


Министерство образования Ставропольского края
Базовая общеобразовательная школа
Филиала государственного бюджетного образовательного учреждения
высшего образования
«СТАВРОПОЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ ИНСТИТУТ»
в г. Железноводске


РАССМОТРЕНО:

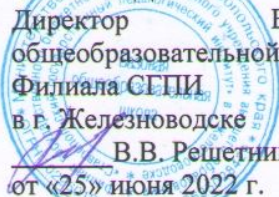
Решением педагогического
совета протокол № 9
от «25» июня 2022 г.

СОГЛАСОВАНО:

Заместитель директора по
учебной и воспитательной
работе  Н.В. Олейникова
от «25» июня 2022 г.

УТВЕРЖДАЮ:

Директор Базовой
общеобразовательной школы
Филиала СГПИ
в г. Железноводске
 В.В. Решетникова
от «25» июня 2022 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Предмет	ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА
Класс	9
Предметная область	ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА И ОСНОВЫ БЕЗОПАСНОСТИ ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ
Учебный год	2022 – 2023

Составитель: Ралько Л.В.

Железноводск, 2022 г.

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Данная рабочая программа разработана в соответствии с основными положениями Федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования, на основе основной образовательной программы основного общего образования Базовой общеобразовательной школы Филиала СГПИ в г. Железноводске, «Комплексной программы физического воспитания учащихся 1 – 11 классов» В.И. Ляха, А.А. Зданевича (М.: Просвещение, 2016 г.).

Курс «Физическая культура» изучается в 9-х классах из расчёта 3 ч в неделю. Рабочая программа рассчитана на 102 часа.

Распределение учебных часов по разделам программы

Тема	Количество часов
Базовая часть	75
Знания о физической культуре	В процессе уроков
Гимнастика с элементами акробатики	18
Легкая атлетика	21
Кроссовая подготовка	18
Спортивные игры (волейбол)	18
Вариативная часть	27
Спортивные игры (баскетбол, футбол)	27
Общее количество часов	102

Для бесснежных районов лыжная подготовка заменяется кроссовой.

1. Содержание учебного предмета.

9 класс

1.Знания о физической культуре.

История физической культуры.

Туристические походы как форма организации активного отдыха, укрепления здоровья и восстановления организма. Краткая характеристика видов и разновидностей походов. Пешие туристические походы, их организация и проведение, требования к ТБ и бережному отношению к природе (экологические требования).

Физическая культура (основные понятия)

Спортивная подготовка.

Здоровье и здоровый образ жизни.

Профессионально-прикладная физическая подготовка.

Физическая культура человека

Восстановительный массаж.

Проведение банных процедур.

Доврачебная помощь во время занятий физической культурой и спортом.

2.Способы двигательной (физкультурной) деятельности.

Организация и проведение занятий профессионально-прикладной подготовкой.

Профессионально-прикладная физическая подготовка.

Оценка эффективности занятий физической культурой.

Измерение резервов организма и состояния здоровья с помощью функциональных проб.

3. Физическое совершенствование.

Физкультурно-оздоровительная деятельность.

Выбор упражнений и составление индивидуальных комплексов утренней зарядки, физкультминуток и физкультпауз.

Спортивно-оздоровительная деятельность.

Легкая атлетика.

Овладение техникой спринтерского бега. Дальнейшее обучение технике спринтерского бега. Совершенствование двигательных способностей. Низкий старт до 30 м. Бег с ускорением от 70 до 80 м. Скоростной бег до 70 м. Совершенствование - бег на результат 60 м.

Овладение техникой прыжка в длину. Прыжки в длину с 11-13 шагов разбега.

Овладение техникой прыжка в высоту. Прыжки в высоту с 7-9 шагов разбега.

Овладение техникой метания малого мяча в цель и на дальность.

Метание мяча 150 г с места на дальность и с 4-5 бросковых шагов с разбега в коридор 10 м на дальность и заданное расстояние; в горизонтальную и вертикальную цель (1 x 1 м) с расстояния *юноши* до 18 м. *девушки* до 12-14 м. Бросок набивного мяча (2 кг) двумя руками из различных и.п. с места, с шага, с двух шагов, с трёх шагов, с четырёх шагов вперёд-вверх.

Кроссовая подготовка.

Теоретическая подготовка. Развитие выносливости. Овладение техникой длительного бега. Бег в равномерном темпе *юноши* до 20 мин., *девушки* до 15 мин. Бег на 2000 м, 1500 м. Бег с гандикапом, командами, в парах, кросс до 3 км, круговая тренировка. Кросс до 15 мин, бег с препятствиями на местности. Минутный бег, эстафеты. Эстафетный бег.

Спортивные игры.

Футбол. Овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек. Совершенствование техники передвижений, остановок, поворотов и стоек.

Освоение ударов по мячу и остановок мяча.

Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъёма. Закрепление техники ударов по мячу и остановок мяча

Освоение техники ведения мяча. Совершенствование техники ведения мяча.

Овладение техникой ударов по воротам. Совершенствование техники ударов по воротам.

Освоение тактики игры. Совершенствование тактики игры.

Баскетбол. Овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек.

Комбинации из освоенных элементов техники передвижений (перемещения в стойке, остановка, поворот, ускорения).

Освоение ловли и передачи мяча.

Дальнейшее закрепление техники ловли и передач мяча. Ловля и передача мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча на месте и в движении без сопротивления защитника (в парах, в тройках, в квадрате, в круге).

Освоение техники ведения мяча.

Дальнейшее закрепление техники ведения мяча. Ведение в низкой, средней и высокой стойке на месте, в движении по прямой, с изменением направления движения и скорости. Ведение без сопротивления защитника ведущей и не ведущей рукой. С пассивным сопротивлением защитника.

Овладение техникой бросков мяча. Броски одной и двумя руками с места, в движении (после ведения, после ловли), в прыжке. То же с пассивным противодействием.

Освоение индивидуальной техники защиты.

Совершенствование техники вырывания и выбивания мяча. Перехват мяча.

Совершенствование в освоенных упражнениях.

Комбинация из освоенных элементов: ловля, передача, ведение, бросок.

Освоение тактики игры.

Дальнейшее закрепление тактики игры.

Позиционное нападение и личная защита в игровых взаимодействиях 2:2,3:3, 4:4,5:5 на одну корзину. Нападение быстрым прорывом (3:2). Взаимодействие двух, трёх игроков в нападении и защите через «заслон»

Игра по упрощенным правилам баскетбола. Игры и игровые задания 2:1, 3:1, 3:2, 3:3. Совершенствование уже освоенного.

Волейбол. Овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек.

Совершенствование техники передвижений, остановок, поворотов и стоек.

Освоение техники приёма и передач мяча.

Передача мяча у сетки и в прыжке через сетку. Передача мяча сверху, стоя спиной к цели.

Игра по упрощенным правилам волейбола

Игры и игровые задания с ограниченным числом игроков (2:2, 3:2, 3:3).

Совершенствование психомоторных способностей и навыков игры.

Развитие координационных способностей.

Освоение техники нижней и верхней прямой подачи мяча. Приём мяча, отражённого сеткой. Нижняя прямая подача мяча в заданную часть площадки. Верхняя прямая подача.

Освоение техники прямого нападающего удара.

Прямой нападающий удар при встречных передачах. Комбинации из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом.

Освоение тактики игры.

Совершенствование тактики освоенных игровых действий. Игра в нападении в зоне 3. Игра в защите. Овладение организаторскими способностями.

Гимнастика.

Освоение строевых упражнений.

Переход с шага на месте на ходьбу в колонне и в шеренге; перестроения из колонны по одному в колонны по два, по четыре в движении.

Освоение общеразвивающих упражнений с предметами.

С набивным и большим мячом, с гантелями (3-5 кг), тренажерами, эспандерами, девочки - с тренажерами.

Освоение и совершенствование висов и упоров.

Мальчики: подъем переворотом в упор махом и силой; подъем махом вперед в сед ноги врозь.

Девочки: из виса прогнувшись на нижней жерди с опорой стопами в верхнюю переворот в упор на нижнюю жердь.

Освоение опорных прыжков

Мальчики: прыжок согнув ноги (козел в длину, высота 115 см).

Девочки: прыжок боком (конь в ширину, высота 110 см).

Освоение акробатических упражнений.

Мальчики: из упора присев силой стойка на голове и руках; длинный кувырок вперед с трех шагов разбега.

Девочки: равновесие на одной ноге, выпад вперед, кувырок вперед.

Развитие координационных способностей

Развитие силовых способностей и силовой выносливости.

Лазание по канату, шесту, гимнастической лестнице. Подтягивание, упражнения в висах и упорах, с гантелями.

Прикладно-ориентированная физкультурная деятельность.

Прикладно-ориентированная физическая подготовка. Общефизическая подготовка. Физические упражнения для развития основных физических качеств: силы, быстроты, выносливости, координации движения, гибкости, ловкости.

8-9 классы. Упражнения общеразвивающей направленности (в содержании соответствующих разделов программы в процессе уроков).

Общефизическая подготовка.

2. Планируемые результаты изучения учебного предмета.

В соответствии с требованиями к результатам освоения основной образовательной программы основного общего образования Федерального государственного образовательного стандарта данная рабочая программа для 9-х классов направлена на достижение обучающимися личностных, метапредметных и предметных результатов по физической культуре.

9 класс

Личностные результаты:

- гражданская идентичность (патриотизм, уважение к Отечеству, к прошлому и настоящему многонационального народа России, чувство ответственности и долга перед Родиной);
- готовность и способность обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию;
- готовность и способность осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учетом устойчивых познавательных интересов;
- способность к нравственному самосовершенствованию; знание основных норм морали, нравственных, духовных идеалов, хранимых в культурных традициях народов России;

- сформированность целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;
- осознанное, уважительное и доброжелательное отношение к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции;
- готовность и способность вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания;
- формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей.

Метапредметными результатами:

- формирование умения самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности,
- формирование умения развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;
- формирование умения самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;
- формирование умения соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;
- формирование умения оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности её решения;
- владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;
- формирование умения работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов;
- формирование умения осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации, для выражения своих чувств, мыслей и потребностей, планирования и регуляции своей деятельности;
- владение способами организации и проведения разнообразных форм занятий физическими упражнениями, их планирования и наполнения содержанием;
- владение умениями выполнения двигательных действий и физических упражнений базовых видов спорта и оздоровительной физической культуры, активно их использовать в самостоятельно организуемой физкультурно-оздоровительной деятельности;
- владение способами наблюдения за показателями индивидуального здоровья, физического развития и физической подготовленности, величиной физических нагрузок, использования этих показателей в организации и проведении самостоятельных форм занятий.

Предметные результаты:

Выпускник научится:

- рассматривать физическую культуру как явление культуры, характеризовать основные направления и формы ее организации в современном обществе;
- раскрывать базовые понятия и термины физической культуры, излагать с их помощью особенности техники двигательных действий и физических упражнений;
- руководствоваться правилами оказания первой помощи при травмах и ушибах во время самостоятельных занятий физическими упражнениями;
- использовать занятия физической культурой и спортивные игры для укрепления собственного здоровья, повышения уровня физических кондиций;
- составлять комплексы физических упражнений тренирующей и корригирующей направленности, подбирать индивидуальную нагрузку с учетом функциональных особенностей и возможностей собственного организма;
- классифицировать физические упражнения по их функциональной направленности, планировать их последовательность и дозировку в процессе самостоятельных занятий по укреплению здоровья и развитию физических качеств;
- самостоятельно проводить занятия по обучению двигательным действиям, анализировать особенности их выполнения, выявлять ошибки и своевременно устранять их;
- выполнять комплексы упражнений по профилактике утомления и перенапряжения организма, повышению его работоспособности в процессе трудовой и учебной деятельности;
- выполнять общеразвивающие упражнения, целенаправленно воздействующие на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и координации движений);
- выполнять акробатические комбинации из числа хорошо освоенных упражнений;
- выполнять гимнастические комбинации на спортивных снарядах из числа хорошо освоенных упражнений;
- выполнять легкоатлетические упражнения в беге и в прыжках (в длину и высоту);
- выполнять основные технические действия и приемы игры в волейбол, баскетбол в условиях учебной и игровой деятельности;
- выполнять тестовые упражнения для оценки уровня индивидуального развития основных физических качеств.

Выпускник получит возможность научиться:

- *характеризовать исторические вехи развития отечественного спортивного движения, великих спортсменов, принесших славу российскому спорту;*
- *определять признаки положительного влияния занятий физической подготовкой на укрепление здоровья, устанавливать связь между развитием физических качеств и основных систем организма;*
- *проводить восстановительные мероприятия с использованием банных процедур и сеансов оздоровительного массажа;*
- *выполнять комплексы упражнений лечебной физической культуры с учетом имеющихся индивидуальных отклонений в показателях здоровья;*
- *осуществлять судейство по одному из осваиваемых видов спорта;*

- *выполнять тестовые нормативы Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне».*

3. Календарно-тематическое планирование в 9-м классе.

Календарно – тематическое планирование в 9-м классе.

№	Дата	Содержание учебного предмета	Планируемые результаты освоения материала			Форма орг-ции уч занятий	Основные виды учебной деятельности	Домашнее задание
			предметные	метапредметные	личностные			
Лёгкая атлетика (10 ч.)								
1		Низкий старт. Стартовый разгон.	Руководствоваться правилами профилактики травматизма во время самостоятельных занятий. Знать технику бега на короткие дистанции с низкого старта.	<i>Познавательные: обще-учебные</i> – выбирать наиболее эффективные способы решения задач; определять и кратко характеризовать физическую культуру как занятия физическими упражнениями, подвижными и спортивными играми. <i>Коммуникативные:</i> планирование учебного сотрудничества – задавать вопросы, обращаться за помощью; определять общую цель и пути ее достижения; умение обеспечивать бесконфликтную совместную работу, слушать и понимать других. <i>Регулятивные:</i> овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи учебной деятельности.	Формирование первоначальных представлений о значении физической культуры для укрепления здоровья человека (физического, социального и психического), о ее позитивном влиянии на развитие человека.	Изучения нового мат-ла	Низкий старт (<i>до 30 м</i>). Стартовый разгон. Бег по дистанции (<i>70-80 м</i>). СБУ. Развитие скоростных качеств. Инструктаж по ТБ.	Беговые упр-я, бег 30 м.
2		Низкий старт. Бег по дистанции.				Совершения	Низкий старт (30-40 м). Бег по дистанции (70-80 м). Эстафетный бег. ОРУ. Спец. беговые упражнения. Развитие скоростных качеств. Правила использования л/а упражнений для развития скоростных качеств.	Беговые упр-я, бег 40м x 2
3		Спринтерский бег, эстафетный бег. Футбол.	Знать отличительные признаки спринтерского бега от техники бега на длинные дистанции Уметь передавать эстафетную палочку снизу.	Формирование умения организовывать совместные занятия физическими упр-ми, оценивать свои физические качества.	Совершения	Низкий старт (<i>до 30 м</i>). Бег по дистанции (<i>70-80 м</i>). Эстафетный бег. СБУ. Футбол. Основы обучения двигательным действиям.	Беговые упр-я, бег 60м x 2	
4		Спринтерский бег, эстафетный бег. Футбол.			Комбинированный	Низкий старт (<i>до 60 м</i>). Финиширование. Подтягивание на перекладине. Эстафетный бег. СБУ. Развитие скоростных качеств. Футбол.	Бег 60м x 2, подтягивание на перекладине.	
5		Бег 60 м с низкого старта. Футбол.	Знать правила соревнований в беге на короткие дистанции.		Учётный	Бег на результат (60 м). СБУ. Подтягивание на перекладине. <i>М: 8,7-9,4-10,2 с</i> <i>Д: 9,6-10,2-10,7 с</i> Футбол.	Бег 60м x 2, подтягивание на перекладине.	

6		Прыжки в длину. Метание малого мяча на дальность.	Знать технику прыжка в длину способом «согнув ноги».	Умение сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий.	Формирование гражданской идентичности (патриотизма и уважения к Отечеству).	Изучения нового мат-ла	Прыжки в длину способом «согнув ноги» с 11-13 беговых шагов. Отталкивание. Метание на дальность. История отечественного спорта.	Прыжковые упр-я, метание.
7		Прыжки в длину способом «согнув ноги». Метание м/мяча на дальность.	Знать правила соревнований в прыжках в длину с разбега. Соблюдать правила ТБ при метании м/мяча.	<i>Познавательные:</i> самостоятельно выделять и формулировать познавательные цели; выбирать наиболее эффективные способы решения задач. <i>Коммуникативные:</i> взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения беговых упражнений. <i>Регулятивные:</i> контролировать свою деятельность по результату, осуществлять её по образцу и зад. правилу.	Формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели. Нравственно-этическая ориентация - умение избегать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.	Комбинированный	Прыжки в длину сп-м «согнув ноги» с 11-13 беговых шагов. Приземление. Метание на дальность с разбега. СБУ. Развитие быстроты. Футбол.	Прыжковые упр-я, метание.
8	Прыжки в длину с разбега. Метание мяча на дальность. Футбол.	Знать технику метания мяча на дальность, анализировать правильность выполнения и выявлять ошибки.	Учётный			Прыжки в длину на результат. Метание на дальность. Развитие скоростно-силовых качеств. Футбол. <i>М: 420, 370, 320 см;</i> <i>Д: 370, 320, 290 см</i>	Подтягивание на перекладине, метания.	
9	Бег на средние дистанции. Метание на дальность.	Уметь демонстрировать технику бега на средние дистанции.	Комбинированный			Бег 1000 м. ОРУ и СБУ. Метание м/мяча на дальность(к). Развитие выносливости <i>М: 43 м, 37 м, 29 м;</i> <i>Д: 28 м, 26 м, 17 м.</i>	Подтягивание на перекладине, метания.	
10	Бег на средние дистанции. Футбол.			Учётный	Бег 1000 м на результат. ОРУ и СБУ. Правила соревнований. Развитие выносливости. Игра в футбол и волейбол.	Бег 1000м, силовые упр-я.		
Кроссовая подготовка (10 ч.)								
11		Бег по пресеченной местности. Футбол.	Отбирать и выполнять легкоатлетические упражнения,	<i>Познавательные:</i> использовать общие приемы решения поставленных задач;	Формирование навыка систематического наблюдения за	Комбинированный	Бег в равномерном темпе 12 мин. СБУ и ОРУ. Преодоление гориз-х препятствий. Бег в гору. Футбол. Развитие выносливости.	Бег 6 мин, силовые упр-я.

12		Бег по пересеченной местности, преодоление препятствий. Футбол.	направленно воздействующие на развитие выносливости.	контролировать и оценивать процесс и результат деятельности. <i>Коммуникативные:</i> формирование умения работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов.	своим физ. состоянием, величиной физических нагрузок.	Совершенствования	Бег в равномерном темпе 12 мин. СБУ и ОРУ. Преодоление горизонтальных препятствий. Бег в гору. Футбол. Развитие выносливости.	Бег 8 мин, силовые упражнения.	
13		Бег по пересеченной местности, преодоление препятствий. Футбол.	Классифицировать физические упражнения по их функциональной направленности, планировать их последовательность и дозировку.	и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов. <i>Регулятивные:</i> формулировать и удерживать учебную задачу; сличать способ действия и его результат с заданным эталоном с целью обнаружения отклонений и отличий от эталона; видеть ошибку и исправлять ее по указанию взрослого. Умение организовать самостоятельную деятельность, распределять нагрузку и отдых.	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки.	Комбинированный	Бег 14 мин. Преодоление вертикальных препятствий. ОРУ и СБУ. Бег с горы. Футбол. Развитие выносливости.	Бег 8 мин, сгибания и разгибание рук в упоре.	
14		Бег по пересеченной местности, преодоление препятствий. Футбол.					Совершенствования	Бег 14 мин. Преодоление вертикальных препятствий. ОРУ и СБУ. Бег с горы. Футбол. Развитие выносливости.	Бег 9 мин, подтягивания на перекладине.
15		Кроссовая подготовка. Подтягивание на перекладине	Выполнять общеразвивающие упражнения, целенаправленно воздействующие на развитие основных физических качеств (силы, выносливости и координации движений).		Готовность и способность вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания.	Комбинированный	Бег 16 мин. Подтягивание на перекладине. ОРУ и СБУ. Игра «Волейбол». Развитие выносливости.	Бег 10 мин, подтягивания на перекладине.	
16		Кроссовая подготовка. Подтягивание на перекладине					Совершенствования	Равномерный бег 16 мин. Подтягивание на перекладине. ОРУ. Спец. беговые упражнения. Игра «Волейбол». Развитие выносливости.	Бег 10 мин.
17		Кроссовая подготовка. Подтягивание на перекладине					Совершенствования	Равномерный бег 18 мин. Подтягивание на перекладине. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Игра «Волейбол». Развитие выносливости.	Бег 12 мин, подтягивания на перекладине.
18		Кроссовая подготовка. Подтягивание на перекладине					Контролировать своё самочувствие при развитии выносливости.	Повышение самооценки на основе критериев успешной учебной деятельности. Формирование ценности	Совершенствования

19		Кроссовая подготовка. Футбол.	Знать правила соревнований в беге на длинные дистанции.		здорового образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного поведения в чрезвычайных ситуациях.	Совершения	Равномерный бег 20 мин. ОРУ и СБУ. Игра в футбол (м-ки), бадминтон (д-ки). Развитие выносливости.	Бег 14 мин.
20		Бег 2000 м. Футбол.				Учётный		

Баскетбол (22 ч.)

21		Бросок двумя руками от головы в прыжке. Совершенные техники ведения и передач мяча.	Знать технику передвижений и остановок баскетболиста. Уметь выполнять бросок в кольцо двумя руками от головы в прыжке. Знать правила техники безопасности, правила игры и демонстрировать двигательные кондиции	<i>Познавательные:</i> осмысление техники выполнения разученных заданий. <i>Коммуникативные:</i> обеспечивать бесконфликтную совместную работу, добывать недостающую информацию с помощью вопросов. <i>Регулятивные:</i> умение организовать самостоятельную деятельность, выполнять задание в соответствии с поставленной целью, давать объективную оценку технике выполнения.	Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной нагрузок. Развитие индивидуальных способностей во время игровых действий.	Изучение нового материала	Сочетание приемов передвижений и остановок. Сочетание приемов передач, ведения и бросков. Бросок двумя руками от головы в прыжке. Правила баскетбола.	Броски в кольцо.
22		Бросок двумя руками от головы в прыжке. Позиционное нападение со сменой места.				Комбинированный		
23		Бросок двумя руками от головы в прыжке. Позиционное нападение со сменой места.	Знать технику броска в кольцо с места и в движении. Оценивать игровую ситуацию	<i>Познавательные:</i> использовать общие приемы решения поставленных задач; моделировать технику игровых действий и приемов.	Повышение самооценки на основе критериев успешной учебной	Совершения	Ведение с сопротивлением. Сочетание приемов передач, ведения и бросков. Бросок двумя руками от головы в прыжке. Позиционное нападение со сменой места. Уч. игра.	Броски в кольцо.
24		Штрафной бросок. Позиционное нападение и личная защита в игровых взаимодействиях 2х2.				Комбинированный		

			и значение партнера Овладение специальной терминологией, знать жесты судей.	<i>Коммуникативные:</i> формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками, умения объяснять ошибки	деятельности.			
25		Штрафной бросок. Позиционное нападение и личная защита в игровых взаимодействиях 3х3.	Уметь производить ведение мяча при сопротивлении защитника, вырывать и выбивать мяч.	<i>Регулятивные:</i> адекватно оценивать свои действия и действия партнеров, сохранять заданную цель; владеть основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в игровой деятельности.	Формирование доброжелательного отношения к другому человеку. Воспитание способности вести диалог с другими людьми и достигать в нём взаимопонимания.	Комбинированный	Передачи мяча в движении парами с сопротивлением. Бросок одной рукой от плеча в прыжке. Штрафной бросок. Позиционное нападение и личная защита в игровых взаимодействиях 3х3. Уч. игра.	Штрафной бросок.
26	Штрафной бросок. Позиционное нападение и личная защита в игровых взаимодействиях 3х3.		Смыслообразование – адекватная мотивация учебной деятельности.		Совершенствования	Сочетание приемов передач, ведения и бросков. Бросок одной рукой от плеча в прыжке. Штрафной бросок. Позиционное нападение и личная защита в игровых взаимодействиях 3х3. Уч. игра.	Штрафной бросок.	
27	Штрафной бросок. Совершенствование техники передач мяча.	Знать технику передвижений и остановок баскетболиста.			Совершенствования	Сочетание приемов передвижений и остановок. Сочетание приемов передач, ведения и бросков. Штрафной бросок. Позиционное нападение со сменой мест. Уч. игра в баскетбол.	Броски в кольцо с/м.	

II четверть.

№	Дата	Содержание учебного предмета	Планируемые результаты освоения материала			Форма организации занятий	Основные виды учебной деятельности	Домашнее задание
			предметные	метапредметные	личностные			
1		Подбор и добивание мяча. Штрафной бросок.	Уметь выполнять подбор и добивание мяча.	<i>Познавательные:</i> излагать полученную информацию, интерпретируя ее в контексте решаемой	Нравственно-этическая ориентация – умение избегать конфликтов и	Комбинированный	Сочетание приемов передвижений и остановок. Сочетание приемов передач, ведения и бросков. Подбор и добивание мяча. Штрафной бросок. Позиц-е	Броски в кольцо с/м.

			Уметь выполнять передачи мяча на месте и в движении с пассивным сопротивлением защитника.	задачи. <i>Коммуникативные:</i> формирование способов взаимодействия со сверстниками в парах и группах. Умение управлять эмоциями при общении. Умение с достаточной полнотой и точностью выражать свои мысли, владение специальной терминологией.	находить выходы из спорных ситуаций. Формирование положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели. Повышение самооценки на основе критериев успешной учебной деятельности.		нападение со сменой мест. Игра в баскетбол.	
2		Подбор и добивание мяча. Штрафной бросок.				Контрольный	Сочетание приемов передач, ведения и бросков. Бросок одной рукой от плеча в прыжке. Штрафной бросок (к). Позиционное нападение и личная защита в игровых взаимодействиях 2х2.	Броски в кольцо с/м.
3		Бросок одной рукой от плеча в прыжке. Учебная игра.	Уметь выполнять перехват мяча в тройках. Знать технику броска в кольцо одной рукой от плеча в прыжке.			Совершенствования	Сочетание приемов передвижений и остановок. Сочетание приемов передач, ведения и бросков. Бросок одной рукой от плеча в прыжке. Позиц-е нападение и личная защита в игр-х взаимодействиях 2х2	Броски в кольцо в движении.
4		Бросок одной рукой от плеча в прыжке. Позиционное нападение и личная защита в игровых взаимодействиях 3х3.	Совершенствовать технические действия в игре.			Контрольный	Сочетание приемов передвижений и остановок. Сочетание приемов передач, ведения и бросков. Бросок одной рукой от плеча в прыжке (к). Штрафной бросок. Позиционное нападение и личная защита в игровых взаимодействиях 3х3.	Броски в кольцо в движении.
5		Позиционное нападение и личная защита в игровых взаимодействиях 4х4. Учебная игра.	Овладение специальной терминологией, знать жесты судей в баскетболе.	правильно выполнять двигательные действия из баскетбола, использовать их в игровой и соревновательной деятельности.	<i>Самоопределени</i> е – готовность следовать нормам здорового сберегающего	Комбинированный	Ведение мяча с сопротивлением. Передачи мяча в движении парами с сопротивлением и броском в кольцо. Позиционное нападение и личная защита в игровых взаимодействиях 4х4. Игра в баскетбол.	Броски в кольцо в движении.

6		Позиционное нападение и личная защита в игровых взаимодействиях 4х4.	Уметь результативно выполнять броски в кольцо при сопротивлении защитника.		поведения. Развитие инд. способностей во время игровых действий.	Совершенствования	Ведение с сопротивлением. Передачи в движении парами с сопротивлением и броском в кольцо. Позиционное нападение и личная защита в игр-х взаимодействиях 4х4. Учебная игра.	Ведение и передачи.
7		Бросок одной рукой от плеча в прыжке с сопротивлением. Совершенствование техники ведения и передач мяча.	Знать правила назначения и выполнения штрафного броска. Уметь технически правильно выполнять штрафной бросок. Научить применять свои тактические и технические умения в баскетболе.	<i>Познавательные:</i> овладевают знаниями об игре и развивают психомоторные способности. <i>Коммуникативные:</i> строить позитивные отношения в процессе учебной и познавательной деятельности; предлагать альтернативное решение в конфликтной ситуации.	<i>Смыслообразование</i> – адекватная мотивация учебной деятельности (социальная, внешняя). Способность вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания.	Комбинированный	Ведение мяча с сопротивлением. Сочетание приемов передач, ведения и бросков. Бросок одной рукой от плеча в прыжке с сопротивлением. Штрафной бросок. Позиц-е нападение и личная защита в игр-х взаимодействиях 4х4.	Ведение и передачи.
8		Бросок одной рукой от плеча в прыжке с сопротивлением.	Уметь точно выполнять передачи мяча при сопротивлении защитника.			Совершенствования	Сочетание приемов передач, ведения и бросков. Бросок одной рукой от плеча в прыжке с сопротивлением. Позиционное нападение и личная защита в игровых взаимодействиях 3х2. Уч. игра.	Броски в кольцо с 3-х точек.
9		Позиционное нападение и личная защита в игровых взаимодействиях 3х2, 4х3.	Уметь точно выполнять передачи мяча при сопротивлении защитника.	<i>Регулятивные:</i> обосновывать и осуществлять выбор наиболее эффективных способов решения учебных и познавательных задач; осуществлять самоконтроль своей деятельности.	Формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.	Совершенствования	Сочетание приемов передвижений и остановок. Сочетание приемов передач, ведения и бросков. Бросок одной рукой от плеча в прыжке с сопротивлением. Позиц-е нападение и личная защита в игровых взаимодействиях 3х2, 4х3.	Броски в кольцо с 3-х точек.
10		Взаимодействие двух игроков в нападении и защите через «заслон».	Характеризовать содержательные основы здорового образа жизни.			Комбинированный	Сочетание приемов передвижений и остановок. Сочетание приемов ведения, передачи, броска. Штрафной бросок. Взаимодействие двух игроков. Уч. игра.	Броски в кольцо с 3-х точек.

11	Броски в кольцо в прыжке. Взаимодействие двух игроков в нападении и защите через «заслон».	Моделировать тактику освоенных игровых действий, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий.	<i>Познавательные:</i> моделировать технику игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий. <i>Коммуникативные:</i> взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения тактики игровых действий.	Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок.	Совершения	Сочетание приемов передач, ведения и бросков. Броски в кольцо в прыжке с сопротивлением. Взаимодействие двух игроков в нападении и защите через «заслон». Правила баскетбола. Уч. игра.	Ведение и передачи.
12	Броски в кольцо в прыжке. Взаимодействие двух игроков в нападении и защите через «заслон».	ситуаций и условий, возникающих в процессе игровой деятельности.		Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.	Совершения	Сочетание приемов передач, ведения и бросков. Броски в кольцо в прыжке с сопротивлением. Взаимодействие двух игроков в нападении и защите через «заслон». Игра в баскетбол.	Броски в кольцо с 3-х точек.
13	Взаимодействие трёх игроков в нападении «малая восьмёрка». Учебная игра.	Знать жесты судей в баскетболе. Оценивать игровую ситуацию и значение партнера.	<i>Регулятивные:</i> определять необходимые действия в соответствии с учебной задачей и составлять алгоритм их выполнения; соотносить реальные и планируемые результаты и делать выводы.		Комбинированный	Сочетание приемов передач, ведения и бросков. Броски в кольцо в прыжке с сопротивлением. Взаимодействие трех игроков в нападении. Нападение быстрым прорывом 2х1. Игра в баскетбол.	Броски в кольцо с сопротивлением..
14	Взаимодействие трёх игроков в нападении «малая восьмёрка». Учебная игра.	Уметь выполнять нападение быстрым прорывом 2х1, 3х2.		Повышение самооценки на основе критериев успешной учебной деятельности.	Совершения	Сочетание приемов передач, ведения и бросков. Взаимодействие трех игроков в нападении. Нападение быстрым прорывом 3х2. Игра в б/б.	Броски в кольцо с сопротивлением..
15	Нападение быстрым прорывом 3х2. Учебно-тренировочная игра.	Уметь играть в баскетбол по упрощенным правилам.			Игровой	Сочетание приемов передач, ведения и бросков. Взаимодействие трех игроков в нападении «малая восьмёрка». Нападение быстрым прорывом 3х2. Игра в б/б.	Броски в кольцо с сопротивлением.

Волейбол (18 ч.)

16	Передача мяча сверху двумя руками в прыжке. Нижняя прямая подача.	Знать историю возникновения и развития в/б в России, имена выдающихся волейболистов.	<i>Познавательные:</i> изучают историю волейбола и запоминают имена выдающихся отечественных волейболистов.	Знание истории физической культуры своего народа. Развитие самостоятельности и ответственности за свои поступки. Воспитание любви к Отечеству, чувства гордости за свою Родину. Формирование способности вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания.	Изучение нового материала	Ст. и передвижения игрока. Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в парах. Нападающий удар при встречных передачах. Нижняя прямая подача. Развитие КС. ТБ на уроках в/б. Игра в волейбол.	Передачи мяча сверху и снизу.
17	Передача мяча сверху двумя руками в прыжке. Нижняя прямая подача.	Руководствоваться правилами профилактики травматизма.	<i>Коммуникативные:</i> критически относиться к собственному мнению, с достоинством признавать ошибочность своего мнения и корректировать его.		Совершенствования	Ст. и передвижения игрока. Передачи мяча сверху двумя руками в прыжке в парах. Нападающий удар при встречных передачах. Нижняя прямая подача. Игра в волейбол.	Передачи мяча сверху и снизу.
18	Передача мяча сверху двумя руками в прыжке. Верхняя прямая подача.	Выполнять комплексы упражнений по профилактике утомления и перенапряжения организма, повышению его работоспособности.	<i>Регулятивные:</i> определять необходимые действия в соответствии с учебной задачей и составлять алгоритм их выполнения; сверять свои действия с целью и исправлять ошибки самостоятельно.		Комбинированный	Ст. и передвижения игрока. Передачи мяча сверху двумя руками в прыжке в парах через зону. Нападающий удар при встречных передачах. Верхняя прямая подача. Учебная игра.	Передачи мяча над собой.
19	Нападающий удар при встречных передачах. Верхняя прямая подача.				Совершенствования	Ст. и передвижения игрока. Передачи мяча сверху двумя руками в прыжке в парах через зону. Нападающий удар при встречных передачах. Верхняя прямая подача. Учебная игра.	Передачи мяча над собой.
20	Приём мяча, отражённого сеткой. Прямой нападающий удар.	Уметь выполнять прямой нападающий удар, принимать мяч, отражённый сеткой.	<i>Познавательные:</i> описывать технику изучаемых игровых приемов; моделировать технику игровых действий, варьировать ее в зависимости от ситуаций.	Формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в процессе	Комбинированный	Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в тройках. Прямой нападающий удар. Верхняя прямая подача. Прием мяча, отраженного сеткой. Игра в нападение через 3-ю зону.	Упр-я для развития силы.
21	Приём мяча, отражённого сеткой. Прямой нападающий удар.	Выполнять основные технические действия и	<i>Коммуникативные:</i> взаимодействовать со сверстниками в процессе		Совершенствования	Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в тройках. Прямой нападающий удар. Верхняя прямая подача. Прием мяча, отраженного сеткой. Игра в	Упр-я для развития силы.

			приемы игры в волейбол в условиях игровой деятельности. Использовать занятия волейболом для укрепления здоровья.	освоения технических действий волейбола. <i>Регулятивные:</i> планировать и корректировать свою индивидуальную образовательную траекторию.	образовательной, деятельности.		нападение через 3-ю зону.	
22		Приём мяча, отражённого сеткой. Передачи мяча в прыжке через сетку.			Формирование ценности здорового и безопасного образа жизни.	Игровой	Передачи мяча в прыжке через сетку. Приём мяча, отражённого сеткой. Верхняя прямая подача. Прямой нападающий удар в стену. Уч. игра.	Развитие КС,

III четверть.

№	Дата	Содержание учебного предмета	Планируемые результаты освоения материала			Форма орг-ции уч занятий	Основные виды учебной деятельности	Домашнее задание
			предметные	метапредметные	личностные			
1		Совершенствование техники передач мяча сверху и снизу. Приём мяча, отражённого сеткой.	Руководствоваться правилами оказания первой помощи при травмах и ушибах во время самостоятельных	<i>Познавательные:</i> моделировать технику игровых действий, варьировать ее в зависимости от ситуаций и условий, возникающих в процессе игры.	Знания истории физической культуры своего народа, своего края как части наследия народов России	Совершенствования	Передачи мяча сверху в прыжке через сетку. Чередование передач сверху, снизу над собой. Приём мяча, отражённого сеткой. Верхняя прямая подача, прием её. Прямой нападающий удар в стену. Учебная игра.	Упр-я для развития КС.

2	Отбивание мяча кулаком через сетку. Чередование передач сверху, снизу над собой.	занятий. Знать технику передач мяча двумя руками сверху в парах через сетку. Подбирать индивидуальную нагрузку с учетом функциональных особенностей и возможностей собственного организма.	<i>Коммуникативные:</i> уважительно относиться к сопернику и управлять своими эмоциями <i>Регулятивные:</i> определять условия для выполнения учебной и познавательной задачи;	и человечества. Формирование ценности здорового и безопасного образа жизни. Воспитание патриотизма, любви и уважения к Отечеству, чувства гордости за свою Родину.	Контрольный	Передачи сверху двумя руками в прыжке в тройках через сетку. Отбивание мяча кулаком через сетку. Нападающий удар при встречных передачах. <u>Чередование передач сверху, снизу:</u> «5» - 16 р., «4» - 13 р., «3» - 10 р.	Упр-я для развития КС.
3	Отбивание мяча кулаком через сетку. Совершенствование техники передач мяча.	функциональных особенностей и возможностей собственного организма.	оценивать свою деятельность, аргументируя причины достижения или отсутствия планируемого результата.		Игровой	Передачи мяча сверху двумя руками в прыжке в тройках через сетку. Чередование передач сверху, снизу над собой. Отбивание мяча кулаком через сетку. Нападающий удар при встречных передачах. Игра в/в.	Чередование передач сверху, снизу над собой.
4	Передачи мяча, стоя боком к партнёру. Верхняя прямая подача.	Руководствоваться правилами оказания первой помощи при травмах и ушибах Знать технику	<i>Познавательные:</i> овладевают знаниями об игре и о выдающихся волейболистах, осваивают тактику игры.	Знания истории физической культуры своего народа, своего края как части наследия народов России и человечества.	Изучение нового материала	Комбинации из передвижений игрока. Передачи мяча в парах, прямой нападающий удар через сетку. Передачи мяча, стоя боком к партнёру. Верхняя прямая подача, прием её. Игра в/в.	Чередование передач сверху, снизу над собой.
5	Передачи мяча, стоя боком к партнёру. Верхняя прямая подача.	передачи мяча, стоя боком к партнёру, верхней прямой подачи. Подбирать инд.	<i>Коммуникативные:</i> взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения технических действий волейбола.	Воспитание патриотизма, любви и уважения к Отечеству, чувства гордости за свою Родину.	Совершение	ОРУ с в/б мячами. Комбинации из передвижений игрока. Передачи мяча, стоя боком к партнёру. Игра в нападении через 4-ю зону. Верхняя прямая подача, прием её. Учебная игра.	Чередование передач сверху, снизу над собой.
6	Передачи мяча сверху, стоя спиной к цели. Прямой нападающий удар.	нагрузку с учетом функциональных особенностей и возможностей собственного организма.	<i>Регулятивные:</i> определять необходимые действия в соответствии с учебной и познавательной задачей и составлять алгоритм их выполнения		Комбинированный	Ст. и передвиж-я игрока. Передача сверху двумя руками, стоя спиной к цели. Нападающий удар при встречных передачах. Прием мяча снизу в группе. Игра в нападение через 4-ю зону. Уч. игра.	Упр-я для мышц спины и пресса.

7	Передачи мяча сверху, стоя спиной к цели. Прямой нападающий удар.	Самостоятельно проводить занятия по обучению двигательным действиям.	<i>Познавательные:</i> владение умением логически грамотно излагать, аргументировать и обосновывать собственную точку зрения, доводить её до собеседника. <i>Коммуникативные:</i> формирование умения работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов.	Осознанное, уважительное и доброжелательное отношение к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре. Формирование ценности здорового и безопасного образа жизни.	Совершения	Ст. и передвиж-я игрока. Передача мяча сверху двумя руками, стоя спиной к цели. Нападающий удар при встречных передачах. Прием мяча снизу в группе. Игра в нападение через 4-ю зону.	Упр-я для мышц спины и пресса.
8	Передачи мяча, стоя спиной к цели. Игра в нападение через 3-ю зону.	Уметь выполнять прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнёром.	<i>Регулятивные:</i> формирование умения соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией.	Формирование положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия.	Комбинированный	Передача сверху двумя руками, стоя спиной к цели. Нападающий удар при встречных передачах. Прием мяча снизу в группе. Игра в нападение через 3-ю зону. Верхняя прямая подача, прием её. Уч. игра.	Упр-я для мышц спины и пресса.
9	Передачи мяча, стоя спиной к цели. Игра в нападение через 3-ю зону.	Знать технику передачи мяча, стоя спиной к цели, верхней прямой подачи. Знать и уметь правильно выполнять технические действия в игре.	осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией.	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах.	Совершения	Комбинации из передвижений игрока. Передачи мяча в парах, прямой нападающий удар через сетку. Передачи мяча, стоя спиной к цели, в тройках. Верхняя прямая подача, прием её. Учебная игра в волейбол.	Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа.
10	Верхняя прямая подача. Игра в нападении через 4 – ю зону.	Владеть спец. терминологией. Научиться применять свои тактические умения в волейболе.			Совершения	Комбинации из передвижений игрока. Передачи мяча в парах. Игра в нападении через 4 – ю зону. Верхняя прямая подача, прием её. Игровые задания из разученных ранее элементов. Учебная игра.	Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа.
11	Игра в нападении через 4 – ю зону.				Игровой	Комбинации из передвижений игрока. Передачи мяча в парах, игровые задания из разученных ранее элементов. Учебно-тренировочная игра в волейбол.	Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа.

Гимнастика (18 ч.)

12	Висы. Строевые упражнения.	Раскрывать базовые понятия и термины гимнастики, излагать с их помощью особенности техники двигательных действий и физических упражнений, развития физических качеств.	<i>Познавательные:</i> <u>общеучебные</u> – самостоятельно выделять и формулировать познавательную цель.	Знания истории физической культуры своего народа, своего края как части наследия народов России и человечества.	Изучение нового материала	Инструктаж по ТБ. Повороты направо, налево в движении. ОРУ. Подтягивания в висе. Подъём переворотом силой (м). Подъём переворотом махом (д). Развитие силовых способностей. Игра в волейбол в кругу.	Упр-я для развития силы и гибкости.
13	Висы. Строевые упражнения.	техники двигательных действий и физических упражнений, развития физических качеств.	<i>Коммуникативные:</i> <u>инициативное сотрудничество</u> – проявлять активность во взаимодействии для решения коммуникативных и познавательных задач.		Комбинированный	Повороты в движении. ОРУ. Подтягивания в висе. Упр-я для развития гибкости. Прыжки через скакалку (1 мин). Подъём переворотом силой (м). Подъём переворотом махом (д). Развитие силовых способностей.	Упр-я для развития силы и гибкости.
14	Освоение висов и упоров.	Раскрывать взаимосвязь здорового образа жизни с гармоничным физическим развитием и физической подготовленностью, формированием качеств личности и профилактикой вредных привычек.	<i>Регулятивные:</i> <u>коррекция</u> – вносить коррективы в выполнение правильных действий упражнений; сличать способ действия с заданным эталоном.	Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок.	Совершенствования	Повороты в движении. ОРУ. Подтягивания в висе. Упражнения для развития гибкости. Прыжки через скакалку (1 мин). Подъём переворотом силой (м). Подъём переворотом махом (д). Развитие силовых способностей.	Упр-я для развития силы и гибкости.
15	Освоение висов и упоров. Прыжки через скакалку.	подготовленностью, формированием качеств личности и профилактикой вредных привычек.			Учётный	Повороты в движении. ОРУ. Подтягивания в висе. Упр-я для развития гибкости. Подъём переворотом силой (м). Подъём переворотом махом (д). <u>Прыжки через скакалку за 1 мин (к):</u> М: 125-120-110 р.; Д: 130-120-115 р.	Упр-я для развития силы и гибкости.
16	Подтягивания в висе. Элементы акробатики.	Разрабатывать содержание самостоятельных занятий физическими упражнениями,	<i>Познавательные:</i> осмысление техники выполнения разучиваемых гимнастических и акробатических	Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности	Комбинированный	ОРУ на матах. Акробатика («горизонтальное» равновесие, кувырки вперёд и назад, «мост» из положения лёжа, полушпагаты, упражнения для мышц спины и пресса). Подтягивания в висе.	Акробатические упр-я.

17	Акробатика. Подтягивания на перекладине.	определять их направленность. Уметь выполнять кувырок вперед, назад, стойку на лопатках, «мост» из положения лёжа.	упражнений. <i>Коммуникативные:</i> формирование способов позитивного взаимодействия со сверстниками в парах и группах. Умение объяснять ошибки при выполнении упражнений.	обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию.	Учётный	Перестроение из колонны по 1 в колонну по четыре в движении. ОРУ на матах. Акробатика («гориз-е» равновесие, 2-3 послед-х кувырка вперёд и назад, «мост» из положения лёжа, полушпагаты, упр-я для мышц спины и пресса). <i>Подтягивания в висе (к):</i> М: 10 - 8 - 6 р.; Д: 17 - 15 - 8 р.	Акробатические упр-я.
18	Элементы акробатики.	Руководствоваться правилами оказания первой помощи при травмах и ушибах во время самостоятельных занятий физическими упражнениями.	<i>Регулятивные:</i> оценка – устанавливать соответствие полученного результата поставленной цели, <u>коррекция</u> – вносить необходимые дополнения и изменения в план действий.	Осознанное, уважительное и доброжелательное отношение к другому человеку, его мнению, мировоззрению.	Изучение нового материала	Перестроение из колонны по 1 в колонну по 4 в движении. Акробатика (м-ки: длинный кувырок вперёд с 3-х шагов разбега, кувырок назад в упор стоя ноги врозь, полушпагаты, «мост»; д-ки: равновесие на одной ноге, выпад вперёд, кувырок вперёд, «мост» из положения стоя, полушпагаты, стойка на лопатках).	Акробатические упр-я.
19	Акробатика. Упр-я на высокой перекладине и р/в брусьях.	Раскрывать базовые понятия и термины физической культуры, излагать с их помощью особенности техники	<i>Познавательные:</i> <u>общеучебные</u> - ставить и формулировать проблемы; выбирать наиболее эффективные способы решения задач.	Формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного	Комбинированный	ОРУ. Акробатика(урок 27). Упр-я на высокой перекладине (м-ки: подтягивания в висе, подъём в упор переворотом махом и силой), на р/в брусьях (д-ки: размахивания изгибами, вис прогнувшись на н/ж жерди с опорой ног о в/ж; переход в упор на н/жердь)	Элементы акробатики.

20		Акробатика. Упр-я на высокой перекладине и р/в брусьях.	двигательных действий и физических упражнений.	<i>Коммуникативные:</i> <u>взаимодействие</u> – формулировать собственное мнение, слушать собеседника; <u>управление коммуникацией</u> – разрешать конфликты на основе учета интересов и позиции всех участников.	безопасного поведения. Формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств.	Комбинированный	Акробатика (м-ки: длинный кувырок вперёд с 3-х шагов разбега, кувырок назад в упор стоя ноги врозь, из упора присев силой стойка на голове и руках; д-ки: равновесие на одной ноге, выпад вперёд, кувырок вперёд, кувырок назад в полушпагат). Упр-я на высокой перекладине и р/в брусьях.	Элементы акробатики.
21		Акробатика. Упр-я на низкой перекладине и р/в брусьях. Лазание по канату.	Классифицировать физические упражнения по их функциональной направленности, планировать их последовательность и дозировку в процессе самостоятельных занятий по укреплению здоровья и развитию физических качеств.	<i>Регулятивные:</i> <u>прогнозирование</u> – предвидеть возможности получения конкретного результата при решении задачи; <u>контроль и самоконтроль</u> – осуществлять итоговый и пошаговый контроль по результату.	Готовность и способность вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания. Формирование коммуникативной компетентности в общении со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной деятельности.	Контрольный	Перестроение из колонны по 1 в колонну по 4 в движ-и (слияние и дробление). Акробатика (к). Лазание по канату в два приёма. Упр-я на низкой перекладине (м-ки) и р/в брусьях(д-ки)	Элементы акробатики.
22		Акробатика. Упр-я на низкой перекладине и р/в брусьях. Лазание по канату.	последовательность и дозировку в процессе самостоятельных занятий по укреплению здоровья и развитию физических качеств.			Комбинированный	Акробатика (<i>комбинация</i> : м-ки: равновесие на одной ноге – с 3-х шагов длинный кувырок вперёд – кувырок вперёд в стойку на лопатках – кувырок назад - прыжок вверх прогибаясь в о.с.; д-ки: равновесие на одной ноге – выпрямляясь, выпад вперёд – кувырок вперёд в упор присев – кувырок назад в полушпагат – упор лёжа – толчком ног упор присев – прыжок вверх прогибаясь в о.с.). Упр-я на низкой перекладине и р/в брусьях. Лазание по канату.	Элементы акробатики.
23		Опорный прыжок через козла. Акробатика. Лазание по канату.	Выполнять акробатические комбинации из числа хорошо освоенных	<i>Познавательные:</i> владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления	Формирование навыка систематического наблюдения за своим физич-м	Комбинированный	ОРУ. Акробатика (комбинация урок 4). Лазание по канату. Опорный прыжок через козла (м-ки: «согнув ноги» козёл в длину h=115см; д-ки: ноги врозь).	Упр-я для мышц спины и пресса.

24		Опорный прыжок через козла. Акробатика. Лазание по канату.	упражнений. Уметь выполнять опорный прыжок через козла и коня.	осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности. <i>Коммуникативные:</i> формирование умения работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов. <i>Регулятивные:</i> анализировать существующие и планировать будущие образовательные результаты; обосновывать и осуществлять выбор наиболее эффективных способов решения учебных и познавательных задач.	состоянием. Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки. Формирование ценности здорового и безопасного образа жизни.	Контрольный	ОРУ в движении. Акробатика (комбинация - к). Лазание по канату. Опорный прыжок через козла (м-ки: «согнув ноги» козёл в длину h=115см; д-ки: ноги врозь).	Упр-я для мышц спины и пресса.
25		Опорный прыжок через коня. Лазание по канату.	Выполнять комплексы упр-й по профилактике утомления и перенапряжения организма, повышению его работоспособности и.			Комбинированный	Лазание по канату в два приёма. Опорный прыжок через коня (д-ки: прыжок боком – конь в ширину h=110см; м-ки: через козла «согнув ноги» козёл в длину h=115см). Игра «Защита укрепления».	Упр-я для мышц спины и пресса.
26		Опорный прыжок через коня. Равновесие.	Выполнять гимнастические комбинации на спортивных снарядах из числа хорошо освоенных упр-й.		Развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости.	Контрольный	ОРУ на г/ скамейках. Опорный прыжок через коня (д-ки), через козла (м-ки). Равновесие на низком бревне. Лазание по канату (к).	Упр-я в равновесии на полу.
27		Опорный прыжок через коня. Упр-я на параллельных брусьях. Равновесие.			Формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и упорства в достижении поставленной цели.	Комбинированный	ОРУ на г/ скамейках. Опорный прыжок через коня. Равновесие (д-ки). Упражнения на параллельных брусьях (м-ки). Развитие силовых способ-стей.	Упр-я в равновесии на полу.
28		Опорный прыжок через коня. Равновесие.	Самостоятельно проводить занятия по обучению двигательным действиям, анализировать особенности их выполнения, выявлять ошибки и своевременно устранять их.			Контрольный	ОРУ на г/ скамейках. Опорный прыжок через коня (к). Равновесие (д-ки). Подтягивание на перекладине (м-ки), упр-я для мышц спины и пресса.	Упр-я в равновесии на полу.
29		Равновесие. Упр-я на параллельных брусьях.				Совершенствования	Равновесие (д-ки). Упражнения на параллельных брусьях (м-ки). Подтягивание на перекладине (на высокой – м-ки, на низкой – д-ки).	Упр-я в равновесии на полу.

IV четверть.

№	Дата	Содержание учебного предмета	Планируемые результаты освоения материала			Форма орг-ции уч занятий	Основные виды учебной деятельности	Домашнее задание
			предметные	метапредметные	личностные			
Баскетбол (5 ч.)								
1		Нападение быстрым прорывом 3х2. Перехват мяча.	Знать технику выполнения штрафного броска. Уметь выполнять взаимодействие трёх игроков «малая восьмёрка».	<i>Познавательные:</i> определять понятия, создавать обобщения, устанавливать причинно-следственные связи, строить логическое рассуждение и делать выводы. <i>Коммуникативные:</i> формирование умения организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками.	Воспитание чувства гордости за свою Родину. Способность вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания.	Комбинированный	Сочетание приемов передвижений и остановок. Сочетание приемов передач, ведения и бросков. Бросок в кольцо в прыжке с сопротивлением. Перехват мяча в тройках. Нападение быстрым прорывом 3х2. Учебная игра.	Броски в кольцо в прыжке, бег 8 мин.
2		Перехват мяча. Броски в кольцо в прыжке.	Выполнять основные технические действия и приемы игры в б/б в условиях учебной и игровой дея-ти.			Совершенствования	Сочетание приемов передвижений и остановок. Сочетание приемов передач, ведения и бросков. Бросок одной рукой от плеча в прыжке с сопротивлением. Перехват мяча в тройках. Уч. игра.	Броски в кольцо в прыжке, бег 8 мин..
3		Взаимодействие трёх игроков в нападении «малая восьмерка». Учебная игра	Уметь выполнять нападение быстрым	<i>Регулятивные:</i> формирование умения самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные,	Формирование и проявление положительных качеств личности, дисциплинированности, трудолюбия и	Совершенствования	Сочетание приемов передвижений и остановок. Сочетание приемов передач, ведения и бросков. Бросок одной рукой от плеча в прыжке с сопротивлением. Взаимодействие трех игроков в нападении «малая восьмерка».	Броски в кольцо в прыжке, бег 10 мин..

4		Взаимодействие трёх игроков в нападении «малая восьмерка». Нападение быстрым прорывом 3х2.	прорывом 3х2. Знать технику бросков в кольцо в прыжке. Руководствоваться правилами профилактики травматизма.	осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач.	упорства в достижении поставленной цели. Формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками.	Совершения	Сочетание приемов передач, ведения и бросков. Штрафной бросок. Взаимодействие трех игроков в нападении «малая восьмерка». Нападение быстрым прорывом 3х2. Учебная игра.	Штрафной бросок, бег 10 мин.
5		Нападение быстрым прорывом 3х2. Учебная игра.				Игровой	Сочетание приемов передач, ведения и бросков. Штрафной бросок. Взаимодействие трех игроков в нападении «малая восьмерка». Нападение быстрым прорывом 3х2. Учебная игра.	Штрафной бросок, бег 12 мин.

Кроссовая подготовка (8 ч.)

6		Бег по пересечённой местности, преодоление препятствий.	Преодолевать естественные препятствия с помощью разнообразных способов прыжков и бега.	<i>Познавательные:</i> формирование умения развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности.	Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок.	Изучение нов. мат-ла	ОРУ и СБУ. Преодоление горизонтальных препятствий. Бег в чередовании с ходьбой (14 мин). Подвижная игра «Лапта». Инструктаж по ТБ.	Штрафной бросок, бег 12 мин.
7		Бег по пересечённой местности, преодоление препятствий.	Знать технику бега на длинные дистанции.	<i>Коммуникативные:</i> владение умением логически грамотно излагать, аргументировать и обосновывать собственную точку зрения, доводить её до собеседника.		Комбинированный	ОРУ и СБУ. Преодоление горизонтальных препятствий. Бег (15 мин). Правила использования легкоатлетических упражнений для развития выносливости. Игра «Лапта».	Равномерный бег 14 мин.
8		Бег по пересечённой местности, преодоление препятствий.	Использовать занятия физической культурой, для организации индивидуального отдыха и досуга.	<i>Регулятивные:</i> ставить цель деятельности на основе определенной проблемы и существующих возможностей.	Нравственно-этическая ориентация - умение избегать конфликтов и находить выходы из спорных ситуаций.	Совершения	ОРУ и СБУ. Бег в равномерном темпе (16 мин). Бег в гору. Преодоление горизонтальных препятствий. Игра «Лапта». Развитие выносливости.	Равномерный бег 14 мин.
9		Бег по пересечённой местности. Подтягивание на перекладине.				Совершения	ОРУ и СБУ. Бег в равномерном темпе (17 мин). Бег в гору. Подтягивание на перекладине. Подвижная игра «Лапта». Развитие выносливости	Бег 16 мин, подтягивание на перекладине

10		Кроссовая подготовка. Подтягивание на перекладине.	Выполнять тестовые упражнения для оценки уровня индивидуального развития основных физических качеств.	<i>Познавательные:</i> описывать технику ходьбы и длительного бега; <i>Коммуникативные:</i> предлагать альтернативное решение в конфликтной ситуации; выделять общую точку зрения в дискуссии.	Развитие самостоятельности и личной ответственности за свои поступки на основе представлений о нравственных нормах. Формирование ценности здорового и безопасного образа жизни.	Комбинированный	Равномерный бег (17 мин). ОРУ в движении. СБУ. Бег в гору. Подтягивание на перекладине. Игра «Волейбол».	Бег 16 мин, подтягивание на перекладине
11		Кроссовая подготовка. Подтягивание на перекладине.	Отбирать и выполнять л/а упр-я, направленно воздействующие на развитие выносливости.	<i>Регулятивные:</i> выбирать из предложенных вариантов и самостоятельно искать средства/ресурсы для достижения цели.		Совершенствования	Равномерный бег (18 мин). ОРУ в движении. Бег в гору. Преодоление вертикальных препятствий прыгиванием. Подтягивание на перекладине. Игра «Волейбол».	Бег 18 мин, подтягивание на перекладине
12		Кроссовая подготовка. Подтягивание на перекладине.	Моделировать комплексы упр-й с учетом их цели: на развитие силы и выносливости.			Совершенствования	Бег в равномерном темпе (18 мин). СБУ. Бег под гору. Преодоление вертикальных препятствий прыгиванием. Подтягивание на перекладине. Игра «Волейбол».	Бег 18 мин, подтягивание на перекладине
13		Кроссовая подготовка.				Контрольный	ОРУ и СБУ. Бег на результат 2000 м. Развитие выносливости. Игра «Волейбол». М.: 9,20 - 10,00 - 11,00 мин; Д.: 10,20 - 12,00 - 13,00 мин	СБУ, бег 1000м.

Лёгкая атлетика (11 ч.)

14		Бег на средние дистанции. Подтягивание на перекладине.	Выделять исторические этапы развития физической культуры, характеризовать основные направления и формы ее организации.	<i>Познавательные:</i> излагать полученную информацию, интерпретируя ее в контексте решаемой задачи. <i>Коммуникативные:</i> строить позитивные отношения в процессе учебной деятельности.	Осознанное, уважительное и доброжелательное отношение к другому человеку, его мнению, мировоззрению.	Комбинированный	ОРУ и СБУ. Бег 1000 м. Подтягивание на перекладине. Развитие выносливости. Игра в футбол – м-ки, в бадминтон – д-ки.	СБУ, бег 1000м.
15		Бег на средние дистанции. Подтягивание на перекладине.				Совершенствования	ОРУ и СБУ. Бег 1000 м. Подтягивание на перекладине. Развитие выносливости. Игра в футбол – м-ки, в бадминтон – д-ки.	СБУ, бег 1000м.

16		Бег 1000 м на результат. Футбол.		<i>Регулятивные:</i> соотносить реальные и планируемые результаты и делать выводы.		Контрольный	ОРУ и СБУ. Бег 1000 м (к). Подтягивание на перекладине. Развитие выносливости. Игра в футбол – м-ки, в бадминтон – д-ки.	СБУ, бег 60м х 2р..
17		Низкий старт и стартовый разгон. Эстафетный бег.	Знать технику бега с низкого старта. Выполнять комплексы упражнений по профилактике утомления и перенапряжения организма, повышению его работоспособности.	<i>Познавательные:</i> формирование умения самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя нов. задачи <i>Коммуникативные:</i> формирование умения работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов. <i>Регулятивные:</i> формирование умения соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, корректировать свои действия.	Повышение самооценки на основе критериев успешной учебной деятельности.	Изучение нового материала	ОРУ со скакалкой. Прыжки через скакалку в 1 мин. СБУ. Низкий старт (до 30 м). Стартовый разгон, бег по дистанции (70 – 80 м). Эстафетный бег (<i>передача эстафетной палочки</i>). Игра в футбол и волейбол.	СБУ, бег 60м х 2р..
18		Стартовый разгон, бег по дистанции. Прыжки через скакалку (к).				Комбинированный	ОРУ со скак-кой. СБУ. Низкий старт (до 30 м), стартовый разгон. Бег по дистанции (70 – 80м) <u>Прыжки через ск-ку в 1 мин:</u> Д:130 - 125 - 115 р. М:125 - 120 - 110 р. Эстафетный бег (круговая эстафета).	СБУ, бег 60м х 2р..
19		Бег на короткие дистанции. Прыжки в длину с места.	Знать имена лучших легкоатлетов России и зарубежных стран.		Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию.	Учётный	ОРУ. СБУ. <u>Бег 30 м (к):</u> М: 4,5 - 5,3 - 5,5 с, Д: 4,9 - 5,8 - 6,0 с Бег по дистанции (70 – 80 м). Прыжки в длину с места. Основы обучения двигательным действиям. Игра в футбол и волейбол.	Прыжковые упр-я, ускорения на 70 м.
20		Бег по дистанции, финиширование. Прыжки в длину с места.	Выполнять тестовые нормативы Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и			Комбинированный	ОРУ в движении. СБУ. Низкий старт (30-40 м), бег по дистанции (70-80 м). Финиширование. <u>Прыжки в длину с места (к):</u> М:220-190-175 см, Д:205-165-155 см. Игра в футбол и в бадминтон.	Прыжковые упр-я, ускорения на 70 м.

			обороне».					
21		Бег 60 м с низкого старта. Футбол.	Знать правила соревнований в беге на короткие дистанции.	<i>Познавательные:</i> <u>общеучебные</u> – выбирать наиболее эффективные способы решения задач.	Формирование навыка систематического наблюдения за своим физическим состоянием, величиной физических нагрузок.	Учётный	ОРУ в движении. СБУ. <u>Бег 60 м с низкого старта (к):</u> М: 8,5 - 9,2 - 10,0 с, Д: 9,4 - 10,0 - 10,5 с. Игра в футбол и в бадминтон.	Прыжковые упр-я, ускорения на 70 м.
22		Метание способом «из-за спины через плечо». Футбол.	Определять признаки положительного влияния занятий физической подготовкой на укрепление здоровья.	<i>Коммуникативные:</i> определять свои действия и действия партнера, которые способствовали или препятствовали продуктивной коммуникации.		Комбинированный	ОРУ вариантом игры «Вызов номеров». Метание способом «из-за спины через плечо» с 5 - 6 шагов. Равномерный бег 6 мин. Игра в футбол и в волейбол в кругу.	СПУ, метание на дальность.
23		Метание на дальность. Прыжки в высоту способом «перешагивания». Футбол.	Самостоятельно проводить занятия по обучению двигательным действиям, анализировать особенности их выполнения, выявлять ошибки и своевременно устранять их.	<i>Регулятивные:</i> формирование умения самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач.	Формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам.	Совершенствования	ОРУ вариантом игры «Вызов номеров». Прыжки в высоту способом «перешагивание» с 11-13 беговых шагов. Отталкивание. Метание мяча на дальность в коридоре 10 м с разбега. Развитие скоростно-силовых качеств.	СПУ, метание на дальность.
24		Метание на дальность. Прыжки в высоту способом «перешагивания».				Контрольный	ОРУ. Прыжки в высоту с 11 – 13 беговых шагов способом «перешагивания» (<i>отталкивание, переход планки</i>). <u>Метание на дальность (к):</u> М: 45 - 40 - 31 м, Д: 30 - 28 - 18 м.	СПУ, метание на дальность.

4. Учебные нормативы по усвоению навыков, умений, развитию двигательных качеств.

Оценка успеваемости по физической культуре в 9-х классах производится на общих основаниях и включает в себя качественные и количественные показатели: уровень соответствующих знаний, степень владения двигательными умениями и навыками, умение осуществлять физкультурно-оздоровительную и спортивную деятельность, выполнение учебных нормативов.

9 класс.

№ п/п	Контрольные упражнения	ПОКАЗАТЕЛИ					
		Мальчики			Девочки		
		“5”	“4”	“3”	“5”	“4”	“3”
1	Челночный бег 3x10 м, сек	8.0	8.7	9.0	8.6	9.4	9.9
2	Бег 30 м, сек.	4.5	5.3	5.5	4.9	5.8	6.0
3	Бег 60 м, сек.	8,5	9,2	10,0	9,4	10,0	10,5
4	Кросс 2000 м, мин	9.20	10.00	11.00	10.20	12.00	13.00
5	Прыжки в длину с места	220	190	175	205	165	155
6	Прыжки в высоту с разбега	130	120	110	115	110	100
7	Подтягивание на высокой (м-ки) и низкой (д-ки) перекладине	10	7	3	16	12	5
8	Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа	32	27	22	20	15	10
9	Наклоны вперед из положения сидя	12+	8	4-	20+	12	7-
10	Подъем туловища за 1 мин из положения лежа	50	45	40	40	35	26
11	Прыжки через скакалку за 1 мин, раз	125	120	110	130	120	115
12	Метание мяча 150 г на дальность с разбега, м	45	40	31	30	28	18
13	Прыжки в длину с разбега	430	380	330	380	330	290

Уровень физической подготовленности обучающихся 15 лет.

№	Физические способности	Контрольное упр-е (тест)	Уровень					
			мальчики			девочки		
			низкий	средний	высокий	низкий	средний	высокий
1	Скоростные	Бег 30 м, с	5,5	5,3-4,9	4,5	6,0	5,8-5,3	4,9
2	Координационные	Челночный бег 3x10 м, с	8,6	8,4-8,0	7,7	9,7	9,3-8,8	8,5
3	Скоростно-силовые	Прыжок в длину с места	175	190-205	220	155	165-185	205
4	Выносливость	6-минутный бег, м	1100	1250-1350	1500	900	1050-1200	1300
5	Гибкость	Наклон вперед из положения сидя, см	4	8 – 10	12	7	12 – 14	20
6	Силовые	Подтягивание на высокой перекладине (юн) На низкой перекладине	3	7 – 8	10	5	12 – 13	16

		(дев)						
--	--	-------	--	--	--	--	--	--

5. Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение.

№ п/п	Наименование объектов и средств материально-технического оснащения	Необходимое кол-во	Примечание
1	Библиотечный фонд (книгопечатная продукция)		
1.1	Учебная, научная, научно-популярная литература по физической культуре и спорту, олимпийскому движению.	д	В составе библиотечного фонда.
1.2	Методические издания по физической культуре для учителей.	д	Метод. пособия и рекомендации, журнал «Физическая культура в школе».
2	Демонстрационные учебные пособия		
2.1	Плакаты методические	д	
3	Технические средства обучения		
3.1	Проектор	д	
4	Учебно-практическое и учебно-лабораторное оборудование		
4.1	Стенка гимнастическая	г	
4.2	Бревно гимнастическое напольное	г	
4.3	Канат для лазанья с механизмом крепления	г	
4.4	Козёл гимнастический	г	
4.5	Мост гимнастический подкидной	г	
4.6	Скамейка гимнастическая жёсткая	г	
4.7	Комплект навесного оборудования	г	
4.8	Скамья атлетическая наклонная	г	
4.9	Секундомер	г	
4.10	Коврик гимнастический	г	
4.11	Сетка для переноса малых мячей	г	
4.12	Маты гимнастические	г	
4.13	Мяч набивной (1 кг, 2 кг)	г	
4.14	Мяч малый (теннисный)	г	
4.15	Скакалка гимнастическая	к	
4.16	Палка гимнастическая	к	
4.17	Обруч гимнастический	г	
5	Лёгкая атлетика		
5.1	Планка для прыжков в высоту	д	
5.2	Стойки для прыжков в высоту	д	
5.3	Рулетка измерительная (10 м)	д	
6	Подвижные и спортивные игры		
6.1	Щиты баскетбольные навесные с кольцами и сеткой	г	

6.2	Мячи баскетбольные	Г	
6.3	Теннисные мячи	Г	
6.5	Стойки волейбольные универсальные	Д	
6.6	Жилетки игровые с номерами	Г	
6.7	Сетка волейбольная	Д	
6.8	Мячи волейбольные	Г	
6.9	Насос для накачивания мячей	Д	
6.10	Мячи футбольные	Г	
Средства первой помощи			
6.11	Аптечка медицинская	Д	
7	Спортивные залы (кабинеты)		
7.1	Спортивный зал (игровой)		С раздевалками для мальчиков и девочек
7.2	Спортивный зал (гимнастический)		С раздевалками для мальчиков и девочек
7.3	Кабинет учителя		Включает в себя рабочий стол, стулья, шкафы
7.4	Подсобное помещение для хранения инвентаря и оборудования		Включает в себя стеллажи, контейнеры
8	Пришкольный стадион (площадка)		
8.1	Игровое поле для футбола	Д	
8.2	Сектор для прыжков в длину	Д	

Примечание. Количество учебного оборудования приводится в расчёте на два спортивных зала. Конкретное количество средств и объектов материально-технического оснащения указано с учётом средней наполняемости класса (26—30 обучающихся). Условные обозначения: Д — демонстрационный экземпляр (1 экз.); К — комплект (из расчёта на каждого ученика, исходя из реальной наполняемости класса); Г — комплект, необходимый для практической работы в группах.