

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Министерство образования и молодежной политики Рязанской области

муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа им М. Горького»
муниципального образования – городской округ город Скопин Рязанской области

Рассмотрено
на заседании МО
учителей
Протокол № 1 от
«31» августа 2023 г.

Согласовано
на педагогическом
совете школы
Протокол № 1 от
«31» августа 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного предмета
«Физическая культура»
для 6 класса основного общего образования
на 2023-24 уч.год

Составитель:
Учитель физической культуры
Датлин А.А.

г. Скопин
2023 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

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

В своей социально-ценностной ориентации рабочая программа сохраняет исторически сложившееся предназначение дисциплины «Физическая культура» в качестве средства подготовки учащихся к предстоящей жизнедеятельности, укрепления их здоровья, повышения функциональных и адаптивных возможностей систем организма, развития жизненно важных физических качеств. Программа обеспечивает преемственность с Примерной рабочей программой начального среднего общего образования, предусматривает возможность активной подготовки учащихся к выполнению нормативов «Президентских состязаний» и «Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО».

ЦЕЛИ ИЗУЧЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

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

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

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

Центральной идеей конструирования учебного содержания и планируемых результатов образования в основной школе является воспитание целостной личности учащихся, обеспечение единства в развитии их физической, психической и социальной природы. Реализация этой идеи становится возможной на основе содержания учебной дисциплины «Физическая культура», которое представляется двигательной деятельностью с её базовыми компонентами: информационным (знания о физической культуре), операциональным (способы самостоятельной деятельности) и мотивационно-процессуальным (физическое совершенствование).

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

Инвариантные модули включают в себя содержание базовых видов спорта: гимнастика, лёгкая атлетика, зимние виды спорта (на примере лыжной подготовки[1]), спортивные игры, плавание. Данные модули в своём предметном содержании ориентируются на всестороннюю физическую подготовленность учащихся, освоение ими технических действий и физических упражнений, содействующих обогащению двигательного опыта.

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

Исходя из интересов учащихся, традиций конкретного региона или образовательной организации, модуль «Спорт» может разрабатываться учителями физической культуры на основе содержания базовой

физической подготовки, национальных видов спорта, современных оздоровительных систем. В настоящей рабочей программе в помощь учителям физической культуры в рамках данного модуля, представлено примерное содержание «Базовой физической подготовки».

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

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

МЕСТО УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

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

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

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

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Знания о физической культуре. Возрождение Олимпийских игр и олимпийского движения в современном мире; роль Пьера де Кубертена в их становлении и развитии. Девиз, символика и ритуалы современных Олимпийских игр. История организации и проведения первых Олимпийских игр современности; первые олимпийские чемпионы.

Способы самостоятельной деятельности. Ведение дневника физической культуры. Физическая подготовка и её влияние на развитие систем организма, связь с укреплением здоровья; физическая подготовленность как результат физической подготовки.

Правила и способы самостоятельного развития физических качеств. Способы определения индивидуальной физической нагрузки. Правила проведения измерительных процедур по оценке физической подготовленности. Правила техники выполнения тестовых заданий и способы регистрации их результатов.

Правила и способы составления плана самостоятельных занятий физической подготовкой.

Физическое совершенствование. Физкультурно-оздоровительная деятельность. Правила самостоятельного закаливания организма с помощью воздушных и солнечных ванн, купания в естественных водоёмах. Правила техники безопасности и гигиены мест занятий физическими упражнениями.

Оздоровительные комплексы: упражнения для коррекции телосложения с использованием дополнительных отягощений; упражнения для профилактики нарушения зрения во время учебных занятий и работы за компьютером; упражнения для физкультпауз, направленных на поддержание оптимальной работоспособности мышц опорно-двигательного аппарата в режиме учебной деятельности.

Спортивно-оздоровительная деятельность. Модуль «Гимнастика». Акробатическая комбинация из общеразвивающих и сложно координированных упражнений, стоек и кувырков, ранее разученных акробатических упражнений.

Комбинация из стилизованных общеразвивающих упражнений и сложно-координированных упражнений ритмической гимнастики, разнообразных движений руками и ногами с разной амплитудой и траекторией, танцевальными движениями из ранее разученных танцев (девочки).

Опорные прыжки через гимнастического козла с разбега способом «согнув ноги» (мальчики) и способом «ноги врозь» (девочки).

Лазанье по канату в три приёма (мальчики).

Модуль «Лёгкая атлетика». Старт с опорой на одну руку и последующим ускорением; спринтерский и гладкий равномерный бег по учебной дистанции; ранее разученные беговые упражнения.

Прыжковые упражнения: ранее разученные прыжковые упражнения в длину и высоту; напрыгивание и спрыгивание.

Метание малого (теннисного) мяча в подвижную (раскачивающуюся) мишень.

Модуль «Зимние виды спорта». Передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом; преодоление небольших трамплинов при спуске с пологого склона в низкой стойке; ранее разученные упражнения лыжной подготовки; передвижения по учебной дистанции, повороты, спуски, торможение.

Модуль «Спортивные игры».

Баскетбол. Технические действия игрока без мяча: передвижение в стойке баскетболиста; прыжки вверх толчком одной ногой и приземлением на другую ногу; остановка двумя шагами и прыжком.

Упражнения с мячом: ранее разученные упражнения в ведении мяча в разных направлениях и по разной траектории, на передачу и броски мяча в корзину.

Правила игры и игровая деятельность по правилам с использованием разученных технических приёмов.

Волейбол. Приём и передача мяча двумя руками снизу в разные зоны площадки команды соперника. Правила игры и игровая деятельность по правилам с использованием разученных технических приёмов в подаче мяча, его приеме и передаче двумя руками снизу и сверху.

Футбол. Удары по катящемуся мячу с разбега. Правила игры и игровая деятельность по правилам с использованием разученных технических приёмов в остановке и передаче мяча, его ведении и обводке.

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

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

ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

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

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Универсальные познавательные действия:

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

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

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

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

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

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

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

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

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

Универсальные коммуникативные действия:

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

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

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

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

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

Универсальные учебные регулятивные действия:

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

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

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

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

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

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

К концу обучения в 6 классе обучающийся научится:

характеризовать Олимпийские игры современности как международное культурное явление, роль Пьера де Кубертена в их историческом возрождении; обсуждать историю возникновения девиза, символики и ритуалов Игр;

измерять индивидуальные показатели физических качеств, определять их соответствие возрастным нормам и подбирать упражнения для их направленного развития;

контролировать режимы физической нагрузки по частоте пульса и степени утомления организма по внешним признакам во время самостоятельных занятий физической подготовкой;

готовить места для самостоятельных занятий физической культурой и спортом в соответствии с правилами техники безопасности и гигиеническими требованиями;

отбирать упражнения оздоровительной физической культуры и составлять из них комплексы физкультминуток и физкультпауз для оптимизации работоспособности и снятия мышечного утомления в режиме учебной деятельности;

составлять и выполнять акробатические комбинации из разученных упражнений, наблюдать и анализировать выполнение другими учащимися, выявлять ошибки и предлагать способы устранения;

выполнять лазанье по канату в три приёма (мальчики), составлять и выполнять комбинацию на низком бревне из стилизованных общеразвивающих и сложно-координированных упражнений (девочки);

выполнять беговые упражнения с максимальным ускорением, использовать их в самостоятельных занятиях для развития быстроты и равномерный бег для развития общей выносливости;

выполнять прыжок в высоту с разбега способом «перешагивание», наблюдать и анализировать его выполнение другими учащимися, сравнивая с заданным образцом, выявлять ошибки и предлагать способы устранения;

выполнять передвижение на лыжах одновременным одношажным ходом, наблюдать и анализировать его выполнение другими учащимися, сравнивая с заданным образцом, выявлять ошибки и предлагать способы устранения (для бесснежных районов — имитация передвижения);

выполнять правила и демонстрировать технические действия в спортивных играх:

баскетбол (технические действия без мяча; броски мяча двумя руками снизу и от груди с места; использование разученных технических действий в условиях игровой деятельности);

волейбол (приём и передача мяча двумя руками снизу и сверху в разные зоны площадки соперника; использование разученных технических действий в условиях игровой деятельности);

футбол (ведение мяча с разной скоростью передвижения, с ускорением в разных направлениях; удар по катящемуся мячу с разбега; использование разученных технических действий в условиях игровой деятельности);

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

Календарно – тематическое планирование (6 класс 68 ч.)

№ урока	№ урока в теме	Тема (содержание)	Дата		Примечание (корректировка)
			применяемая	фактическая	
		Раздел программы «Знания о физической культуре» История зарождения олимпийского движения в России. Возрождение Олимпийских игр и олимпийского движения в России. Роль Пьера де Кубертена в возрождении Олимпийских игр. (в течении урока).			
		«Лёгкая атлетика» (10часов).			
1.	1.	Бег на короткие дистанции. Низкий старт. Т.Б.по легкой атлетике.			
2.	2.	Бег 30м, 60м. Упражнения бегуна.			
3.	3.	Скоростной бег до 40 м Челночный бег 3х10			
4.	4.	Понятие «прохождение дистанции со средней скоростью». Эстафеты. Упражнения бегуна.			
5.	5.	Бег 300м, 500м. О.Р.У.			
6.	6.	Беговые эстафеты. Упражнения			

		бегуна.			
7.	7.	Бег 1500м без учета времени.			
8.	8.	Прыжок в длину с места.			
9.	9.	Метание малого мяча.			
10.	10.	Метание малого мяча на дальность.			
		«Спортивные игры. Волейбол» 8 ч.			
11.	1.	Правила техники безопасности при занятиях спорт. играми. Стойки в волейболе. О.Р.У.			
12.	2.	Комбинации из освоенных элементов техники передвижений. О.Р.У. Передача мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения вперед.			
13.	3.	Нижняя прямая подача. Передача мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения вперед.			
14.	4.	Нижняя прямая подача. Передача мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения вперед.			
15.	5.	Передачи мяча над собой. Игра «Пионербол» с элементами волейбола. Комбинации из освоенных элементов.			
16.	6.	Приеме мяча с низу и сверху через сетку. Комбинации из освоенных элементов.			
17.	7.	Прием мяча снизу двумя руками. Техника нападающего удара.			
18.	8.	Прием мяча снизу двумя руками. Имитация техники нападающего удара. Нападающий удара через сетку.			
		«Спортивные игры. Баскетбол» (8 часов).			
19	1.	Правила Т.Б. при занятиях спортивными играми. Передвижения, остановки в баскетболе. Ведение мяча с изменением направления и скорости.			
20.	2.	Передвижения, остановки в баскетболе. Ведение мяча с изменением направления и скорости.			
21.	3.	Стойка в баскетболе. Ведение мяча с			

		изменением направления и скорости.			
22.	4.	Вырывание, выбивание мяча. Комбинации из освоенных элементов. Тактика свободного нападения.			
23.	5.	Вырывание, выбивание мяча. Комбинации из освоенных элементов. Тактика свободного нападения.			
24.	6.	Вырывание, выбивание мяча. Комбинации из освоенных элементов. Тактика свободного нападения.			
25.	7.	Бросок мяча в кольцо после остановки, после ведения. Позиционное нападение без изменений позиций игроков.			
26.	8.	Бросок мяча в кольцо после остановки, после ведения. Позиционное нападение без изменений позиций игроков.			
		«Гимнастика с элементами акробатики» (10 часов).			
27.	1.	Т.Б. на уроках гимнастики. Разучивание техники перестроения из колонны по одному в колонну по четыре, дроблением и сведением.			
28.	2.	Закрепление техники перестроения из колонны по одному в колонну по четыре дроблением и сведением.			
29.	3.	Техника (мальчики) висов согнувшись и прогнувшись, (девочки) смешанных висов. Прыжки через скакалку за 1 мин			
30.	4.	Техника акробатических упражнений кувырок вперед .			
31.	5.	Техника акробатических упражнений кувырок назад. Поднимание туловища за 30 с			
32.	6.	Техника акробатических упражнений кувырок вперед и назад.			
33.	7.	Техника кувырка вперед и назад, стойка на лопатках.			
34.	8.	Техника опорного прыжка.			
35.	9.	Техника опорного прыжка.			

36.	10.	Прыжок через козла (учетный урок)			
		«Лыжные гонки»(8 часов).			
37.	1.	Правила безопасности при занятиях на лыжах. Подбор инвентаря. Попеременный двухшажный ход.			
38.	2.	.Одновременный двухшажный ход. Безшажный ход. Прохождение дистанции до 3 км.			
39.	3.	Одновременный двухшажный ход. Безшажный ход. Прохождение дистанции до 3 км.			
40.	4.	Одновременный двухшажный ход. Безшажный ход. Прохождение дистанции до 3 км.			
41.	5.	Подъем «елочкой». Торможение и поворот упором.			
42.	6.	Подъем «елочкой». Торможение и поворот упором.			
43.	7.	Прохождение дистанции до 3км. Развитие выносливости.			
44.	8.	Прохождение дистанции до 3км. Развитие выносливости			
		« Спортивные игры .Волейбол.» (8 часов).			
45.	1	Правила техники безопасности при занятиях играми. Стойки в волейболе. О.Р.У.			
46.	2	Передача мяча снизу и сверху в парах через сетку.			
47.	3.	Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером. Игра в «2 мяча».			
48.	4.	Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером. Игра в «2 мяча».			
49.	5	Прием мяча сверху двумя руками Прием мяча снизу двумя руками. Игра в волейбол по упрощенным правилам			
50.	6.	Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером. Игра в волейбол по упрощенным правилам			
51.	7.	Игра в волейбол по упрощенным			

		правилам			
52	8	Игра в волейбол по упрощенным правилам			
		« Спортивные игры .Баскетбол.» (8 часов).			
53.	1.	Правила Т.Б. при занятиях спортивными играми. Передвижения, остановки в баскетболе. Ведение мяча с изменением направления.			
54.	2.	Бросок мяча в кольцо после остановки, после ведения. Позиционное нападение без изменений позиций игроков.			
55.	3.	Эстафеты с элементами баскетбола Бросок мяча в кольцо после остановки, после ведения. Позиционное нападение без изменений позиций игроков.			
56.	4.	Бросок мяча в кольцо после остановки, после ведения. Позиционное нападение без изменений позиций игроков.			
57.	5.	Ловля и передача мяча в тройках. Игра в баскетбол по упрощенным правилам.			
58.	6.	Бросок в движении. Игра в «Десять передач».. Позиционное нападение без изменений позиций игроков.			
59.	7.	Эстафеты с элементами баскетбола. Игра в баскетбол по упрощенным правилам.			
60.	8.	Игра в баскетбол по упрощенным правилам. Развитие скоростно-силовых качеств.			
		«Лёгкая атлетика» (8 часов).			
61.	1.	Правила поведения на открытых площадках. Прыжок в длину с места..			
62.	2.	Высокий старт. Челночный бег 3/10			
63.	3.	Низкий старт. Скоростной бег 60 м. Бег 30 м			
64.	4.	Бег на 60 м на результат.			
65.	5.	Метание мяча на дальность			
66	6	Бег 1500м без учета времени			
		« Спортивные игры .Футбол.»			

		(8 часов).			
67	1	Ведение футбольного мяча. Обводка мячом ориентиров. Игра в футбол по упрощенным правилам			
68	2	Удары по подвижному мячу. Игра в футбол по упрощенным правилам.			

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

1. Матвеев А.П. Физическая культура 6-7 класс, Просвещение 2022 – 127. ISBN 9785090920910

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

1. Матвеев А.П. Физическая культура 6-7 класс, Просвещение 2022 – 127. ISBN 9785090920910
2. Федеральный государственный стандарт основного общего образования/ Мво образования и науки Рос. Федерации. – М.: Просвещение, 2011. – 48 с. – (Стандарты второго поколения)
3. М.Я. Виленского , В. И. Лях. Примерные программы по учебным предметам. Физическая культура 5-9 классы. – М.: Просвещение, 2012 г. – 64 с.- (Стандарты второго поколения). – ISBN 978-5-09-020555-90
4. Примерная основная образовательная программа образовательного учреждения. Основная школа. - М.: Просвещение, 2011.
5. Лях В.И. Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников Виленского М.Я., Ляха В.И. 5-9 классы. Пособие для учителей общеобразовательных учреждений. - М: Просвещение , 2013.

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

1. <http://www.gto-normy.ru/page/5/> Нормы ГТО ru | Нормативы Минспорта РФ - Part 5
2. <http://collection.edu.ru/> - Российский общеобразовательный портал. Сборник методических разработок для школы.
3. <http://www.e-osnova.ru/journal/16> Физическая культура. Все для учителя
4. [Физкультура по ФГОС \(fizkultura-fgos.ru\)](http://fizkultura-fgos.ru)
5. <http://spo.1september.ru/urok/> Я иду на урок физкультуры

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

УЧЕБНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ

- 1 Мячи для метания 3
- 2 Гранаты учебные (500, 700 гр.)
- 3 Ядро 1
- 6 Набор гимнастических матов 3
- 7 Гимнастический козел 1
- 9 Канат для перетягивания 1
- 10 Скакалки 10
- 11 Мостик гимнастический подкидной 1
- 12 Щит баскетбольный игровой 2
- 13 Кольца баскетбольные 2
- 14 Волейбольная сетка 1
- 15 Мячи волейбольные 5
- 16 Мячи футбольные 2
- 17 Теннисные столы 1
- 18 Ракетки для настольного тенниса 6
- 19 Лыжи беговые 20 пар
- 20 Крепления жесткие 20 пар
- 21 Палки лыжные 25 пар
- 22 Секундомер электронный 1
- 23 Игровое поле для футбола (мини-футбола) 1
- 24 Игровое поле для баскетбола (стритбола) 1
- 25 Игровое поле для волейбола 1

ОБОРУДОВАНИЕ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРАКТИЧЕСКИХ РАБОТ

1. Видеофильм
2. Компьютер.
3. Цифровой проектор