашей страны;
5.	Упражнения для снижения избыточной массы тела Оздоровительные,	1	Урок практических работ с целью формирования умения ориентироваться в современных общественно-

	коррекционные и профилактические мероприятия в режиме двигательной активности обучающихся.		политических процессах, происходящих в России и мире, а также осознанную выработку собственной позиции по отношению к ним на основе знания и осмысления истории, духовных ценностей и достижений нашей страны;
6.	ТБ на уроках по легкой атлетике. Бег на короткие дистанции 30, 60 и 100 м Бег с ускорениями из разных исходных положений	1	Урок практических работ с целью формирования умения ориентироваться в современных общественно-политических процессах, происходящих в России и мире, а также осознанную выработку собственной позиции по отношению к ним на основе знания и осмысления истории, духовных ценностей и достижений нашей страны;
7.	Бег на короткие дистанции 30, 60 и 100 м. Повторение высокого и низкого старта. Бег с ускорениями из разных исходных положений	1	Урок практических работ с целью формирования умения ориентироваться в современных общественно-политических процессах, происходящих в России и мире, а также осознанную выработку собственной позиции по отношению к ним на основе знания и осмысления истории, духовных ценностей и достижений нашей страны;
8.	Прыжки в длину «прогнувшись» Специальные прыжковые упражнения с дополнительным отягощением	1	Урок практических работ с целью формирования умения ориентироваться в современных общественно-политических процессах, происходящих в России и мире, а также осознанную выработку собственной позиции по отношению к ним на основе знания и осмысления истории, духовных ценностей и достижений нашей страны;
9.	Прыжки в длину «согнув ноги» Специальные прыжковые упражнения с дополнительным отягощением	1	Урок зачет с целью способствования формированию ответственного отношения к учению, готовности и мобилизации усилий на безошибочное выполнение заданий, проявлению наибольшей активности в их выполнении; воспитание культуры учебного труда, навыков самообразования, экономного расходования времени.
10.	Прыжки в высоту способом «перешагивание»	1	Урок практических работ с целью формирования умения ориентироваться в современных общественно-политических процессах, происходящих в России и мире, а также осознанную выработку собственной позиции по отношению к ним на основе знания и

			осмысления истории, духовных ценностей и достижений нашей страны;
11.	Преодоление полосы препятствий, включающей в себя: прыжки на разную высоту и длину, по разметкам, бег с максимальной скоростью в разных направлениях и с преодолением опор различной высоты и ширины, повороты, обегание различных предметов	1	Урок зачет с целью способствования формированию ответственного отношения к учению, готовности и мобилизации усилий на безошибочное выполнение заданий, проявлению наибольшей активности в их выполнении; воспитание культуры учебного труда, навыков самообразования, экономного расходования времени.
12.	Бег на длинные дистанции 1500 и 3000 м. Гладкий бег с равномерной скоростью в разных зонах интенсивности	1	Урок практических работ с целью формирования умения ориентироваться в современных общественно-политических процессах, происходящих в России и мире, а также осознанную выработку собственной позиции по отношению к ним на основе знания и осмысления истории, духовных ценностей и достижений нашей страны;
13.	Бег на 1500 м с фиксированным результатом Гладкий бег с равномерной скоростью в разных зонах интенсивности	1	Урок практических работ с целью формирования умения ориентироваться в современных общественно-политических процессах, происходящих в России и мире, а также осознанную выработку собственной позиции по отношению к ним на основе знания и осмысления истории, духовных ценностей и достижений нашей страны;
14.	Метание спортивного снаряда с разбега на дальность	1	Урок практических работ с целью формирования умения ориентироваться в современных общественно-политических процессах, происходящих в России и мире, а также осознанную выработку собственной позиции по отношению к ним на основе знания и осмысления истории, духовных ценностей и достижений нашей страны;
15.	ТБ на уроках гимнастики. Кувырки вперед, назад. Длинный кувырок вперед.	1	Урок зачет с целью способствования формированию ответственного отношения к учению, готовности и мобилизации усилий на безошибочное выполнение заданий, проявлению наибольшей активности в их выполнении; воспитание культуры учебного труда, навыков самообразования, экономного

			расходования времени.
16.	Длинный кувырок с разбега Комплексы общеразвивающих упражнений с повышенной амплитудой для плечевых, локтевых, тазобедренных и коленных суставов, для развития подвижности позвоночного столба.	1	Урок практических работ с целью формирования умения ориентироваться в современных общественно-политических процессах, происходящих в России и мире, а также осознанную выработку собственной позиции по отношению к ним на основе знания и осмысления истории, духовных ценностей и достижений нашей страны;
17.	Длинный кувырок с разбега Комплексы общеразвивающих упражнений с повышенной амплитудой для плечевых, локтевых, тазобедренных и коленных суставов, для развития подвижности позвоночного столба.	1	Урок зачет с целью способствования формированию ответственного отношения к учению, готовности и мобилизации усилий на безошибочное выполнение заданий, проявлению наибольшей активности в их выполнении; воспитание культуры учебного труда, навыков самообразования, экономного расходования времени.
18.	Кувырок назад в упор. Сгибание и разгибание рук из положения лежа на полу. Броски набивного мяча двумя и одной рукой из положений стоя и сидя	1	Урок практических работ с целью формирования умения ориентироваться в современных общественно-политических процессах, происходящих в России и мире, а также осознанную выработку собственной позиции по отношению к ним на основе знания и осмысления истории, духовных ценностей и достижений нашей страны;
19.	Кувырок назад в упор. Сгибание и разгибание рук из положения лежа на полу. Броски набивного мяча двумя и одной рукой из положений стоя и сидя	1	Урок зачет с целью способствования формированию ответственного отношения к учению, готовности и мобилизации усилий на безошибочное выполнение заданий, проявлению наибольшей активности в их выполнении; воспитание культуры учебного труда, навыков самообразования, экономного расходования времени.
20.	Гимнастическая комбинация на высокой перекладине	1	Урок практических работ с целью формирования умения ориентироваться в современных общественно-политических процессах, происходящих в России и мире, а также осознанную выработку собственной позиции по отношению к ним на основе знания и осмысления истории, духовных ценностей и достижений нашей страны;
21.	Гимнастическая комбинация на	1	Урок зачет с целью способствования

	высокой перекладине		формированию ответственного отношения к учению, готовности и мобилизации усилий на безошибочное выполнение заданий, проявлению наибольшей активности в их выполнении; воспитание культуры учебного труда, навыков самообразования, экономного расходования времени.
22.	Гимнастическая комбинация на параллельных брусьях	1	Урок практических работ с целью формирования умения ориентироваться в современных общественно-политических процессах, происходящих в России и мире, а также осознанную выработку собственной позиции по отношению к ним на основе знания и осмысления истории, духовных ценностей и достижений нашей страны;
23.	Гимнастическая комбинация на параллельных брусьях	1	Урок зачет с целью способствования формированию ответственного отношения к учению, готовности и мобилизации усилий на безошибочное выполнение заданий, проявлению наибольшей активности в их выполнении; воспитание культуры учебного труда, навыков самообразования, экономного расходования времени.
24.	Гимнастическая комбинация на гимнастическом бревне	1	Урок практических работ с целью формирования умения ориентироваться в современных общественно-политических процессах, происходящих в России и мире, а также осознанную выработку собственной позиции по отношению к ним на основе знания и осмысления истории, духовных ценностей и достижений нашей страны;
25.	Гимнастическая комбинация на гимнастическом бревне	1	Урок зачет с целью способствования формированию ответственного отношения к учению, готовности и мобилизации усилий на безошибочное выполнение заданий, проявлению наибольшей активности в их выполнении; воспитание культуры учебного труда, навыков самообразования, экономного расходования времени.
26.	Опорный прыжок через гимнастического козла	1	Урок практических работ с целью формирования умения ориентироваться в современных общественно-

			политических процессах, происходящих в России и мире, а также осознанную выработку собственной позиции по отношению к ним на основе знания и осмысления истории, духовных ценностей и достижений нашей страны;
27.	Опорный прыжок через гимнастического козла	1	Урок зачет с целью способствования формированию ответственного отношения к учению, готовности и мобилизации усилий на безошибочное выполнение заданий, проявлению наибольшей активности в их выполнении; воспитание культуры учебного труда, навыков самообразования, экономного расходования времени.
28.	Висы, подтягивания, Передвижения в висе и упоре на руках.	1	Урок практических работ с целью формирования умения ориентироваться в современных общественно-политических процессах, происходящих в России и мире, а также осознанную выработку собственной позиции по отношению к ним на основе знания и осмысления истории, духовных ценностей и достижений нашей страны;
29.	Висы, подтягивания, Передвижения в висе и упоре на руках.	1	Урок зачет с целью способствования формированию ответственного отношения к учению, готовности и мобилизации усилий на безошибочное выполнение заданий, проявлению наибольшей активности в их выполнении; воспитание культуры учебного труда, навыков самообразования, экономного расходования времени.
30.	ТБ на уроках лыжной подготовки Передвижение попеременным двухшажным ходом	1	Урок практических работ с целью формирования умения ориентироваться в современных общественно-политических процессах, происходящих в России и мире, а также осознанную выработку собственной позиции по отношению к ним на основе знания и осмысления истории, духовных ценностей и достижений нашей страны;
31.	Упражнения в поворотах и спусках на лыжах, проезд через «ворота» и преодоление небольших трамплинов.	1	Урок зачет с целью способствования формированию ответственного отношения к учению, готовности и мобилизации усилий на безошибочное выполнение заданий, проявлению наибольшей активности в их

			выполнении; воспитание культуры учебного труда, навыков самообразования, экономного расходования времени.
32.	Передвижение попеременным одношажным ходом	1	Урок практических работ с целью формирования умения ориентироваться в современных общественно-политических процессах, происходящих в России и мире, а также осознанную выработку собственной позиции по отношению к ним на основе знания и осмысления истории, духовных ценностей и достижений нашей страны;
33.	Передвижение попеременным одношажным ходом	1	Урок зачет с целью способствования формированию ответственного отношения к учению, готовности и мобилизации усилий на безошибочное выполнение заданий, проявлению наибольшей активности в их выполнении; воспитание культуры учебного труда, навыков самообразования, экономного расходования времени.
34.	Способы перехода с одного лыжного шага на другой	1	Урок практических работ с целью формирования умения ориентироваться в современных общественно-политических процессах, происходящих в России и мире, а также осознанную выработку собственной позиции по отношению к ним на основе знания и осмысления истории, духовных ценностей и достижений нашей страны;
35.	Равномерный бег и передвижение на лыжах в режимах умеренной и большой интенсивности.	1	Урок зачет с целью способствования формированию ответственного отношения к учению, готовности и мобилизации усилий на безошибочное выполнение заданий, проявлению наибольшей активности в их выполнении; воспитание культуры учебного труда, навыков самообразования, экономного расходования времени.
36.	Скоростной подъём ступающим и скользящим шагом, бегом, «лесенкой», «ёлочкой». Упражнения в «транспортировке».	1	Урок практических работ с целью формирования умения ориентироваться в современных общественно-политических процессах, происходящих в России и мире, а также осознанную выработку собственной позиции по отношению к ним на основе знания и осмысления истории, духовных

			ценностей и достижений нашей страны;
37.	Прохождение учебной дистанции 3 км на лыжах	1	Урок зачет с целью способствования формированию ответственного отношения к учению, готовности и мобилизации усилий на безошибочное выполнение заданий, проявлению наибольшей активности в их выполнении; воспитание культуры учебного труда, навыков самообразования, экономного расходования времени.
38.	ТБ на занятиях по баскетболу Ведение баскетбольного мяча	1	Урок практических работ с целью формирования умения ориентироваться в современных общественно-политических процессах, происходящих в России и мире, а также осознанную выработку собственной позиции по отношению к ним на основе знания и осмысления истории, духовных ценностей и достижений нашей страны;
39.	Ведение баскетбольного мяча. Подвижные игры с силовой направленностью (импровизированный баскетбол с набивным мячом и другие игры).	1	Групповая форма работы с целью развития навыков совместной работы, умения работать самостоятельно, мобилизуя необходимые ресурсы, правильно оценивая смысл и последствия своих действий;
40.	Передача баскетбольного мяча. Ходьба и бег в различных направлениях с максимальной скоростью с внезапными остановками и выполнением различных заданий	1	Урок практических работ с целью формирования умения ориентироваться в современных общественно-политических процессах, происходящих в России и мире, а также осознанную выработку собственной позиции по отношению к ним на основе знания и осмысления истории, духовных ценностей и достижений нашей страны;
41.	Передача баскетбольного мяча. Техническая подготовка в игровых действиях: ведение, передачи, приёмы и броски мяча на месте, в прыжке, после ведения.	1	Групповая форма работы с целью развития навыков совместной работы, умения работать самостоятельно, мобилизуя необходимые ресурсы, правильно оценивая смысл и последствия своих действий;
42.	Приемы и броски мяча на месте. Передача мяча двумя руками от груди в максимальном темпе при встречном беге в колоннах.	1	Групповая форма работы с целью развития навыков совместной работы, умения работать самостоятельно, мобилизуя необходимые ресурсы, правильно оценивая смысл и последствия своих действий;
43.	Приемы и броски мяча на месте.	1	Урок зачет с целью способствования

	Передача мяча двумя руками от груди в максимальном темпе при встречном беге в колоннах.		формированию ответственного отношения к учению, готовности и мобилизации усилий на безошибочное выполнение заданий, проявлению наибольшей активности в их выполнении; воспитание культуры учебного труда, навыков самообразования, экономного расходования времени.
44.	Приемы и броски мяча в прыжке. Прыжки с поворотами на точность приземления.	1	Групповая форма работы с целью развития навыков совместной работы, умения работать самостоятельно, мобилизуя необходимые ресурсы, правильно оценивая смысл и последствия своих действий;
45.	Приемы и броски мяча в прыжке. Прыжки с поворотами на точность приземления.	1	Урок зачет с целью способствования формированию ответственного отношения к учению, готовности и мобилизации усилий на безошибочное выполнение заданий, проявлению наибольшей активности в их выполнении; воспитание культуры учебного труда, навыков самообразования, экономного расходования времени.
46.	Приемы и броски мяча после ведения	1	Групповая форма работы с целью развития навыков совместной работы, умения работать самостоятельно, мобилизуя необходимые ресурсы, правильно оценивая смысл и последствия своих действий;
47.	Приемы и броски мяча после ведения	1	Групповая форма работы с целью развития навыков совместной работы, умения работать самостоятельно, мобилизуя необходимые ресурсы, правильно оценивая смысл и последствия своих действий;
48.	ТБ на уроках по волейболу Подачи мяча в разные зоны площадки соперника в волейболе	1	Урок практических работ с целью формирования умения ориентироваться в современных общественно-политических процессах, происходящих в России и мире, а также осознанную выработку собственной позиции по отношению к ним на основе знания и осмысления истории, духовных ценностей и достижений нашей страны;
49.	Подачи мяча в разные зоны площадки соперника в волейболе	1	Групповая форма работы с целью развития навыков совместной работы, умения работать самостоятельно,

			мобилизуя необходимые ресурсы, правильно оценивая смысл и последствия своих действий;
50.	Приемы и передачи мяча на месте	1	Урок зачет с целью способствования формированию ответственного отношения к учению, готовности и мобилизации усилий на безошибочное выполнение заданий, проявлению наибольшей активности в их выполнении; воспитание культуры учебного труда, навыков самообразования, экономного расходования времени.
51.	Приемы и передачи мяча на месте	1	Групповая форма работы с целью развития навыков совместной работы, умения работать самостоятельно, мобилизуя необходимые ресурсы, правильно оценивая смысл и последствия своих действий;
52.	Приемы и передачи мяча в движении	1	Урок зачет с целью способствования формированию ответственного отношения к учению, готовности и мобилизации усилий на безошибочное выполнение заданий, проявлению наибольшей активности в их выполнении; воспитание культуры учебного труда, навыков самообразования, экономного расходования времени.
53.	Приемы и передачи мяча в движении	1	Групповая форма работы с целью развития навыков совместной работы, умения работать самостоятельно, мобилизуя необходимые ресурсы, правильно оценивая смысл и последствия своих действий;
54.	Нападающий удар в волейболе	1	Групповая форма работы с целью развития навыков совместной работы, умения работать самостоятельно, мобилизуя необходимые ресурсы, правильно оценивая смысл и последствия своих действий;
55.	Блокировка нападающего удара	1	Групповая форма работы с целью развития навыков совместной работы, умения работать самостоятельно, мобилизуя необходимые ресурсы, правильно оценивая смысл и последствия своих действий;
56.	ТБ на уроках при занятиях футболом.	1	Групповая форма работы с целью развития навыков совместной работы,

	Ведение футбольного мяча		умения работать самостоятельно, мобилизуя необходимые ресурсы, правильно оценивая смысл и последствия своих действий;
57.	Итоговая контрольная работа	1	Урок зачет с целью способствования формированию ответственного отношения к учению, готовности и мобилизации усилий на безошибочное выполнение заданий, проявлению наибольшей активности в их выполнении; воспитание культуры учебного труда, навыков самообразования, экономного расходования времени.
58.	Прием футбольного мяча. Ведение мяча с остановками и ускорениями, «дриблинг» мяча с изменением направления движения.	1	Групповая форма работы с целью развития навыков совместной работы, умения работать самостоятельно, мобилизуя необходимые ресурсы, правильно оценивая смысл и последствия своих действий;
59.	Прием футбольного мяча. Ведение мяча с остановками и ускорениями, «дриблинг» мяча с изменением направления движения.	1	Групповая форма работы с целью развития навыков совместной работы, умения работать самостоятельно, мобилизуя необходимые ресурсы, правильно оценивая смысл и последствия своих действий;
60.	Остановки и удары по мячу на месте. Удары по мячу в стенку в максимальном темпе.	1	Урок зачет с целью способствования формированию ответственного отношения к учению, готовности и мобилизации усилий на безошибочное выполнение заданий, проявлению наибольшей активности в их выполнении; воспитание культуры учебного труда, навыков самообразования, экономного расходования времени.
61.	Остановки и удары по мячу на месте. Удары по мячу в стенку в максимальном темпе.	1	Урок практических работ с целью формирования умения ориентироваться в современных общественно-политических процессах, происходящих в России и мире, а также осознанную выработку собственной позиции по отношению к ним на основе знания и осмысления истории, духовных ценностей и достижений нашей страны
62.	Остановки и удары по мячу в движении. Учебная игра в футбол.	1	Групповая форма работы с целью развития навыков совместной работы, умения работать самостоятельно, мобилизуя необходимые ресурсы,

			правильно оценивая смысл и последствия своих действий;
63.	Остановки и удары по мячу в движении. Учебная игра в футбол.	1	Урок зачет с целью способствования формированию ответственного отношения к учению, готовности и мобилизации усилий на безошибочное выполнение заданий, проявлению наибольшей активности в их выполнении; воспитание культуры учебного труда, навыков самообразования, экономного расходования времени.
64.	Длинные и короткие передачи в футболе. Передача по диагонали. Учебная игра в футбол.	1	Урок зачет с целью способствования формированию ответственного отношения к учению, готовности и мобилизации усилий на безошибочное выполнение заданий, проявлению наибольшей активности в их выполнении; воспитание культуры учебного труда, навыков самообразования, экономного расходования времени.
65.	ТБ на уроках по легкой атлетике. Челночный бег 3x10 м	1	Урок практических работ с целью формирования умения ориентироваться в современных общественно-политических процессах, происходящих в России и мире, а также осознанную выработку собственной позиции по отношению к ним на основе знания и осмысления истории, духовных ценностей и достижений нашей страны
66.	Бег на средние дистанции 400 и 800 м с фиксированным результатом.	1	Урок зачет с целью способствования формированию ответственного отношения к учению, готовности и мобилизации усилий на безошибочное выполнение заданий, проявлению наибольшей активности в их выполнении; воспитание культуры учебного труда, навыков самообразования, экономного расходования времени.
67.	Эстафетный бег. Передача эстафетной палочки. Многоскоки через препятствия.	1	Урок практических работ с целью формирования умения ориентироваться в современных общественно-политических процессах, происходящих в России и мире, а также осознанную выработку собственной позиции по отношению к ним на основе знания и осмысления истории, духовных ценностей и достижений нашей страны

68.	Эстафетный бег. Передача эстафетной палочки. Многоскоки через препятствия.	1	Урок зачет с целью способствования формированию ответственного отношения к учению, готовности и мобилизации усилий на безошибочное выполнение заданий, проявлению наибольшей активности в их выполнении; воспитание культуры учебного труда, навыков самообразования, экономного расходования времени.
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	

Лист коррекции выполнения рабочей программы

[illegible]