

Муниципальное бюджетное образовательное учреждение

"Золотополенская общеобразовательная школа"

Кировского района Республики Крым

РАССМОТРЕНО на заседании МО _____ Протокол № <u>4</u> от <u>17.08</u> 2020г. Руководитель МО <u>Б</u> /Федосова И.Л./	СОГЛАСОВАНО Заместитель директора по УВР <u>Т.В. Беркетова</u> Т.В. Беркетова	УТВЕРЖДЕНО ВРИО директора МБОУ "Золотополенская ОП" <u>И.А. Давенко</u> И.А. Давенко Приказ № <u>129-09</u> от <u>17.08.2020</u>
--	--	---

Рабочая программа

по _____ физической культуре _____

(предмет)

для _____ 5-А _____

(класс)

уровень _____ базовый _____

(базовый, углубленный, профильный)

Срок реализации программы _____ 2020-2021 _____

Составитель _____ Луценко С.И.

Ответственный за реализацию программы

учитель физической культуры С.И. Луценко Луценко С.И.

с.Золотое Поле

2020 г.

Пояснительная записка.

Рабочая программа по физической культуре разработана на основе:

- Федерального государственного общеобразовательного стандарта основного общего образования, утверждённого приказом Министерства Образования Российской Федерации от 17.12. 2010 № 1897(с изменениями);
- Примерной программы по учебным предметам Физическая культура 5-9 классы. Учебное издание-М.: Просвещение, 2011;
- Авторской программы А.П.Матвеев. Физическая культура 5-9 классы. Учебное издание-М.: Просвещение, 2011

Цель программы:

- освоение учащимися 5 классов основ физкультурной деятельности с общефизической и спортивно-оздоровительной направленностью.

Цели изучения предмета :

Целью физического воспитания в школе является содействие всестороннему развитию личности посредством формирования физической культуры личности школьника. Слагаемыми физической культуры являются: крепкое здоровье, хорошее физическое развитие, оптимальный уровень двигательных способностей, знания и навыки в области физической культуры, мотивы и освоенные способы (Умения) осуществлять физкультурно-оздоровительную и спортивную деятельность.

Достижение цели физического воспитания обеспечивается решением следующих основных задач, направленных на:

- укрепление здоровья, содействие гармоническому физическому развитию;
- обучение жизненно важным двигательным умениям и навыкам;
- развитие двигательных (кондиционных и координационных) способностей;
- приобретение необходимых знаний в области физической культуры и спорта;
- воспитание потребности и умения самостоятельно заниматься физическими упражнениями, сознательно применять их в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья;
- содействие воспитанию нравственных и волевых качеств, развитие психических процессов и свойств личности.

Задачи физического воспитания учащихся 6 классов:

Решение задач физического воспитания учащихся направлено на:

- содействие всестороннему развитию личности посредством формирования физической культуры личности школьника.
- содействие гармоничному физическому развитию, закрепление навыков правильной осанки, развитие устойчивости организма к неблагоприятным условиям внешней среды, воспитание ценностных ориентации на здоровый образ жизни и привычки соблюдения личной гигиены;
- обучение основам базовых видов двигательных действий;
- дальнейшее развитие координационных (ориентирование в пространстве, перестроение двигательных действий, быстрота и точность реагирования на сигналы, согласование движений, ритм, равновесие, точность воспроизведения и дифференцирования основных параметров движений) и кондиционных (скоростно-силовых, скоростных, выносливости, силы и гибкости) способностей;
- формирование основ знаний о личной гигиене, о влиянии занятий физическими упражнениями на основные системы организма, развитие волевых и нравственных качеств;
- выработку представлений о физической культуре личности и приемах самоконтроля;
- углубление представления об основных видах спорта, соревнованиях, снарядах и инвентаре, соблюдение правил техники безопасности во время занятий, оказание первой помощи при травмах;

- воспитание привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, избранными видами спорта в свободное время;
 - выработку организаторских навыков проведения занятий в качестве командира отделения, капитана команды, судьи;
 - формирование адекватной оценки собственных физических возможностей;
 - воспитание инициативности, самостоятельности, взаимопомощи, дисциплинированности, чувства ответственности;
 - содействие развитию психических процессов и обучение основам психической саморегуляции.
- В соответствии с общеобразовательной программой рабочая программа рассчитана в 5-8 классах: 68 часов в год при двух часах в неделю, 102 часа при трёх часах в неделю.

Планируемые результаты.

Предметные результаты. Приобретаемый опыт проявляется в знаниях и способах двигательной деятельности, умениях творчески их применять при решении практических задач, связанных с организацией и проведением самостоятельных занятий физической культурой. Предметные результаты проявляются в разных областях культуры.

В области познавательной культуры: знания по истории и развитию спорта и олимпийского движения, о положительном их влиянии на укрепление мира и дружбы между народами; знание основных направлений развития физической культуры в обществе, их целей, задач и форм организации; знания о здоровом образе жизни, его связи с укреплением здоровья и профилактикой вредных привычек, о роли и месте физической культуры в организации здорового образа жизни.

В области нравственной культуры: способность проявлять инициативу и творчество при организации совместных занятий физической культурой, доброжелательное и уважительное отношение к занимающимся, независимо от особенностей их здоровья, физической и технической подготовленности; умение оказывать помощь занимающимся, при освоении новых двигательных действий, корректно объяснять и объективно оценивать технику их выполнения; способность проявлять дисциплинированность и уважительное отношение к сопернику в условиях игровой и соревновательной деятельности, соблюдать правила игры и соревнований.

В области трудовой культуры: способность преодолевать трудности, выполнять учебные задания по технической и физической подготовке в полном объеме; способность организовывать самостоятельные занятия физической культурой разной направленности, обеспечивать безопасность мест занятий, спортивного инвентаря и оборудования, спортивной одежды.

В области эстетической культуры: способность организовывать самостоятельные занятия физической культурой по формированию телосложения и правильной осанки, подбирать комплексы физических упражнений и режимы физической нагрузки в зависимости от индивидуальных особенностей физического развития; способность вести наблюдения за динамикой показателей физического развития и осанки, объективно оценивать их, соотнося с общепринятыми нормами и представлениями.

В области коммуникативной культуры: способность интересно и доступно излагать знания о физической культуре, грамотно пользоваться понятийным аппаратом; способность формулировать цели и задачи занятий физическими упражнениями, аргументировано вести диалог по основам их организации и проведения.

В области физической культуры: способность отбирать физические упражнения по их функциональной направленности, составлять из них индивидуальные комплексы для

оздоровительной гимнастики и физической подготовки; способность проводить самостоятельные занятия.

Метапредметные результаты характеризуют уровень сформированности качественных универсальных способностей, проявляющихся в активном применении знаний, умений обучающихся в познавательной и предметно-практической деятельности. Метапредметные результаты проявляются в следующих областях культуры.

В области познавательной культуры: понимание физической культуры как явления культуры, способствующего развитию целостной личности человека, сознания и мышления, физических, психических и нравственных качеств; понимание здоровья как важнейшего условия саморазвития и самореализации человека; понимание физической культуры как средства организации здорового образа жизни, профилактики вредных привычек.

В области нравственной культуры: бережное отношение к собственному здоровью и здоровью окружающих, проявление доброжелательности и отзывчивости; уважительное отношение к окружающим, проявление культуры взаимодействия, терпимости и толерантности в достижении общих целей при совместной деятельности; ответственное отношение к порученному делу, проявление осознанной дисциплинированности и готовности отстаивать собственные позиции, отвечать за результаты собственной деятельности.

В области трудовой культуры: добросовестное выполнение учебных заданий, осознанное стремление к освоению новых знаний и умений; умение организовывать места занятий и обеспечивать их безопасность; активное использование занятий физической культурой для профилактики психического и физического утомления.

В области эстетической культуры: понимание культуры движений человека, постижение жизненно важных двигательных умений в соответствии с их целесообразностью и эстетической привлекательностью; восприятие спортивного соревнования как культурно-массового зрелищного мероприятия, проявление адекватных норм поведения, неантагонистических способов общения и взаимодействия.

В области коммуникативной культуры: владение культурой речи, ведение диалога в доброжелательной и открытой форме, проявление к собеседнику внимания, интереса и уважения; владение умением вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности, находить компромиссы при принятии общих решений.

В области физической культуры: владение способами организации и проведения разнообразных форм занятий физической культурой, их планирования и содержательного наполнения; владение широким арсеналом двигательных действий и физических упражнений из базовых видов спорта и оздоровительной физической культуры, активное их использование в самостоятельно организуемой спортивно-оздоровительной и физкультурно-оздоровительной деятельности; владение способами наблюдения за показателями индивидуального здоровья, физического развития и физической подготовленности, использование этих показателей в организации и проведении самостоятельных форм занятий физической культурой.

Личностные результаты отражаются в индивидуальных качественных свойствах обучающихся:

В области познавательной культуры: владение знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности, о соответствии их возрастным и половым нормативам; владение знаниями об особенностях индивидуального здоровья и о функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний и перенапряжения средствами физической культуры; владение знаниями по организации и проведению занятий физическими упражнениями оздоровительной и тренировочной направленности.

В области нравственной культуры: способность управлять своими эмоциями, владеть культурой общения и взаимодействия в процессе занятий физическими упражнениями, игровой и соревновательной деятельности; способность активно включаться в совместные физкультурно-

оздоровительные и спортивные мероприятия, принимать участие в их организации и проведении.

В области трудовой культуры: умение планировать режим дня, обеспечивать оптимальное сочетание нагрузки и отдыха; умение проводить туристические пешие походы, готовить снаряжение, организовывать и благоустраивать места стоянок, соблюдать правила безопасности; умение содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование, спортивную одежду, осуществлять их подготовку к занятиям и спортивным соревнованиям.

В области эстетической культуры: красивая (правильная) осанка, умение ее длительно сохранять при разнообразных формах движения и передвижений; формирование потребности иметь хорошее телосложение в соответствии с принятыми нормами и представлениями; культура движения, умение передвигаться красиво, легко и непринужденно.

В области коммуникативной культуры: анализировать и творчески применять полученные знания в самостоятельных занятиях физической культурой; находить адекватные способы поведения и взаимодействия с партнёрами во время учебной и игровой деятельности.

В области физической культуры: владение навыками выполнения жизненно важных двигательных умений (ходьба, бег, прыжки, лазанья и др.) различными способами, в различных изменяющихся условиях; владение навыками выполнения физических упражнений различной функциональной направленности; умение максимально проявлять физические способности (качества) при выполнении тестовых упражнений по физической культуре.

Содержание учебного предмета

5 класс (68 часов)

Знания о физической культуре (теоретический материал)

Понятия о физической культуре.

Определения: физическая культура; спорт (спортсмен); Олимпийские игры; виды спорта (командные, индивидуальные).

История физической культуры и спорта (возникновение и развитие).

Современные Олимпийские игры.

Формы занятий физическими упражнениями:

а) урочные формы (уроки, тренировочные занятия),

б) внеурочные формы (самостоятельные занятия), малые формы (утренняя гимнастика).

Спортивная форма – одежда и обувь для теплого времени года и для холодной погоды.

Формы занятий. Подготовительная часть занятия – разминка. Основные правила зарядки.

Режим дня.

Основные способы передвижения, требования к местам занятий.

Бег. Стадион, правила бега по дорожкам, дыхание. Техника выполнения бега.

Прыжки. Сектор для прыжков, яма с песком, гимнастические маты, место для приземления.

Виды и разновидности прыжков. Общая и специальная разминка для прыжков. Фазы прыжков: подготовительная, отталкивание, полет, приземление.

Метание. Основные характеристики.

Упражнения с мячами. Игры с мячом.

Гимнастические упражнения. Правила безопасности, организация места выполнения упражнений. Гимнастические элементы (кувырки, стойки, мост). Упражнения в лазании: гимнастическая стенка. Закрепление снарядов.

Лазание. Общие правила для лазания.

Элементарные знания о строении человеческого тела.

Скелет человека. Суставы. Части рук и ног.

Мышцы. Работа мышц в разных суставах.

Осанка. Техника проверки осанки. Упражнения для формирования правильной осанки.

Внутренние органы человека. Кровеносная система. Дыхательная система. Пищеварительная система.

Мозг и нервная система. Головной мозг. Центральная нервная система. Правила сохранения здоровой нервной системы.

Правила оказания первой помощи:

- при растяжении связок и ушибах;
- при вывихах;
- при переломах;
- при кровотечении;
- при сотрясении мозга.

Профилактика травматизма.

Правила безопасности при метании.

Правила безопасности игры с мячом.

Правила безопасности при выполнении гимнастических упражнений, обеспечение страховки.

Правила поведения на водоеме.

Правила безопасности на занятиях по лыжной подготовке.

Представления о физических качествах.

Понятия о физических качествах. Развитие быстроты, силы, выносливости, гибкости, ловкости.

Определение уровня развития физических качеств. Тест на силу мышц рук и ног.

Тест для определения выносливости. Тест для определения гибкости.

Самоконтроль.

Определение нагрузки. Определение пульса.

Общеразвивающие упражнения.

Движения руками. Основные положения рук. Движения руками (сгибания, разгибания, круговые движения, повороты).

Движения ногами. Движения в тазобедренном, коленном, голеностопном суставах.

Основные положения: приседы, выпады вперед, в стороны.

Движения туловищем. Наклоны, повороты.

Прыжки: со взмахом руками; из глубокого приседа; с чередованием положений ног (врозь, вместе).

Физическое совершенствование (практический материал)

Физкультурно-оздоровительная деятельность.

Общеразвивающие упражнения для рук. Упражнения без предметов. Упражнения с предметами (мяч, палка).

Общеразвивающие упражнения для ног. Упражнения с предметами (мяч, палка).

Общеразвивающие упражнения для туловища. Наклоны с мячом в разные стороны.

Упражнения для подготовки к бегу. Круговые движения коленей. Разновидности ходьбы. Выпады. Махи. Разновидности бега.

Упражнения для подготовки к прыжкам. Круговые движения в суставах.

Приседания. Махи. Многоскоки.

Упражнения для подготовки к метаниям. Круговые движения руками (подробнее: кистями, в локтевых суставах и т.д.). Отведение рук.

Упражнения для подготовки к занятиям гимнастикой. Круговые движения ногами и руками. Разновидности ходьбы. Выпады. Махи. Упражнения для мышц шеи. Упражнения для мышц туловища.

Упражнения для подготовки к занятиям с мячом. Упражнения для кистей рук.

Спортивно-оздоровительная деятельность.

Легкая атлетика (18часов)

Бег. Общие правила для всех видов бега.

Прыжок в длину с места. Определение результатов. Техника выполнения прыжка по фазам. Прыжок в длину с разбега. Техника выполнения прыжка. Прыжок в высоту с прямого разбега. Техника выполнения прыжка. Прыжок в глубину. Техника выполнения прыжка.

Метание. Способы метания. Подводящие упражнения. Метание в цель. Метание на дальность. Метание набивного мяча. Способы: двумя руками из-за головы; от груди; двумя руками снизу вертикально вверх.

Упражнения с мячами. Подбрасывание и ловля мяча. Подбрасывание и ловля мяча с выполнением упражнений во время полета мяча.

Футбол (6 часов)

Техника передвижений, остановок, поворотов и стоек. Удары по неподвижному и катящемуся мячу различными частями стопы и подъёма, остановки мяча. Ведение мяча с изменением направления. Передача мяча с места, обманные движения без мяча. Тактика нападения и защиты.

Учебная игра. Двусторонняя игра в футбол.

Гимнастика с основами акробатики (10 часов)

Строевые упражнения

Команды: «Становись!» «Равняйся!» «Смирно!» «Вольно!»; Рапорт учителю; Повороты на месте, Расчет по порядку, Расчет по 2 и по 3; Перестроение из одной шеренги в две и три (на каждом уроке).

Комплекс ОРУ: без предметов и с предметами ходьба, бег (на каждом уроке).

Прыжки : с гимнастической скамейки, спрыгивание и запрыгивание на ограниченную площадку, преодоление прыжком боком небольшого препятствия с опорой на одну руку, прыжки через скакалку, опорный прыжок через гимнастического «Козла» (вскок в упор присев и соскок с взмахом рук).

Упражнения в равновесии: ходьба по скамейки выпадами, назад на носках, опустившись в упор стоя на коленях, повороты на гимнастической скамейки.

Акробатические упражнения – перекаты. Разновидности: группировка в положении лежа; группировка в приседе; перекат назад в группировке; перекат в сторону в группировке; перекат назад перекатом вперед – упор присев.

Кувырки. Разновидности: кувырок вперед; кувырок в сторону (перекат); кувырок назад.

Акробатические упражнения – стойки на лопатках. Разновидности: стойка на лопатках с касанием носками ног пола за головой; стойка на лопатках вертикально.

Упражнения на гимнастическом бревне. Разновидности ходьбы. Перешагивания.

Равновесие. Приседы. Повороты.

Лазание по канату. Техника выполнения. Подводящие упражнения.

Прыжки через скакалку. Подводящие упражнения и техника выполнения.

Подвижные игры

Салки. Салки с «домиком». Салки «ноги от земли». «Море волнуется». «Два мороза». «Я знаю...». Выбивалы (игра с мячом). «Мяч в воздухе». «Удочка» (игра со скакалкой). «Зеркало» (игра со скакалкой). Нагонялы (игра со скакалкой). Слалом.

Баскетбол (10 часов)

Стойка игрока: перемещение в стойки приставными шагами боком, лицом и спиной вперед; остановка двумя шагами и прыжком; повороты без мяча и с мячом; комбинация из основных элементов техники передвижений (перемещение в стойке, остановка, поворот, ускорение). Ловля и передача мяча двумя руками от груди, из-за головы и от плеча на месте и в

движении. Ведение мяча на месте и в движении с изменением направления движения и скорости. Штрафной бросок двумя руками с места от груди без сопротивления противника. Вырывание и выбивание мяча. «Стритбол» Технические действия без мяча и с мячом, тактические действия с мячом по упрощенным правилам, правила игры.

Волейбол (14 часов)

Стойка игрока, перемещение в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперед; ходьба и бег; выполнение заданий (сесть на пол, встать, подпрыгнуть и др.).

Передача мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения вперед; передача мяча над собой. Прием мяча снизу двумя руками на месте и после перемещения вперед. Нижняя прямая подача мяча с расстояния 3-6 метров. Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнером. Комбинация из основных элементов (приема, передачи, удара). Комбинация из основных элементов техники перемещений и владения мяча. Тактика свободного нападения. Позиционное нападение без изменения позиции игроков. Игра по упрощенным правилам 6:6, 2:2, 3:3, 4:4, 5:5. И на укороченных площадках. Технические действия без мяча и с мячом, тактические действия с мячом по упрощенным правилам игры, Подводящая игра «Пионербол»- разучить и играть по правилам.

Кроссовая подготовка (10 часов)

Чередование ходьбы и бега до 10 минут; равномерный бег до 17 минут; бег со сменой лидера.

Спортивные и подвижные игры для развития выносливости.

Основные методы работы на уроке:

- словесный;
- наглядный;
- игровой и соревновательный;
- совершенствование двигательных действий и воспитание физических качеств;
- расчленено–конструктивного упражнения (разучивания упражнений);
- целостно – конструктивного упражнения;
- сопряжённого воздействия;
- стандартного и переменного упражнения.

Тематическое планирование

№	Разделы	Кол-во часов
1.	Лёгкая атлетика	18
2.	Футбол	6
3.	Баскетбол	10
4.	Гимнастика с основами акробатики	10
5.	Волейбол	14
6.	Кроссовая подготовка	10
	ИТОГО	68

КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Дата		Наименование разделов и тем	Кол-во часов	Формы текущего контроля
	План	Факт			
			Раздел 1 Легкая атлетика	10	
1	01.09		Техника безопасности на уроках легкой атлетики.	1	текущий
2	02.09		Бег с низкого старта.	1	текущий
3	08.09		Бег с ускорением 30 метров.	1	Учет бега 30 метров
4	09.09		Бег с ускорением 60 метров.	1	Учет бега 60 метров
5	15.09		Прыжки в длину с места. Эстафетный бег.	1	Учет прыжков с места
6	16.09		Упражнения для развития координации и точности движений. Прыжки в длину с места.	1	текущий
7	22.09		Упражнения для развития глазомера. Метание мяча в цель.	1	Учет метания мяча
8	23.09		Челночный бег 3х10 метров. Развитие выносливости.	1	текущий
9	29.09		Челночный бег 3х10 метров. Развитие выносливости	1	Учет челночного бега
10	30.09		Бег 1000 м. Подвижные игры.	1	Учет бега 1000 метров
			Раздел 2. Футбол	6	
11	06.10		Техника безопасности на уроках по футболу. Правила игры.	1	текущий
12	07.10		Стойки и перемещения футболиста. Удары по мячу. Учебная игра.	1	текущий
13	13.10		Удары по мячу. Остановки мяча. Учебная игра.	1	текущий
14	14.10		Передача мяча с места. Обманные движения без мяча. Учебная игра.	1	текущий

15	20.10		Ведение мяча. Игра по упрощенным правилам.	1	текущий
16	21.10		Ударов по мячу на точность.	1	учет
			Раздел 3.Гимнастика с основами акробатики	10	
17	27.10		Техника безопасности на уроках по гимнастике. Подтягивание.	1	текущий
18	28.10		Строевые упражнения. Прыжки через скакалку.	1	ткущий
19	10.11		Строевые упражнения. Подтягивание, пресс.	1	Учет пресс
20	11.11		Строевые упражнения. Акробатика..Гибкость.	1	текущий
21	17.11		Строевые упражнения. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа.	1	текущий
22	18.11		Строевые упражнения. Акробатика. Гибкость.	1	Учет кувырков и гибкости
23	24.11		Строевые упражнения. Упражнения на перекладине.	1	текущий
24	25.11		Строевые упражнения. Акробатика. Подтягивание.	1	Учет перекладина
25	01.12		Строевые упражнения. Акробатика.	1	текущий
26	02.12		Строевые упражнения. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа.	1	Учет сгиб. и разг. рук в упоре лежа
			Раздел 4.Баскетбол	10	
27	08.12		Техника безопасности на уроках по баскетболу. Правила игры.	1	текущий
28	09.12		Ловля и передача двумя руками от груди. Эстафеты.	1	текущий
29	15.12		Передачи мяча в парах. Учебная игра.	1	текущий
30	16.12		Передачи мяча в парах, бросок в корзину. Учебная игра.	1	текущий
31	22.12		Передача и ловля мяча. Учебная игра.	1	учет
32	23.12		Ведение мяча. Учебная игра.	1	текущий
33	29.12		Ведение мяча. « змейкой». Учебная игра..	1	текущий

34	30.12		Броски мяча с расстояния 5-6 метров. Эстафеты. Учебная игра.	1	текущий
35	12.01		Броски мяча двумя руками от груди. Учебная игра.	1	учет
36	13.01		Броски с различных дистанций. Учебная игра.	1	текущий
			Раздел 5. Волейбол	14	
37	19.01		Техника безопасности на уроках по волейболу. Правила игры.	1	текущий
38	20.01		Стойка игрока. Передача и прием мяча. Учебная игра.	1	текущий
39	26.01		Передача и прием мяча сверху и снизу. Учебная игра.	1	текущий
40	27.01		Передачи мяча над собой. Учебная игра.	1	текущий
41	02.02		Нижняя прямая подача. Учебная игра.	1	текущий
42	03.02		Отработка нижней подачи .Учет подачи.	1	учет
43	09.02		Верхняя передача в парах. Учебная игра.	1	текущий
44	10.02		Нижняя передача в парах. Учебная игра.	1	текущий
45	16.02		Передача и прием мяча. Учебная игра.	1	текущий
46	17.02		Передача мяча двумя руками сверху в парах. Учебная игра.	1	учет
47	24.02		Закрепление нижней и боковой подачи. Учебная игра.	1	текущий
48	02.03		Учет нижней и боковой подачи. Учебная игра.	1	учет
49	03.03		Передача мяча сверху и снизу. Учебная игра.	1	текущий
50	09.03		Закрепление изученного. Игра в волейбол.	1	текущий
			Раздел 6. Кроссовая подготовка	10	
51	10.03		Техника безопасности на уроках по бегу. Подвижные игры.	1	текущий
52	16.03		Чередование ходьбы и бега 10 мин. Подвижные игры.	1	текущий
53	17.03		Чередование ходьбы и бега 10 мин. Подвижные игры.	1	текущий

54	30.03		Чередование ходьбы и бега 12 мин. Подвижные игры.	1	учет
55	31.03		Равномерный бег 12 мин. Подвижные игры.	1	текущий
56	06.04		Равномерный бег 12 мин. Подвижные игры.	1	текущий
57	07.04		Равномерный бег 13 минут. Спортивные игры.	1	учет
58	13.04		Равномерный бег 13 мин. Подвижные игры.	1	текущий
59	14.04		Равномерный бег 13 мин. Спортивные игры.	1	текущий
60	20.04		Равномерный бег 1000 метров. Спортивные игры.	1	текущий
			Легкая атлетика	8	
61	21.04		Техника безопасности на уроках легкой атлетики.	1	текущий
62	27.04		Бег 30 метров. Метание мяча.	1	Учет бег 30 метров.
63	28.04		Бег с низкого старта. Метание мяча в цель.	1	Учет метания
64	04.05		Бег 60 метров. Прыжки в высоту.	1	Учет бег 60 метров.
65	05.05		Прыжки в длину с места. Прыжки в высоту.	1	Учет прыжки в длину
66	11.05		Прыжки в высоту. Челночный бег 3х10 метров.	1	текущий
67	12.05		Бег 1000 метров. Подвижные игры.	1	Учет бега 1000 метров.
68	18.05		Итоговый урок. Выставление оценок.	1	текущий

АННОТАЦИЯ

к рабочей программе учебного предмета «Физическая культура» 5,7,8,9 классы.

Рабочая программа (РП) учебного предмета «Физическая культура» составлена в соответствии с Федеральным государственным общеобразовательным стандартом основного общего образования (Приказа Минобрнауки России от 17 декабря 2010 г. N 1897"Об утверждении и введении в действие федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования"), примерной программы по учебным предметам Физическая культура 5-9 классы, учебное издание-М.: Просвещение, 2011; авторской программы А.П.Матвеева «Физическая культура 5-9 классы», рекомендованной Министерством образования и науки РФ.

Для реализации рабочей программы используются учебники:

-А.П. Матвеев. Физическая культура. 6-7 классы- 3изд.-М.: «Просвещение» 2014;

-А.П. Матвеев. Физическая культура. 8-9 классы- 2изд.-М.: «Просвещение» 2014;

Срок реализации РП -2019/20уч. год, Программа рассчитана на 68 часов в каждом классе, 2 часа в неделю.

