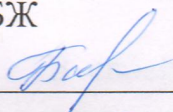


МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

МБОУ Глубокинская СОШ №32

РАССМОТРЕНО

На заседании учителей
физической культуры и
ОБЖ

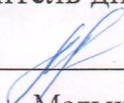


Башмакова А.И.

Протокол №1 от «28»
августа 2023 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора



Мельникова Н.И.

Протокол ПС №1 от «28»
августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор



Е.В.Шамраева

Приказ №111 от «28»
августа 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

(ID 3410113)

учебного предмета «Физическая культура»

для обучающихся 5 – 7 классов

П.Глубокий

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа по физической культуре представляет собой методически оформленную конкретизацию требований ФГОС ООО и раскрывает их реализацию через конкретное предметное содержание.

При создании программы по физической культуре 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 своей социально-ценностной ориентации программа по физической культуре рассматривается как средство подготовки обучающихся к предстоящей жизнедеятельности, укрепления их здоровья, повышения функциональных и адаптивных возможностей систем организма, развития жизненно важных физических качеств. Программа по физической культуре обеспечивает преемственность с федеральными рабочими программами начального общего и среднего общего образования.

Основной целью программы 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 по физической культуре 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 по физической культуре определяется вектором развития физических качеств и функциональных возможностей организма, 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, возможности познания своих физических способностей и их целенаправленного развития.

Воспитывающее значение программы по физической культуре 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 по физической культуре 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 «Физическая культура», придания ей личностно значимого смысла, содержание программы по физической культуре 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. Инвариантные модули в своём предметном содержании ориентируются на всестороннюю физическую подготовленность обучающихся, освоение ими технических действий и физических упражнений, содействующих обогащению двигательного опыта.

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

Модуль «Спорт» может разрабатываться учителями физической культуры на основе содержания базовой физической подготовки, национальных видов спорта, современных оздоровительных систем. В рамках данного модуля представлено примерное содержание «Базовой физической подготовки».

Содержание программы по физической культуре представлено по годам обучения, 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.

Общее число часов, рекомендованных для изучения физической культуры на уровне основного общего образования, – 203 часа: в 5 классе – 70 часов (2 часа в неделю), в 6 классе – 67 часов (2 часа в неделю), в 7 классе – 66 часа (2 часа в неделю). На модульный блок «Базовая физическая подготовка» отводится 90 часов из общего числа (1 час в неделю в каждом классе).

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

5 КЛАСС

Знания о физической культуре.

Физическая культура на уровне основного общего образования: задачи, содержание и формы организации занятий. Система дополнительного обучения физической культуре, организация спортивной работы в общеобразовательной организации.

Физическая культура и здоровый образ жизни: характеристика основных форм занятий физической культурой, их связь с укреплением здоровья, организацией отдыха и досуга.

Исторические сведения об Олимпийских играх Древней Греции, характеристика их содержания и правил спортивной борьбы. Расцвет и завершение истории Олимпийских игр древности.

Способы самостоятельной деятельности.

Режим дня и его значение для обучающихся, связь с умственной работоспособностью. Составление индивидуального режима дня, определение основных индивидуальных видов деятельности, их временных диапазонов и последовательности в выполнении.

Физическое развитие человека, его показатели и способы измерения. Осанка как показатель физического развития, правила предупреждения её нарушений в условиях учебной и бытовой деятельности. Способы измерения и оценивания осанки. Составление комплексов физических упражнений с коррекционной направленностью и правил их самостоятельного проведения.

Проведение самостоятельных занятий физическими упражнениями на открытых площадках и в домашних условиях, подготовка мест занятий, выбор одежды и обуви, предупреждение травматизма.

Оценивание состояния организма в покое и после физической нагрузки в процессе самостоятельных занятий физической культуры и спортом.

Составление дневника физической культуры.

Физическое совершенствование.

Физкультурно-оздоровительная деятельность.

Роль и значение физкультурно-оздоровительной деятельности в здоровом образе жизни современного человека. Упражнения утренней зарядки и физкультминуток, дыхательной и зрительной гимнастики в процессе учебных занятий, закаливающие процедуры после занятий утренней зарядкой. Упражнения на развитие гибкости и подвижности суставов, развитие координации; формирование телосложения с использованием внешних отягощений.

Спортивно-оздоровительная деятельность.

Роль и значение спортивно-оздоровительной деятельности в здоровом образе жизни современного человека.

Модуль «Гимнастика».

Кувырки вперёд и назад в группировке, кувырки вперёд ноги «скрестно», кувырки назад из стойки на лопатках (мальчики). Опорные прыжки через гимнастического козла ноги врозь (мальчики), опорные прыжки на гимнастического козла с последующим спрыгиванием (девочки).

Упражнения на низком гимнастическом бревне: передвижение ходьбой с поворотами кругом и на 90°, лёгкие подпрыгивания, подпрыгивания толчком двумя ногами, передвижение приставным шагом (девочки). Упражнения на гимнастической лестнице: перелезание приставным шагом правым и левым боком, лазанье разноимённым способом по диагонали и одноимённым способом вверх. Расхождение на гимнастической скамейке правым и левым боком способом «удерживая за плечи».

Модуль «Лёгкая атлетика».

Бег на длинные дистанции с равномерной скоростью передвижения с высокого старта, бег на короткие дистанции с максимальной скоростью передвижения. Прыжки в длину с разбега способом «согнув ноги», прыжки в высоту с прямого разбега.

Метание малого мяча с места в вертикальную неподвижную мишень, метание малого мяча на дальность с трёх шагов разбега.

Модуль «Зимние виды спорта».

Передвижение на лыжах попеременным двухшажным ходом, повороты на лыжах переступанием на месте и в движении по учебной дистанции, подъём по пологому склону способом «лесенка» и спуск в основной стойке, преодоление небольших бугров и впадин при спуске с пологого склона.

Модуль «Спортивные игры».

Баскетбол. Передача мяча двумя руками от груди, на месте и в движении, ведение мяча на месте и в движении «по прямой», «по кругу» и «змейкой», бросок мяча в корзину двумя руками от груди с места, ранее разученные технические действия с мячом.

Волейбол. Прямая нижняя подача мяча, приём и передача мяча двумя руками снизу и сверху на месте и в движении, ранее разученные технические действия с мячом.

Футбол. Удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы с небольшого разбега, остановка катящегося мяча способом «наступания», ведение мяча «по прямой», «по кругу» и «змейкой», обводка мячом ориентиров (конусов).

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.

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 (девочки).

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

Гимнастические комбинации на низком гимнастическом бревне с использованием стилизованных общеразвивающих и сложно-координированных упражнений, передвижений шагом и лёгким бегом, поворотами с разнообразными движениями рук и ног, удержанием статических поз (девочки).

Упражнения на невысокой гимнастической перекладине: висы, упор ноги врозь, перемах вперёд и обратно (мальчики).

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: прыжок в высоту с разбега способом «перешагивание», 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 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.

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.

7 КЛАСС

Знания о физической культуре.

Зарождение олимпийского движения в дореволюционной России, роль А.Д. Бутовского в развитии отечественной системы физического воспитания и спорта. Олимпийское движение в СССР и современной России, характеристика основных этапов развития. Выдающиеся советские и российские олимпийцы.

Влияние занятий физической культурой и спортом на воспитание положительных качеств личности современного человека.

Способы самостоятельной деятельности.

Правила техники безопасности и гигиены мест занятий в процессе выполнения физических упражнений на открытых площадках. Ведение дневника по физической культуре.

Техническая подготовка и её значение для человека, основные правила технической подготовки. Двигательные действия как основа технической подготовки, понятие двигательного умения и двигательного навыка. Способы оценивания техники двигательных действий и организация процедуры оценивания. Ошибки при разучивании техники выполнения двигательных действий, причины и способы их предупреждения при самостоятельных занятиях технической подготовкой.

Планирование самостоятельных занятий технической подготовкой на учебный год и учебную четверть. Составление плана учебного занятия по самостоятельной технической подготовке. Способы оценивания оздоровительного эффекта занятий физической культурой с помощью «индекса Кетле», «ортостатической пробы», «функциональной пробы со стандартной нагрузкой».

Физическое совершенствование.

Физкультурно-оздоровительная деятельность.

Оздоровительные комплексы для самостоятельных занятий с добавлением ранее разученных упражнений: для коррекции телосложения и профилактики нарушения осанки, дыхательной и зрительной гимнастики в режиме учебного дня.

Спортивно-оздоровительная деятельность.

Модуль «Гимнастика».

Акробатические комбинации из ранее разученных упражнений с добавлением упражнений ритмической гимнастики (девочки). Простейшие акробатические пирамиды в парах и тройках (девочки). Стойка на голове с

опорой на руки, акробатическая комбинация из разученных упражнений в равновесии, стойках, кувырках (мальчики).

Комплекс упражнений степ-аэробики, включающий упражнения в ходьбе, прыжках, спрыгивании и запрыгивании с поворотами разведением рук и ног, выполняемых в среднем и высоком темпе (девочки).

Комбинация на гимнастическом бревне из ранее разученных упражнений с добавлением упражнений на статическое и динамическое равновесие (девочки). Комбинация на низкой гимнастической перекладине из ранее разученных упражнений в висах, упорах, переворотах (мальчики). Лазанье по канату в два приёма (мальчики).

Модуль «Лёгкая атлетика».

Бег с преодолением препятствий способами «наступление» и «прыжковый бег», эстафетный бег. Ранее освоенные беговые упражнения с увеличением скорости передвижения и продолжительности выполнения, прыжки с разбега в длину способом «согнув ноги» и в высоту способом «перешагивание».

Метание малого (теннисного) мяча по движущейся (катящейся) с разной скоростью мишени.

Модуль «Зимние виды спорта».

Торможение и поворот на лыжах упором при спуске с пологого склона, переход с передвижения попеременным двухшажным ходом на передвижение

одновременным одношажным ходом и обратно во время прохождения учебной дистанции, спуски и подъёмы ранее освоенными способами.

Модуль «Спортивные игры».

Баскетбол. Передача и ловля мяча после отскока от пола, бросок в корзину двумя руками снизу и от груди после ведения. Игровая деятельность по правилам с использованием ранее разученных технических приёмов без мяча и с мячом: ведение, приёмы и передачи, броски в корзину.

Волейбол. Верхняя прямая подача мяча в разные зоны площадки соперника, передача мяча через сетку двумя руками сверху и перевод мяча за голову. Игровая деятельность по правилам с использованием ранее разученных технических приёмов.

Футбол. Средние и длинные передачи мяча по прямой и диагонали, тактические действия при выполнении углового удара и вбрасывании мяча из-за боковой линии. Игровая деятельность по правилам с использованием ранее разученных технических приёмов.

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.

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

5 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
Раздел 1. Знания о физической культуре					
1.1	Знания о физической культуре	3	1		https://resh.edu.ru/subject/9/1
Итого по разделу		3			
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности					
2.1	Способы самостоятельной деятельности	5			https://resh.edu.ru/subject/9/1
Итого по разделу		5			
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ					
Раздел 1. Физкультурно-оздоровительная деятельность					
1.1	Физкультурно-оздоровительная деятельность	6	1		https://resh.edu.ru/subject/9/1
Итого по разделу		6			
Раздел 2. Спортивно-оздоровительная деятельность					
2.1	Гимнастика (модуль "Гимнастика")	8	1		https://resh.edu.ru/subject/9/1
2.2	Лёгкая атлетика (модуль "Легкая атлетика")	8			https://resh.edu.ru/subject/9/1
2.3	Зимние виды спорта (модуль "Зимние	2			https://resh.edu.ru/subject/9/1

	виды спорта")				
2.4	Спортивные игры. Баскетбол (модуль "Спортивные игры")	6			https://resh.edu.ru/subject/9/1
2.5	Спортивные игры. Волейбол (модуль "Спортивные игры")	4			https://resh.edu.ru/subject/9/1
2.6	Спортивные игры. Футбол (модуль "Спортивные игры")	4			https://resh.edu.ru/subject/9/1
2.7	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО (модуль "Спорт")	10	1		https://resh.edu.ru/subject/9/1
Итого по разделу		24			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		70	0	0	

6 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
Раздел 1. Знания о физической культуре					
1.1	Знания о физической культуре	3	1		https://resh.edu.ru/subject/9/1
Итого по разделу		3			
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности					
2.1	Способы самостоятельной деятельности	5			https://resh.edu.ru/subject/9/1
Итого по разделу		5			
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ					
Раздел 1. Физкультурно-оздоровительная деятельность					
1.1	Физкультурно-оздоровительная деятельность	3	1		https://resh.edu.ru/subject/9/1
Итого по разделу		3			
Раздел 2. Спортивно-оздоровительная деятельность					
2.1	Гимнастика (модуль "Гимнастика")	14	1		https://resh.edu.ru/subject/9/1
2.2	Лёгкая атлетика (модуль "Легкая атлетика")	10			https://resh.edu.ru/subject/9/1
2.3	Зимние виды спорта (модуль "Зимние виды спорта")	2			https://resh.edu.ru/subject/9/1
2.4	Спортивные игры. Баскетбол (модуль	7			https://resh.edu.ru/subject/9/1

	"Спортивные игры")				
2.5	Спортивные игры. Волейбол (модуль "Спортивные игры")	8			https://resh.edu.ru/subject/9/1
2.6	Спортивные игры. Футбол (модуль "Спортивные игры")	8			https://resh.edu.ru/subject/9/1
2.7	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО (модуль "Спорт")	7	1		https://resh.edu.ru/subject/9/1
Итого по разделу		56			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		67	0	0	

7 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
Раздел 1. Знания о физической культуре					
1.1	Знания о физической культуре	3	1		https://resh.edu.ru/subject/9/1
Итого по разделу		3			
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности					
2.1	Способы самостоятельной деятельности	5			https://resh.edu.ru/subject/9/1
Итого по разделу		5			
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ					
Раздел 1. Физкультурно-оздоровительная деятельность					
1.1	Физкультурно-оздоровительная деятельность	3	1		https://resh.edu.ru/subject/9/1
Итого по разделу		3			
Раздел 2. Спортивно-оздоровительная деятельность					
2.1	Гимнастика (модуль "Гимнастика")	12	1		https://resh.edu.ru/subject/9/1
2.2	Лёгкая атлетика (модуль "Легкая атлетика")	10			https://resh.edu.ru/subject/9/1
2.3	Зимние виды спорта (модуль "Зимние виды спорта")	2			https://resh.edu.ru/subject/9/1
2.4	Спортивные игры. Баскетбол (модуль	7			https://resh.edu.ru/subject/9/1

	"Спортивные игры")				
2.5	Спортивные игры. Волейбол (модуль "Спортивные игры")	8			https://resh.edu.ru/subject/9/1
2.6	Спортивные игры. Футбол (модуль "Спортивные игры")	8			https://resh.edu.ru/subject/9/1
2.7	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО (модуль "Спорт")	8	1		https://resh.edu.ru/subject/9/1
Итого по разделу		55			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		66	0	0	

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
5 КЛАСС

Козырева О.А.

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1	Физическая культура в основной школе	1			06.09.2023 5 а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
2	Физическая культура и здоровый образ жизни человека	1			07.09.2023 5 а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
3	Олимпийские игры древности	1			13.09.2023 5 а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
4	Режим дня	1			14.09.2023 5а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
5	Наблюдение за физическим развитием	1			20.09.2023 5а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
6	Организация и проведение самостоятельных занятий	1			21.09.2023 5а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
7	Определение состояния организма	1			27.09.2023 5а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
8	Составление дневника по физической культуре	1			28.09.2023 5 а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
9	Упражнения утренней зарядки	1			04.10.2023 5 а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
10	Оздоровительные мероприятия в режиме учебной деятельности	1			05.10.2023 5 а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1

11	Оздоровительные мероприятия в режиме учебной деятельности	1			11.10.2023 5 а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
12	Упражнения на развитие гибкости	1			12.10.2023 5 а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
13	Упражнения на развитие координации	1			18.10.2023 5 а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
14	Упражнения на формирование телосложения	1	1		19.10.2023 5 а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
15	Кувырок вперёд и назад в группировке	1			25.10.2023 5 а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
16	Кувырок вперёд ноги «скрестно»	1			26.10.2023 5 а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
17	Кувырок назад из стойки на лопатках	1			01.11.2023 5 а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
18	Опорные прыжки	1			02.11.2023 5 а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
19	Опорные прыжки	1			08.11.2023 5 а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
20	Упражнения на низком гимнастическом бревне	1			09.11.2023 5 а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
21	Упражнения на гимнастической лестнице	1			15.11.2023 5 а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
22	Упражнения на гимнастической скамейке	1			16.11.2023 5 а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
23	Бег на длинные дистанции	1			22.11.2023 5 а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
24	Бег на длинные дистанции	1			23.11.2023 5 а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1

25	Бег на короткие дистанции	1			29.11.2023 5 а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
26	Бег на короткие дистанции	1			30.11.2023 5 а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
27	Прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги»	1			06.12.2023 5 а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
28	Прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги»	1			07.12.2023 5 а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
29	Метание малого мяча в неподвижную мишень	1			13.12.2023 5 а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
30	Метание малого мяча на дальность	1			14.12.2023 5 а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
31	ТеорияПередвижение на лыжах попеременным двухшажным ходом .	1			20.12.2023 5 а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
32	Теория.Передвижение на лыжах попеременным двухшажным ходом	1	1		21.12.2023 5 а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
33	Техника ловли мяча	1			27.12.2023 5 а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
34	Техника ловли мяча	1			28.12.2023 5 а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
35	Ведение мяча в движении	1			10.01.2024 5 а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
36	Бросок баскетбольного мяча в корзину двумя руками от груди с места	1			11.01.2024 5 а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
37	Технические действия с мячом	1			17.01.2024 5 а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
38	Прямая нижняя подача мяча	1			18.01.2024 5 а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1

39	Приём и передача мяча сверху	1			24.01.2024 5а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
40	Приём и передача мяча сверху	1			25.01.2024 5 а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
41	Технические действия с мячом	1			31.01.2024 5 а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
42	Удар по мячу внутренней стороной стопы	1			01.02.2024 5 а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
43	Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы	1			07.02.2024 5 а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
44	Ведение футбольного мяча «по прямой»	1			08.02.2024 5 а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
45	Ведение футбольного мяча «по кругу»	1			14.02.2024 5 а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
46	Ведение футбольного мяча «змейкой»	1			15.02.2024 5 а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
47	Обводка мячом ориентиров	1			21.02.2024 5 а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
48	История ВФСК ГТО и ГТО в наши дни. Правила выполнения спортивных нормативов 3 ступени. Физическая подготовка	1			22.02.2024 5 а.б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
49	Правила ТБ на уроках при подготовке к ГТО. ЗОЖ. Первая помощь при травмах	1			28.02.2024 5 а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
50	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 30м. Эстафеты	1			29.02.2024 5 а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1

51	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 1000м	1			06.03.2024 5 а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
52	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Кросс на 2 км. Подводящие упражнения	1			07.03.2024 5а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
53	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на лыжах 1 км. Эстафеты	1			13.03.2024 5 а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
54	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на лыжах 1 км. Эстафеты	1	1		14.03.2024 5 а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
55	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты	1			20.03.2024 5 а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
56	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты	1			21.03.2024 5 а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
57	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1			03.04.2024 5 а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
58	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Прыжок в	1			04.04.2024 5 а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1

	длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты					
59	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1			10.04.2024 5 а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
60	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1			11.04.2024 5 а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
61	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Метание мяча весом 150г. Подвижные игры	1			17.04.2024 5 а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
62	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Метание мяча весом 150г. Подвижные игры	1			18.04.2024 5 а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
63	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Челночный бег 3*10м. Эстафеты	1			24.04.2024 5а ,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
64	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Плавание 50м. Подвижные игры	1			25.04.2024 5 а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
65	Летний фестиваль ГТО. (сдача норм ГТО с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 3 ступени	1			02.05.2024 5 а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
66	Летний фестиваль ГТО. (сдача норм ГТО с соблюдением правил и техники	1			08.05.2024 5 а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1

	выполнения испытаний (тестов) 3 ступени					
67	Зимний фестиваль ГТО. (сдача норм ГТО с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 3 ступени	1			15.05.2024 5 а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
68	Зимний фестиваль ГТО. (сдача норм ГТО с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 3 ступени	1	1		16.05.2024 5а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
69	Зимний фестиваль ГТО. (сдача норм ГТО с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 3 ступени				22.05.2024 5 а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
70	Зимний фестиваль ГТО. (сдача норм ГТО с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 3 ступени				24.05.2024 5 а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		70	0	0		

6 КЛАСС**Башмакова А.И.**

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1	Возрождение Олимпийских игр	1			04.09.2023 6 а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
2	Символика и ритуалы Олимпийских игр	1			07.09.2023 6 а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
3	История первых Олимпийских игр современности	1			11.09.2023 6 а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
4	Составление дневника физической культуры	1			14.09.2023 6 а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
5	Физическая подготовка человека	1			18.09.2023 6 а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
6	Основные показатели физической нагрузки	1			21.09.2023 6 а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
7	Составление плана самостоятельных занятий физической подготовкой	1			25.09.2023 6 а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
8	Закаливающие процедуры с помощью воздушных и солнечных ванн, купания в естественных водоёмах	1			28.09.2023 6 а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
9	Упражнения для коррекции телосложения	1			02.10.2023 6 а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
10	Упражнения для профилактики нарушения зрения	1			05.10.2023 6 а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
11	Упражнения для профилактики	1			09.10.2023	https://resh.edu.ru/subject/9/1

	нарушений осанки				6 а,б	
12	Акробатические комбинации	1			12.10.2023 6 а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
13	Акробатические комбинации	1			16.10.2023 6 а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
14	Опорные прыжки через гимнастического козла	1	1		19.10.2023 6 а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
15	Опорные прыжки через гимнастического козла	1			23.10.2023 6 а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
16	Опорные прыжки через гимнастического козла	1			26.10.2023 6 а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
17	Упражнения на низком гимнастическом бревне	1			09.11.2023 6 а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
18	Упражнения на низком гимнастическом бревне	1			13.11.2023 6а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
19	Упражнения на невысокой гимнастической перекладине	1			16.11.2023 6а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
20	Упражнения на невысокой гимнастической перекладине	1			20.11.2023 6 а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
21	Лазание по канату в три приема	1			23.11.2023 6 а, б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
22	Лазание по канату в три приема	1			27.11.2023 6 а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
23	Упражнения ритмической гимнастики	1			30.11.2023 6 а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
24	Упражнения ритмической гимнастики	1			04.12.2023 6 а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1

25	Упражнения ритмической гимнастики	1			07.12.2023 6 а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
26	Старт с опорой на одну руку с последующим ускорением	1			11.12.2023 6 а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
27	Старт с опорой на одну руку с последующим ускорением	1			14.12.2023 6 а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
28	Спринтерский бег	1	1		18.12.2023 6 а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
29	Спринтерский бег	1			21.12.2023 6 а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
30	Гладкий равномерный бег	1			25.12.2023 6 а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
31	Гладкий равномерный бег	1			28.12.2023 6 а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
32	Прыжковые упражнения: прыжок в высоту с разбега способом «перешагивание»	1			11.01.2024 6а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
33	Прыжковые упражнения в длину и высоту	1			15.01.2024 6 а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
34	Метание малого мяча по движущейся мишени	1			18.01.2024 6а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
35	Теория.Передвижение одновременным одношажным ходом	1			22.01.2024 6 а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
36	Теория.Передвижение одновременным одношажным ходом	1			25.01.2024 6 а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
37	Передвижение в стойке баскетболиста	1			29.01.2024 6 а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
38	Передвижение в стойке баскетболиста	1			01.02.2024	https://resh.edu.ru/subject/9/1

					6 а,б	
39	Упражнения в ведении мяча	1			05.02.2024 6 а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
40	Упражнения в ведении мяча	1			08.02.2024 6 а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
41	Упражнения на передачу и броски мяча	1			12.02.2024 6 а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
42	Игровая деятельность с использованием технических приёмов	1			15.02.2024 6 а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
43	Игровая деятельность с использованием технических приёмов	1			19.02.2024 6 а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
44	Передача мяча двумя руками снизу в разные зоны площадки	1			22.02.2024 6 а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
45	Игровая деятельность с использованием технических приёмов в подаче мяча	1			26.02.2024 6а ,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
46	Игровая деятельность с использованием технических приёмов передачи мяча снизу и сверху	1			29.02.2024 6а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
47	Удар по катящемуся мячу с разбега	1			04.03.2024 6 а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
48	Удар по катящемуся мячу с разбега	1			07.03.2024 6а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
49	Игровая деятельность с использованием технических приёмов остановки мяча	1	1		11.03.2024 6а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
50	Игровая деятельность с использованием технических приёмов	1			14.03.2024 6 а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1

	обводки					
51	История ВФСК ГТО и ГТО в наши дни. Правила выполнения спортивных нормативов 3-4 ступени. Правила ТБ. Первая помощь при травмах	1			18.03.2024 6а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
52	История ВФСК ГТО и ГТО в наши дни. Правила выполнения спортивных нормативов 3-4 ступени. Правила ТБ. Первая помощь при травмах	1			21.03.2024 6а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
53	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 30м и 60м. Эстафеты	1			01.04.2024 6а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
54	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 1000м и 1500м	1			04.04.2024 6 а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
55	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Кросс на 2 км и 3 км. Подводящие упражнения	1			08.04.2024 6 а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
56	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на лыжах 1 км или 2 км. Эстафеты	1			11.04.2024 6а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
57	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из вися на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу. Эстафеты	1			15.04.2024 6а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
58	Правила и техника выполнения	1			18.04.2024 6 а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1

	норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см. Эстафеты					
59	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1			22.04.2024 6 а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
60	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье. Подвижные игры	1			25.04.2024 6 а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
61	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Прыжок в длину с места толчком двумя ногами. Эстафеты	1			27.04.2024 6а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
62	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Поднимание туловища из положения лежа на спине. Подвижные игры	1			02.05.2024 6а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
63	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Метание мяча весом 150г. Подвижные игры	1			13.05.2024 6а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
64	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Стрельба (пневматика или электронное)	1			16.05.2024 6а ,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1
65	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Стрельба	1			20.05.2024 6 а,б	https://resh.edu.ru/subject/9/1

	(пневматика или электронное)					
66	Фестиваль ГТО «Все́м классом сдадим ГТО». (сдача норм ГТО с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 3-4 ступени	1	1			https://resh.edu.ru/subject/9/1
67	Фестиваль ГТО «Все́м классом сдадим ГТО». (сдача норм ГТО с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 3-4 ступени					https://resh.edu.ru/subject/9/1
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		67	0	0		

7 КЛАСС**Башмакова А.И.****Козырева О.А.**

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1	Истоки развития олимпизма в России	1			01.09.2023 7 а,б,в	https://resh.edu.ru/subject/9/1
2	Олимпийское движение в СССР и современной России	1			04.09.2023 7 а,б,в	
3	Воспитание качеств личности на занятиях физической культурой и спортом	1			08.09.2023 7 а,б,в	https://resh.edu.ru/subject/9/1
4	Соблюдение правил техники безопасности и гигиены мест занятий физическими упражнениями	1			11.09.2023 7 а,б,в	https://resh.edu.ru/subject/9/1
5	Тактическая подготовка	1			15.09.2023 7 а,б,в	https://resh.edu.ru/subject/9/1
6	Способы и процедуры оценивания техники двигательных действий	1			18.09.2023 7 а,б,в	https://resh.edu.ru/subject/9/1
7	Планирование занятий технической подготовкой	1			22.09.2023 7 а,б,в	https://resh.edu.ru/subject/9/1
8	Оценивание оздоровительного эффекта занятий физической культурой	1			25.09.2023 7 а,б,в	https://resh.edu.ru/subject/9/1
9	Упражнения для коррекции	1			29.09.2023	https://resh.edu.ru/subject/9/1

	телосложения				7 а,б,в	
10	Упражнения для профилактики нарушения осанки	1			02.10.2023 7 а,б,в	https://resh.edu.ru/subject/9/1
11	Упражнения для профилактики нарушения осанки	1			06.10.2023 7 а,б,в	https://resh.edu.ru/subject/9/1
12	Акробатические комбинации	1			09.10.2023 7 а,б,в	https://resh.edu.ru/subject/9/1
13	Акробатические пирамиды	1			13.10.2023 7 а,б,в	https://resh.edu.ru/subject/9/1
14	Стойка на голове с опорой на руки	1			16.10.2023 7 а,б,в	https://resh.edu.ru/subject/9/1
15	Стойка на голове с опорой на руки	1			20.10.2023 7 а,б,в	https://resh.edu.ru/subject/9/1
16	Комплекс упражнений степ-аэробики	1	1		23.10.2023 7 а,б,в	https://resh.edu.ru/subject/9/1
17	Комплекс упражнений степ-аэробики	1			27.10.2023 7 а,б,в	https://resh.edu.ru/subject/9/1
18	Комбинация на гимнастическом бревне	1			10.11.2023 7 а,б,в	https://resh.edu.ru/subject/9/1
19	Комбинация на гимнастическом бревне	1			13.10.2023 7 а,б,в	https://resh.edu.ru/subject/9/1
20	Комбинация на низкой гимнастической перекладине	1			17.11.2023 7 а,б,в	https://resh.edu.ru/subject/9/1
21	Комбинация на низкой гимнастической перекладине	1			20.11.2023 7 а,б,в	https://resh.edu.ru/subject/9/1
22	Лазанье по канату в два приёма	1			24.11.2023 7 а,б,в	https://resh.edu.ru/subject/9/1

23	Лазанье по канату в два приёма	1			27.11.2023 7 а,б,в	https://resh.edu.ru/subject/9/1
24	Преодоление препятствий наступанием	1			01.12.2023 7 а,б,в	https://resh.edu.ru/subject/9/1
25	Преодоление препятствий наступанием	1			04.12.2023 7 а,б,в	https://resh.edu.ru/subject/9/1
26	Преодоление препятствий прыжковым бегом	1			08.12.2023 7 а,б,в	https://resh.edu.ru/subject/9/1
27	Преодоление препятствий прыжковым бегом	1			11.12.2023 7 а,б,в	https://resh.edu.ru/subject/9/1
28	Эстафетный бег	1			15.12.2023 7 а,б,в	https://resh.edu.ru/subject/9/1
29	Эстафетный бег	1			18.12.2023 7 а,б,в	https://resh.edu.ru/subject/9/1
30	Прыжки с разбега в длину и в высоту	1			22.12.2023 7 а,б,в	https://resh.edu.ru/subject/9/1
31	Метание малого мяча в катящуюся мишень	1	1		25.12.2023 7 а,б,в	https://resh.edu.ru/subject/9/1
32	Торможение на лыжах способом «упор»теория	1			29.12.2023 7 а,б,в	https://resh.edu.ru/subject/9/1
33	Торможение на лыжах способом «упор»теория	1			12.01.2024 7 а,б,в	https://resh.edu.ru/subject/9/1
34	Бросок мяча в корзину двумя руками от груди после ведения	1			15.01.2024 7 а,б,в	https://resh.edu.ru/subject/9/1
35	Бросок мяча в корзину двумя руками от груди после ведения	1			19.01.2024 7 а,б,в	https://resh.edu.ru/subject/9/1
36	Бросок мяча в корзину двумя руками от груди после ведения	1			22.01.2024 7 а,б,в	https://resh.edu.ru/subject/9/1

37	Бросок мяча в корзину двумя рукам от груди после ведения	1			26.01.2024 7 а,б,в	https://resh.edu.ru/subject/9/1
38	Бросок мяча в корзину двумя рукам от груди после ведения	1			29.01.2024 7 а,б,в	https://resh.edu.ru/subject/9/1
39	Бросок мяча в корзину двумя рукам от груди после ведения	1			02.02.2024 7 а,б,в	https://resh.edu.ru/subject/9/1
40	Бросок мяча в корзину двумя рукам от груди после ведения	1			05.02.2024 7 а,б,в	https://resh.edu.ru/subject/9/1
41	Бросок мяча в корзину двумя рукам от груди после ведения	1			09.02.2024 7 а,б,в	https://resh.edu.ru/subject/9/1
42	Передача мяча после отскока от пола	1			12.02.2024 7 а,б,в	https://resh.edu.ru/subject/9/1
43	Ловля мяча после отскока от пола	1			16.02.2024 7 а,б,в	https://resh.edu.ru/subject/9/1
44	Ловля мяча после отскока от пола	1			19.02.2024 7 а,б,в	https://resh.edu.ru/subject/9/1
45	Бросок мяча в корзину двумя рукам от груди после ведения	1			26.02.2024 7 а,б,в	https://resh.edu.ru/subject/9/1
46	Игровая деятельность с использованием разученных технических приёмов	1			01.03.2024 7 а,б,в	https://resh.edu.ru/subject/9/1
47	Верхняя прямая подача мяча	1			04.03.2024 7 а,б,в	https://resh.edu.ru/subject/9/1
48	Передача мяча через сетку двумя руками сверху	1			11.03.2024 7 а,б,в	https://resh.edu.ru/subject/9/1
49	Перевод мяча за голову	1	1		15.03.2024 7 а,б,в	https://resh.edu.ru/subject/9/1
50	Игровая деятельность с	1			18.03.2024	https://resh.edu.ru/subject/9/1

	использованием разученных технических приёмов				7 а,б,в	
51	Тактические действия при выполнении углового удара	1			22.03.2024 7 а,б,в	https://resh.edu.ru/subject/9/1
52	Игровая деятельность с использованием разученных технических приёмов	1			01.04.2024 7 а,б,в	https://resh.edu.ru/subject/9/1
53	История ВФСК ГТО, возрождение ГТО. Правила выполнения спортивных нормативов 4 ступени. Правила ТБ. Первая помощь при травмах	1			05.04.2024 7 а,б,в	https://resh.edu.ru/subject/9/1
54	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 30м и 60м	1			08.04.2024 7а ,б,в	https://resh.edu.ru/subject/9/1
55	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 1500м	1			12.04.2024 7а ,б,в	https://resh.edu.ru/subject/9/1
56	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Кросс на 3 км	1			15.04.2024 7 а,б,в	https://resh.edu.ru/subject/9/1
57	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики. Сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу	1			19.04.2024. 7 а,б,в	https://resh.edu.ru/subject/9/1
58	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО:	1			22.04.2024 7 а,б,в	https://resh.edu.ru/subject/9/1

	Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см					
59	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье	1			26.04.2024 7 а,б,в	https://resh.edu.ru/subject/9/1
60	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Прыжок в длину с места толчком двумя ногами	1			29.04.2024 7 а,б,в	https://resh.edu.ru/subject/9/1
61	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Поднимание туловища из положения лежа на спине	1			03.05.2024 7 а,б,в	https://resh.edu.ru/subject/9/1
62	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Метание мяча весом 150г	1			07.05.2024 7 а,б,в	https://resh.edu.ru/subject/9/1
63	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Стрельба (пневматика или электронное оружие)	1	1		13.05.2024 7 а,б,в	https://resh.edu.ru/subject/9/1
64	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Челночный бег 3*10м	1			17.05.2024 7 а,б,в	https://resh.edu.ru/subject/9/1
65	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Плавание 50м	1			20.05.2024 7 а,б,в	https://resh.edu.ru/subject/9/1
66	Фестиваль «Мы и ГТО». (сдача норм ГТО с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 4 ступени	1			24.05.2024 7 а,б,в	https://resh.edu.ru/subject/9/1
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		66	0	0		

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

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

**ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ
ИНТЕРНЕТ**

