


Муниципальное общеобразовательное учреждение  
«Средняя общеобразовательная школа  
с углубленным изучением отдельных предметов № 36»

**РАССМОТРЕНО**

на заседании методического  
объединения


Руководитель МО

 Д.Н. Шулепов

Протокол от «28» августа 2023 г.  
№ 1

**СОГЛАСОВАНО**

Зам. директора по УВР

 М.Ю. Кулебякина

«30» августа 2023 г.

**УТВЕРЖДАЮ**

Директор

МОУ «Средняя школа № 36»

 Т.И. Юркина

Приказ от «31» августа 2023 г.  
№ 02-04/160

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

учебного предмета «Физическая культура»

для обучающихся 6 А, 6 Б классов

Составитель: Сюваев Евгений Николаевич  
Учитель физической культуры

2023-2024 учебный год

## ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

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

Программа по физической культуре для 5–9 классов общеобразовательных организаций представляет собой методически оформленную конкретизацию требований ФГОС ООО и раскрывает их реализацию через конкретное предметное содержание.

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

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

Общей целью школьного образования по физической культуре является формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха. В программе для 5–9 классов данная цель конкретизируется и связывается с формированием устойчивых мотивов и потребностей обучающихся в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических, психических и нравственных качеств, творческом использовании ценностей физической культуры в организации здорового образа жизни, регулярных занятиях двигательной деятельностью и спортом.

Развивающая направленность программы определяется вектором развития физических качеств и функциональных возможностей организма занимающихся, являющихся основой укрепления их здоровья, повышения надёжности и активности адаптивных процессов. Существенным достижением данной ориентации является приобретение обучающимися знаний и умений в организации самостоятельных форм

занятий оздоровительной, спортивной и прикладно-ориентированной физической культурой, возможностью познания своих физических способностей и их целенаправленного развития.

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

Центральной идеей конструирования учебного содержания и планируемых результатов образования на уровне основного общего образования является воспитание целостной личности обучающихся, обеспечение единства в развитии их физической, психической и социальной природы. Реализация этой идеи становится возможной на основе содержания учебного предмета, 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 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), спортивные игры, плавание. Данные модули в своём предметном содержании ориентируются на всестороннюю физическую подготовленность обучающихся, освоение ими технических действий и физических упражнений, содействующих обогащению двигательного опыта.

Инвариантные и вариативные модули программы могут быть реализованы в форме сетевого взаимодействия с организациями системы дополнительного образования, на спортивных площадках и залах, находящихся в муниципальной и региональной собственности.

Для бесснежных районов Российской Федерации, а также при отсутствии должных условий допускается заменять инвариантный модуль «Лыжные гонки» углублённым освоением содержания других инвариантных модулей («Лёгкая атлетика», «Гимнастика», «Плавание» и «Спортивные игры»). В свою очередь, модуль «Плавание» вводится в учебный процесс при наличии соответствующих условий и материальной базы по решению муниципальных органов управления образованием. Данный модуль, также как и модуль «Лыжные гонки», может быть заменён углублённым изучением материала других инвариантных модулей.

Вариативные модули объединены в программе модулем «Спорт», содержание которого разрабатывается образовательной организацией на основе модульных программ по физической культуре для общеобразовательных организаций, рекомендуемых Министерством просвещения Российской Федерации. Основной содержательной направленностью вариативных модулей является подготовка обучающихся к выполнению

нормативных требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО, активное вовлечение их в соревновательную деятельность.

Исходя из интересов обучающихся, 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 программе в помощь учителям физической культуры в рамках данного модуля представлено примерное содержание «Базовой физической подготовки».

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

Содержание рабочей программы, раскрытие личностных и метапредметных результатов обеспечивает преемственность и перспективность в освоении областей знаний, которые отражают ведущие идеи учебных предметов основного общего образования и подчёркивают её значение для формирования готовности обучающихся к дальнейшему обучению на уровне среднего общего или среднего профессионального образования.

## МЕСТО УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

Общий объём часов, отведённых на изучение учебной дисциплины «Физическая культура» в основной школе составляет 340 часов (два часа в неделю в каждом классе). 5 класс — 68 ч; 6 класс — 68 ч; 7 класс — 68 ч; 8 класс — 68 ч, 9 класс — 68 ч.

При подготовке программы по физической культуре учитывались личностные и метапредметные результаты, зафиксированные в ФГОС ООО и в Универсальном кодификаторе элементов содержания и требований к результатам освоения основной образовательной программы основного общего образования.

## СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

### 6 КЛАСС

*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. Гимнастические комбинации.

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

Прыжковые упражнения: прыжок в длину; ранее разученные прыжковые упражнения в длину и высоту; напрыгивание и спрыгивание. Метание малого (теннисного) мяча в подвижную (раскачивающуюся) мишень.

*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 приёме 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.

*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.

## 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 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 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.

## ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 6 КЛАСС

---

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		всего	конт. работ ы	прак. работ ы	
Раздел 1. ЗНАНИЯ О ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ					
1.1	Знания о физической культуре	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/6">https://resh.edu.ru/subject/9/6</a>
Итого по разделу		1			
Раздел 2. СПОСОБЫ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ					
2.1	Способы самостоятельной деятельности	1	0	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/6">https://resh.edu.ru/subject/9/6</a>
Итого по разделу		1			
Раздел 3. ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ					
3.1	Гимнастика (модуль «Гимнастика»). Модуль	14	5	9	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/6">https://resh.edu.ru/subject/9/6</a>
3.2	Легкая атлетика (модуль «Лёгкая атлетика»).	20	7	13	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/6">https://resh.edu.ru/subject/9/6</a>
3.3	Спортивные игры. Баскетбол (модуль «Спортивные игры	18	6	12	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/6">https://resh.edu.ru/subject/9/6</a>
3.4	Спортивные игры. Волейбол (модуль «Спортивные игры»)	8	2	6	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/6">https://resh.edu.ru/subject/9/6</a>
3.5	Спортивные игры. Футбол (модуль «Спортивные игры »)	6	2	4	<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/6">https://resh.edu.ru/subject/9/6</a>
3.6	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса "ГТО" (модуль "Спорт")	В процессе урока			<a href="https://www.gto.ru">https://www.gto.ru</a>

Итого по разделу	66			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ	68	22	46	

## ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 6 КЛАСС

№ п/ п	Темаурока	Количествочасов			Датаизу чения	Электронныецифровыеобраз овательныересурсы
		Вс его	Контрольны еработы	Практическ иеработы		
1	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. Инструктаж по ТБ на уроках физической культуры.	1	-	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/6">https://resh.edu.ru/subject/9/6</a>
2	Режим дня и его значение для современного школьника. Виды легкой атлетики. Техника бега на короткие дистанции. Низкий старт, бег по дистанции. Финиширование. Развитие быстроты. Модуль «Легкая	1	-	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/6">https://resh.edu.ru/subject/9/6</a>



	атлетика». Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО.					
3	Модуль «Легкая атлетика». Зачет – бег 60 м.	1	1	-		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/6">https://resh.edu.ru/subject/9/6</a>
4	Модуль «Легкая атлетика». Метание малого мяча с места в подвижную (раскачивающуюся) мишень; метание малого мяча на дальность с трёх шагов разбега.	1	-	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/6">https://resh.edu.ru/subject/9/6</a>
5	Модуль «Легкая атлетика». Метание малого мяча на дальность с трёх шагов разбега. Модуль «Легкая атлетика». Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО.	1	-	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/6">https://resh.edu.ru/subject/9/6</a>
6	Модуль «Легкая атлетика». Метание малого мяча на дальность – зачет.	1	-	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/6">https://resh.edu.ru/subject/9/6</a>
7	Модуль «Легкая атлетика». Бег на длинные дистанции с равномерной скоростью передвижения с высокого старта.	1	-	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/6">https://resh.edu.ru/subject/9/6</a>
8	Модуль «Легкая атлетика». Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Бег на длинные дистанции с равномерной скоростью передвижения с	1	-	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/6">https://resh.edu.ru/subject/9/6</a>

	высокого старта. Развитие выносливости.					
9	Модуль «Легкая атлетика». Бег на длинные дистанции с равномерной скоростью передвижения с высокого старта. Развитие выносливости. Зачет – бег 1000 м.	1	1	-		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/6">https://resh.edu.ru/subject/9/6</a>
1 0	Модуль «Спортивные игры. Баскетбол» Техника безопасности на уроках. Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: организация мест занятий, подбор одежды, обуви и инвентаря. Технические действия игрока без мяча: передвижение в стойке баскетболиста ранее разученные технические действия с мячом.	1	-	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/6">https://resh.edu.ru/subject/9/6</a>
1 1 1	«Спортивные игры. Баскетбол». Технические действия игрока без мяча: передвижение в стойке баскетболиста, ранее разученные технические действия с мячом.	1	-	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/6">https://resh.edu.ru/subject/9/6</a>
1 2	«Спортивные игры. Баскетбол». Технические действия игрока без мяча: передвижение в стойке баскетболиста	1	1	-		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/6">https://resh.edu.ru/subject/9/6</a>
1 3	«Спортивные игры.	1	-	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/6">https://resh.edu.ru/subject/9/6</a>

	Баскетбол». Ведение мяча на месте и в движении «по прямой», «по кругу» и «змейкой». Правила игры и игровая деятельность по правилам с использованием разученных технических приёмов.					
1 4	«Спортивные игры. Баскетбол». Ведение мяча на месте и в движении «по прямой», «по кругу» и «змейкой». Правила игры и игровая деятельность по правилам с использованием разученных технических приёмов.	1	-	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/6">https://resh.edu.ru/subject/9/6</a>
1 5	«Спортивные игры. Баскетбол». Ведение мяча на месте и в движении «по прямой», «по кругу» и «змейкой». Зачет.	1	1	-		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/6">https://resh.edu.ru/subject/9/6</a>
1 6	«Спортивные игры. Баскетбол». Бросок мяча в корзину двумя руками от груди с места; ранее разученные технические действия с мячом. Правила игры и игровая деятельность по правилам с использованием разученных технических приёмов.	1	-	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/6">https://resh.edu.ru/subject/9/6</a>
1	«Спортивные игры.	1	-	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/6">https://resh.edu.ru/subject/9/6</a>

7	Баскетбол». Бросок мяча в корзину двумя руками от груди с места; ранее разученные технические действия с мячом.Правила игры и игровая деятельность по правилам с использованием разученных технических приёмов.					
1 8	«Спортивные игры. Баскетбол». Бросок мяча в корзину двумя руками от груди с места на результат.	1	1	-		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/6">https://resh.edu.ru/subject/9/6</a>
1 9	Модуль «Гимнастика». Техника безопасности и гигиенические требования на уроке гимнастики. Строевые упражнения. Упражнения на гимнастической лестнице: перелезание приставным шагом правым и левым боком; лазанье разноимённым способом по диагонали и одноимённым способом вверх. Упражнения на разв и тиегибкости.	1	-	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/6">https://resh.edu.ru/subject/9/6</a>
2 0	Модуль «Гимнастика». Строевые упражнения. Упражнения на гимнастической лестнице: перелезание приставным шагом	1	-	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/6">https://resh.edu.ru/subject/9/6</a>

	правым и левым боком; лазанье разноимённым способом по диагонали и одноимённым способом вверх. Упражнения на разв и тиегибкости.					
2 1	Модуль «Гимнастика». Строевые упражнения. Упражнения на гимнастической лестнице: перелезание приставным шагом правым и левым боком; лазанье разноимённым способом по диагонали и одноимённым способом вверх. Упражнения на разв и тиегибкости.	1	1	-		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/6">https://resh.edu.ru/subject/9/6</a>
2 2	Модуль «Гимнастика». Висы и упоры на перекладине. Висы простые; вис, на согнутых руках, согнув ноги. Упражнения на разв и тиегибкости.	1	-	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/6">https://resh.edu.ru/subject/9/6</a>
2 3	Модуль «Гимнастика». Висы и упоры на перекладине. Висы простые; вис, на согнутых руках, согнув ноги. Упражнения на разв и тиегибкости.	1	-	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/6">https://resh.edu.ru/subject/9/6</a>
2 4	Модуль «Гимнастика». Висы и упоры на перекладине. Упражнения на разв и тиегибкости.	1	1	-		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/6">https://resh.edu.ru/subject/9/6</a>
2 5	Модуль «Гимнастика».	1	-	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/6">https://resh.edu.ru/subject/9/6</a>

	Упражнения на развитие гибкости. Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО. Акробатическая комбинация из общеразвивающих и сложно координированных упражнений, стоек и кувырков, ранее разученных акробатических упражнений.					
2 6	Модуль «Гимнастика». Упражнения на развитие гибкости. Акробатическая комбинация из общеразвивающих и сложно координированных упражнений, стоек и кувырков, ранее разученных акробатических упражнений.	1	-	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/6">https://resh.edu.ru/subject/9/6</a>
2 7	Модуль «Гимнастика». Упражнения на развитие гибкости. Акробатическая комбинация из общеразвивающих и сложно координированных упражнений, стоек и кувырков, ранее разученных акробатических упражнений.	1	1	-		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/6">https://resh.edu.ru/subject/9/6</a>
2 8	Модуль «Гимнастика». Упражнения на развитие гибкости. Гимнастические комбинации.	1	-	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/6">https://resh.edu.ru/subject/9/6</a>
2	Модуль	1	1	-		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/6">https://resh.edu.ru/subject/9/6</a>

9	«Гимнастика». Упражнения на развитие гибкости. Гимнастические комбинации.					
3 0	Модуль «Гимнастика». Упражнения ритмической гимнастики	1	-	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/6">https://resh.edu.ru/subject/9/6</a>
3 1	Модуль «Гимнастика». Упражнения ритмической гимнастики	1	-	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/6">https://resh.edu.ru/subject/9/6</a>
3 2	Модуль «Гимнастика». Упражнения ритмической гимнастики. Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО	1	1	-		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/6">https://resh.edu.ru/subject/9/6</a>
3 3	Модуль «Спортивные игры. Баскетбол» Техника безопасности на уроках. Правила предупреждения травматизма во время занятий физическими упражнениями: организация мест занятий, подбор одежды, обуви и инвентаря. Технические действия игрока без мяча: передвижение в стойке баскетболиста ранее разученные технические действия с мячом.	1	-	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/6">https://resh.edu.ru/subject/9/6</a>
3 4	«Спортивные игры. Баскетбол». Технические действия игрока без мяча: передвижение в стойке	1	-	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/6">https://resh.edu.ru/subject/9/6</a>

	баскетболиста, ранее разученные технические действия с мячом.					
3 5	«Спортивные игры. Баскетбол». Технические действия игрока без мяча: передвижение в стойке баскетболиста	1	1	-		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/6">https://resh.edu.ru/subject/9/6</a>
3 6	«Спортивные игры. Баскетбол». Ведение мяча на месте и в движении «по прямой», «по кругу» и «змейкой». Правила игры и игровая деятельность по правилам с использованием разученных технических приёмов.	1	-	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/6">https://resh.edu.ru/subject/9/6</a>
3 7	«Спортивные игры. Баскетбол». Ведение мяча на месте и в движении «по прямой», «по кругу» и «змейкой». Правила игры и игровая деятельность по правилам с использованием разученных технических приёмов.	1	-	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/6">https://resh.edu.ru/subject/9/6</a>
3 8	«Спортивные игры. Баскетбол». Ведение мяча на месте и в движении «по прямой», «по кругу» и «змейкой». Зачет.	1	1	-		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/6">https://resh.edu.ru/subject/9/6</a>
3 9	«Спортивные игры. Баскетбол». Бросок мяча в корзину двумя руками от груди с места; ранее	1	-	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/6">https://resh.edu.ru/subject/9/6</a>



	разученные технические действия с мячом.Правила игры и игровая деятельность по правилам с использованием разученных технических приёмов.					
4 0	«Спортивные игры. Баскетбол». Бросок мяча в корзину двумя руками от груди с места; ранее разученные технические действия с мячом.Правила игры и игровая деятельность по правилам с использованием разученных технических приёмов.	1	-	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/6">https://resh.edu.ru/subject/9/6</a>
4 1	«Спортивные игры. Баскетбол». Бросок мяча в корзину двумя руками от груди с места на результат.	1	1	-		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/6">https://resh.edu.ru/subject/9/6</a>
4 2	Модуль «Спортивные игры. Волейбол». Техника безопасности на уроках.	1	-	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/6">https://resh.edu.ru/subject/9/6</a>
4 3	Модуль «Спортивные игры. Волейбол». Прямая нижняя подача мяча. Ранее разученные технические действия с мячом	1	-	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/6">https://resh.edu.ru/subject/9/6</a>
4 4	Модуль «Спортивные игры. Волейбол». Прямая нижняя подача	1	1	-		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/6">https://resh.edu.ru/subject/9/6</a>

	мяча. Ранее разученные технические действия с мячом					
4 5	Модуль «Спортивные игры. Волейбол». Прямая нижняя подача мяча. Ранее разученные технические действия с мячом	1	-	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/6">https://resh.edu.ru/subject/9/6</a>
4 6	Модуль «Спортивные игры. Волейбол». Прямая нижняя подача мяча. Ранее разученные технические действия с мячом	1	1	-		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/6">https://resh.edu.ru/subject/9/6</a>
4 7	Модуль «Спортивные игры. Волейбол». Приём и передача мяча двумя руками снизу в разные зоны площадки команды соперника	1	-	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/6">https://resh.edu.ru/subject/9/6</a>
4 8	Модуль «Спортивные игры. Волейбол». Ранее разученные технические действия с мячом. Учебная игра	1	-	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/6">https://resh.edu.ru/subject/9/6</a>
4 9	Модуль «Спортивные игры. Волейбол». Ранее разученные технические действия с мячом. Учебная игра	1	1	-		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/6">https://resh.edu.ru/subject/9/6</a>
5 0	Модуль «Легкая атлетика» Прыжки в высоту с прямого разбега. Развитие скоростно-силовых способностей.	1	-	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/6">https://resh.edu.ru/subject/9/6</a>
5 1	Модуль «Легкая атлетика» Прыжки в высоту с прямого разбега. Развитие скоростно-силовых	1	-	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/6">https://resh.edu.ru/subject/9/6</a>

	способностей.					
5 2	Модуль «Легкая атлетика» Прыжки в высоту с прямого разбега. Развитие скоростно-силовых способностей. Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО.	1	1	-		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/6">https://resh.edu.ru/subject/9/6</a>
5 3	Модуль «Легкая атлетика». Техника бега на короткие дистанции. Развитие быстроты.	1	-	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/6">https://resh.edu.ru/subject/9/6</a>
5 4	Модуль «Легкая атлетика». Техника бега на короткие дистанции. Развитие быстроты.	1	-	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/6">https://resh.edu.ru/subject/9/6</a>
5 5	Модуль «Легкая атлетика». Техника бега на короткие дистанции. Развитие быстроты.	1	-	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/6">https://resh.edu.ru/subject/9/6</a>
5 6	Модуль «Легкая атлетика». Техника бега на короткие дистанции. Развитие быстроты.	1	1	-		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/6">https://resh.edu.ru/subject/9/6</a>
5 7	Модуль «Легкая атлетика». Техника прыжка в длину с разбега. Развитие скоростно-силовых способностей.	1	-	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/6">https://resh.edu.ru/subject/9/6</a>
5 8	Модуль «Легкая атлетика». Техника прыжка в длину с разбега. Развитие скоростно-силовых способностей. Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО.	1	-	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/6">https://resh.edu.ru/subject/9/6</a>
5 9	Модуль «Легкая атлетика». Техника прыжка в длину с разбега. Развитие	1	1	-		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/6">https://resh.edu.ru/subject/9/6</a>

	скоростно-силовых способностей.					
6 0	Модуль «Легкая атлетика». Техника бега на длинные дистанции. Развитие выносливости. Освоение правил и техники выполнения норматива комплекса ГТО.	1	-	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/6">https://resh.edu.ru/subject/9/6</a>
6 1	Модуль «Легкая атлетика». Техника бега на длинные дистанции. Развитие выносливости.	1	-	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/6">https://resh.edu.ru/subject/9/6</a>
6 2	Модуль «Легкая атлетика». Техника бега на длинные дистанции. Развитие выносливости.	1	1	-		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/6">https://resh.edu.ru/subject/9/6</a>
6 3	Модуль «Спортивные игры». Футбол. Техника безопасности на уроке. Удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы с небольшого разбега	1	-	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/6">https://resh.edu.ru/subject/9/6</a>
6 4	Модуль «Спортивные игры». Футбол. Удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы с небольшого разбега	1	1	-		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/6">https://resh.edu.ru/subject/9/6</a>
6 5	Модуль «Спортивные игры». Футбол. Остановка катящегося мяча способом «наступания»	1	-	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/6">https://resh.edu.ru/subject/9/6</a>
6 6	«Спортивные игры». Футбол. Остановка	1	-	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/6">https://resh.edu.ru/subject/9/6</a>

	катящегося мяча способом «наступания»					
6 7	«Спортивные игры». Футбол. Ведение мяча «по прямой», «по кругу» и «змейкой»	1	1	-		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/6">https://resh.edu.ru/subject/9/6</a>
6 8	Соревнования со сдачей норм ГТО, с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) ГТО	1	-	1		<a href="https://resh.edu.ru/subject/9/6">https://resh.edu.ru/subject/9/6</a>
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	22	46		

## **УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА**

Физическая культура, 5-9 класс/Матвеев А.П., Акционерное общество  
«Издательство «Просвещение»

### **МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ**

Физическая культура, 5-9 класс/Матвеев А.П., Акционерное общество  
«Издательство «Просвещение»;

Физическая культура, 5-9 класс/ Петрова Т.В., Копылов Ю.А., Полянская  
Н.В. и другие, Общество с ограниченной ответственностью «Издательский  
центр ВЕНТАНА-ГРАФ»; Акционерное общество «Издательство  
Просвещение»;

Физическая культура, 5-9 класс/Гурьев С.В.; под редакцией Виленского М.Я.,  
ООО «Русское слово-учебник»;

Физическая культура. 5-9 класс/Виленский М.Я., Туревский И.М., Торочкова  
Т.Ю. и другие; под редакцией Виленского М.Я., Акционерное общество  
«Издательство «Просвещение»;

### **ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ**

<https://resh.edu.ru/>

## **МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА УЧЕБНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ**

компьютерный стол

Ноутбук учителя

### **ОБОРУДОВАНИЕ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРАКТИЧЕСКИХ РАБОТ**

Стенка гимнастическая

Бревно гимнастическое напольное

Комплект навесного оборудования

Скамья атлетическая наклонная

Коврик гимнастический

Маты гимнастические

Мяч набивной (1 кг, 2 кг)  
Мяч малый (теннисный)  
Скакалка гимнастическая  
Палка гимнастическая  
Обруч гимнастический  
Сетка для переноса малых мячей  
Рулетка измерительная (10 м, 50 м)  
Комплект щитов баскетбольных с кольцами и сеткой Щиты баскетбольные  
навесные с кольцами и сеткой Мячи баскетбольные для мини-игры  
Сетка для переноса и хранения мячей  
Жилетки игровые с номерами  
Стойки волейбольные универсальные  
Сетка волейбольная  
Мячи волейбольные  
Мячи футбольные  
Номера на грудные  
Насос для накачивания мячей  
Аптечка медицинская  
Спортивные залы (кабинеты)  
Спортивный зал игровой  
Спортивный зал гимнастический  
Кабинет учителя  
Подсобное помещение для хранения инвентаря и оборудования  
Пришкольный стадион (площадка)  
Легкоатлетическая дорожка  
Сектор для прыжков в длину  
Игровое поле для футбола (мини-футбола)