

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Бутовская средняя общеобразовательная школа №1»**



«Утверждаю»

Директор

МБОУ «Бутовская СОШ №1»

И.М. Овчинникова

«30» августа 2018 г.

**Рабочая программа
по физической культуре
(базовый уровень)
7б класса**

Составитель: Моторин Алексей Николаевич,
учитель физической культуры
первой квалификационной категории

2018-2019 учебный год

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Рабочая программа составлена на основе:

- Федеральный закон «Об образовании в РФ» от 29.12.2012 г. № 273-ФЗ.
- ФГОС основного общего образования - утвержден приказом Минобрнауки РФ от 17.12.2010 г. № 1897 с изменениями, утвержденными приказами Минобрнауки РФ от 29.12.2014 г. № 1644 и от 31.12. 2015 года № 1577;
- Стратегии развития физической культуры и спорта на период до 2020г. Распоряжение Правительства РФ от 07.08.2009г. №1101-р;
- О проведении мониторинга физического развития обучающихся. Письмо Минобрнауки РФ от 29.03.2010г. № 06-499;
- О Концепции Федеральной целевой программы развития образования на 2011-2015г.г. Распоряжение Правительства РФ от 07.02.2011г. №163-р.
- Федеральный перечень учебников (приказ МОиН РФ от 31.03.2014 г., № 253)
- программы общеобразовательных учреждений физического воспитания учащихся 5 -11 классы. М. Просвещение 2015г., под общей редакцией А.П. Матвеева.

В соответствии с ФБУПП учебный предмет «Физическая культура» вводится как обязательный предмет в средней школе, на его преподавание отводится 102 часа в год.

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

Реализация данных целей связана с решением следующих образовательных задач:

- укрепление здоровья, улучшение осанки, профилактику плоскостопия: содействие гармоническому физическому развитию, выработку устойчивости к неблагоприятным условиям внешней среды;
- овладение школой движения;
- развитие двигательных способностей;
- выработку представлений об основных видах спорта, снарядах и инвентаре, о соблюдении правил техники безопасности во время занятий;
- приобщение к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, подвижными играми, сознательно применять их в целях отдыха, тренировки, повышения работоспособности и укрепления здоровья;
- содействие воспитанию нравственных и волевых качеств, развитие психических процессов и свойств личности.

Оздоровительные задачи:

- формирование элементарных знаний о личной гигиене, режиме дня, влиянии физических упражнений на состояние здоровья, работоспособность и развитие двигательных способностей;

Воспитательные задачи:

- воспитание дисциплинированности, доброжелательного отношения к товарищам, честности, отзывчивости, смелости во время выполнения физических упражнений;
- содействие развитию психических процессов (представления, памяти, мышления и др.) в ходе двигательной деятельности.

Содержание программного материала состоит **из двух основных частей:**

Базовый компонент составляет основу общегосударственного стандарта общеобразовательной подготовки в сфере физической культуры и не зависит от региональных, национальных и индивидуальных особенностей ученика.

Вариативная (дифференцированная) часть физической культуры обусловлена необходимостью учёта индивидуальных способностей детей, региональных, национальных и местных особенностей работы школ.

Темы раздела единоборства изучаются в разделе «Гимнастика», часы, отведенные на раздел единоборства переносятся на раздел «Легкая атлетика», «Гимнастика». Вариативная часть включает в себя программный материал по баскетболу, волейболу, гимнастике.

Для прохождения теоретических сведений можно выделять время, как в процессе уроков, так и один час урочного времени в каждой четверти.

Оценка успеваемости по физической культуре в 7 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.

Результаты освоения учебной программы по курсу «Физическая культура»

В соответствии с требованиями к результатам освоения основной образовательной программы основного общего образования Федерального государственного образовательного стандарта данная рабочая программа для 7 классов направлена на достижение учащимися личностных, метапредметных и предметных результатов по физической культуре.

Личностные результаты

освоение социальных норм, правил поведения, ролей социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые и социальные сообщества;

способах профилактики заболеваний, травматизма и оказания доврачебной помощи при занятиях физическими упражнениями;

способность управлять своими эмоциями, владеть культурой общения и взаимодействия в процессе занятий физическими упражнениями, во время игр и соревнований;

способность принимать активное участие в организации и проведении совместных физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий;

умение длительно сохранять правильную осанку во время статичных поз и в процессе разнообразных видов двигательной деятельности;

владение умениями:

- в циклических и ациклических локомоциях: с максимальной скоростью пробегать 30 м из положения низкого старта; в равномерном темпе бегать до 10 мин (мальчики) и до 8 мин (девочки);

- в метаниях на дальность и на меткость: метать малый мяч с места и с разбега; метать малый мяч с места и с 3 шагов разбега в горизонтальную и вертикальную цели с 10- 15 м;

- в гимнастических и акробатических упражнениях: опорный прыжок через козла в длину (мальчики) и в ширину (девочки); комбинацию движений с одним из предметов (мяч, палка, скакалка, обруч), состоящих из шести элементов, комбинацию, состоящую из шести гимнастических элементов выполнять акробатическую комбинацию из двух элементов, включающую кувырки вперёд и назад, длинный кувырок (мальчики), кувырок вперёд и назад в полушпагат, «мост с помощью» (девочки);

- в спортивных играх: играть в одну из спортивных игр (по упрощённым правилам);

- владеть правилами поведения на занятиях физическими упражнениями: соблюдать нормы поведения в коллективе.

Метапредметные результаты

бережное отношение к собственному здоровью и здоровью окружающих, проявление доброжелательности и отзывчивости к людям, имеющим ограниченные возможности и нарушения в состоянии здоровья;

владение культурой речи, ведение диалога в доброжелательной и открытой форме, проявление к собеседнику внимания, интереса и уважения;

Предметные результаты

понимание роли и значения физической культуры в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;

бережное отношение к собственному здоровью и здоровью окружающих, проявление доброжелательности и отзывчивости к людям, имеющим ограниченные возможности и нарушения в состоянии здоровья;

проявление уважительного отношения к окружающим, товарищам по команде и соперникам, проявление культуры взаимодействия, терпимости и толерантности в достижении общих целей при совместной деятельности;

профилактика нарушения осанки, улучшение физической подготовки;

Основные задачи курса:

- содействие гармоничному физическому развитию, закрепление навыков правильной осанки, развитие устойчивости организма к неблагоприятным условиям внешней среды, воспитание ценностных ориентаций на здоровый образ жизни и привычки соблюдения личной гигиены;
- обучение основам базовых видов двигательных действий;
- дальнейшее развитие координационных (ориентирование в пространстве, перестроение двигательных действий, быстрота и точность реагирования на сигналы, согласование движений, ритм, равновесие, точность воспроизведения и дифференцирования основных параметров движений) и кондиционных способностей (скоростно-силовых, скоростных, выносливости, силы и гибкости);
- формирование основ знаний о личной гигиене, о влиянии занятий физическими упражнениями на основные системы организма, развитие волевых и нравственных качеств;
- выработку представлений о физической культуре личности и приемах самоконтроля;
- углубление представления об основных видах спорта, соревнованиях, снарядах и инвентаре, соблюдение правил техники безопасности во время занятий, оказание первой помощи при травмах;
- воспитание привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, избранными видами спорта в свободное время;
- выработку организаторских навыков проведения занятий в качестве командира отделения, капитана команды, судьи;
- формирование адекватной оценки собственных физических возможностей;
- воспитание инициативности, самостоятельности, взаимопомощи, дисциплинированности, чувства ответственности;
- содействие развитию психических процессов и обучение основам психической саморегуляции.

Особенности организации учебного процесса

Основные формы организации образовательного процесса в основной школе — уроки физической культуры, физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня, спортивные соревнования и праздники, занятия в спортивных секциях и кружках, самостоятельные занятия физическими упражнениями (домашние занятия).

Уроки физической культуры — это основная форма организации учебной деятельности учащихся в процессе освоения ими содержания предмета. В основной школе уроки физической культуры подразделяются на три типа: уроки с образовательно-познавательной направленностью, уроки с образовательно-обучающей направленностью и уроки с образовательно-тренировочной направленностью. В целом каждый из типов уроков физической культуры носит образовательную направленность и по возможности должен включать школьников в различные формы самостоятельной деятельности (самостоятельные упражнения и учебные задания).

Основные методы (продуктивные и репродуктивные и т.д.) работы на уроке: словесный; демонстрации; разучивания упражнений; совершенствования двигательных действий и воспитания физических качеств; игровой и соревновательный.

В работе используются разные формы организации деятельности учащихся на уроке — индивидуальная, групповая, фронтальная, поточная, круговая, дифференцированная и варьируются виды деятельности в рамках одного урока. В этом возрасте рекомендуется применять метод индивидуальных занятий, дополнительных упражнений, заданий по овладению двигательными действиями, развитию физических способностей с учетом типа телосложения, склонностей, физической и технико-тактической подготовленности.

Для занятий физической культурой, на основании данных о состоянии здоровья и физического развития, обучающиеся распределяются для занятий физическими упражнениями **на основную, подготовительную и специальную медицинские группы**. Допускаемая физическая нагрузка для каждой группы обучающихся должна определяться в соответствии с ее медицинской характеристикой.

Основная медицинская группа, которую составляют лица без отклонений в состоянии здоровья, а также лица, имеющие незначительные отклонения в состоянии здоровья, с хорошим физическим развитием. Занятия проводятся по учебным программам физического воспитания в полном объеме. Обучающимся разрешается участие в соревнованиях и занятиях в одной из спортивных секций.

Подготовительная медицинская группа, которую составляют лица, имеющие незначительные отклонения в состоянии здоровья, с недостаточным физическим развитием, проводят занятия по учебным программам физического воспитания при условии постепенного освоения комплекса двигательных навыков и умений, особенно связанных с предъявлением организму повышенных требований. С данной категорией учащихся проводятся дополнительные занятия для повышения уровня физического развития.

Специальная медицинская группа, которую составляют лица, имеющие отклонения в состоянии здоровья постоянного или временного характера, требующие ограничения физических нагрузок, допущенные к выполнению учебной и производственной работы проводят занятия по специальным учебным программам.

В соответствии Правилами безопасности занятий по физической культуре и спорту в общеобразовательных школах, утвержденных Минпросвещения СССР 19 апреля 1979 года, учащиеся основной медицинской группы подлежат медицинскому осмотру не реже одного раза в течение учебного года; учащиеся подготовительной медицинской группы не реже одного раза в учебную четверть; учащиеся специальной медицинской группы не реже одного раза в четыре месяца подвергаются углубленному медицинскому осмотру, а также после каждого кратковременного заболевания и в конце учебного года.

Учащиеся, временно освобожденные от занятий физическими упражнениями, обязаны присутствовать на уроках физической культуры, при этом допускается их привлечение учителем к подготовке занятий. Временное освобождение от занятий физическими упражнениями допускается с разрешения медицинского персонала школы.

После перенесенных болезней необходимо получить разрешение на занятие у врача. При этом следует выдерживать сроки возобновления занятий, с учетом рекомендаций медицинского персонала.

Оценивать достижения обучающихся подготовительной и СМГ по критериям, которые используются для выставления отметки основной группы обучающихся, нельзя. Для обучающихся этих групп здоровья в первую очередь необходимо оценить их успехи в формировании навыков здорового образа жизни и рационального двигательного режима. При выставлении текущей отметки обучающимся подготовительной и СМГ необходимо соблюдать особый такт, быть максимально внимательным, не унижать достоинства ученика, использовать отметку таким образом, чтобы она способствовала его развитию, стимулировала его на дальнейшие занятия физической культурой.

Итоговая отметка по физической культуре в этих группах выставляется с учетом теоретических и практических знаний (двигательных умений и навыков, умений осуществлять физкультурно-оздоровительную и спортивно-оздоровительную деятельность), а также с учетом динамики физической подготовленности и прилежания. Основной акцент в оценивании учебных достижений по физической культуре учащихся, имеющих выраженные отклонения в состоянии здоровья, должен быть сделан на стойкой их мотивации к занятиям физическими упражнениями и динамике их физических возможностей. При самых незначительных положительных изменениях в физических возможностях обучающихся, которые обязательно должны быть замечены учителем и сообщены учащемуся (родителям), выставляется положительная отметка.

Положительная отметка должна быть выставлена также обучающемуся, который не продемонстрировал существенных сдвигов в формировании навыков, умений и в развитии физических качеств, но регулярно посещал занятия по физической культуре, старательно выполнял задания учителя, овладел доступными ему навыками самостоятельных занятий оздоровительной или корригирующей гимнастики, необходимыми знаниями в области физической культуры.

Занятия с детьми, которые присутствуют на уроках физической культуры, но не могут заниматься по освобождению или по болезни, проводят в форме защиты проектов, докладов, презентаций, сообщений на определенную тему.

СОДЕРЖАНИЕ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

	Вид программного материала	Количество часов (уроков)
		Класс
		7
1	Базовая часть	85
1.1	Основы знаний о физической культуре	В процессе урока
1.2	Спортивные игры (волейбол)	15
1.3	Гимнастика с элементами акробатики	25
1.4	Легкая атлетика	20
1.6	Лыжная подготовка	18
2	Вариативная часть	20
2.1	Баскетбол	10
2.2	Футбол	9
2.3	Туризм	1
2.4	Познай себя	7
	Итого	105

**Календарно-тематическое планирование по курсу «Физическая культура»
для 7 класса**

Номер урока	Наименование разделов и тем	Характеристика основных видов учебной деятельности учащихся	Плановые сроки прохождения программы	Скорректированные сроки прохождения программы
1	Страницы истории. Физкультура и спорт в Российской Федерации на современном этапе	Объясняют, чем замечателен советский период развития олимпийского движения в России. Анализируют положение ФЗ «О физической культуре и спорту»		
2	Познай себя. Влияние физических упражнений на основные системы организма	Составляют личный план физического самовоспитания. Выполняют тренировки для различных групп мышц.		
3	Режим труда и отдыха. Допинг.	Выполняют основные правила организации распорядка дня. Объясняют роль и значение занятий физической культурой в профилактике вредных привычек		
4	Рацион питания	Соблюдают основные гигиенические правила.		
5	Проведение самостоятельного занятия по физкультуре	Объясняют роль и значение занятий физической культурой в профилактике вредных привычек.		
6	Самоконтроль. Измерение резервов организма и состояния здоровья с помощью функциональных проб.	Измеряют пульс до, во время, после занятий. Заполняют дневник самоконтроля.		
7	Причины возникновения травм и повреждений при занятиях.	Тренируются по оказанию первой медицинской помощи.		
8	Овладение техникой спринтерского бега. Техника безопасности. Высокий старт от 30 до 40 м.	Развивают координационные способности. Описывают технику беговых упражнений.		
9	Бег с ускорением от 40 до 60 м.	Демонстрируют вариативное выполнение беговых		

		упражнений. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения прыжковых упражнений, соблюдают правила безопасности.		
10	История легкой атлетики. Скоростной бег до 60 м.	Описывают технику беговых упражнений и выявляют ошибки.		
11	Бег на результат 60 м.	Выбирают индивидуальный режим физической нагрузки, контролировать её по частоте сердечных сокращений. Выполняют бег на результат.		
12	Овладение техникой длительного бега. Бег в равномерном темпе от 15-20 мин.	Выбирают индивидуальный режим физической нагрузки, контролировать её по частоте сердечных сокращений. Развивают выносливость в кроссовом беге до 12 мин, выбирать индивидуальный темп движения.		
13	Легкоатлеты России. Бег на 1500 м	Выполняют контрольный тест-1000 м.		
14	Овладение техникой прыжка в длину. Прыжки в длину с 9-11 шагов разбега	Использовать разученные упражнения в самостоятельных занятиях при решении задач физической и технической подготовки. Описывают технику прыжковых упражнений.		
15	Закрепление техники прыжка в высоту. Прыжки в высоту с 3-5 шагов разбега	Умеют бегать кросс до 15 мин. Выбирают индивидуальный режим физической нагрузки, контролировать её по частоте сердечных сокращений.		
16	Закрепление техники метания малого мяча на дальность. Техника безопасности.	Применяют метательные упражнения для развития силы. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения прыжковых упражнений, соблюдают правила безопасности.		
17	Закрепление техники метания малого мяча на дальность	Применяют метательные упражнения для развития силы. Взаимодействуют со сверстниками в процессе		

		совместного освоения прыжковых упражнений, соблюдают правила безопасности.		
18	Правила соревнований. Ловля набивного мяча (3 кг) двумя руками	Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения прыжковых упражнений, соблюдают правила безопасности.		
19	Эстафеты, минутный бег, круговая тренировка	Применяют разученные упражнения для развития выносливости. Выполняют правила игры, научиться уважительно относиться к сопернику и управлять своими эмоциями		
20	Спортивная акробатика. Инструктаж по ТБ. Техника выполнения физических упражнений	Различают предназначение каждого из видов гимнастики.		
21	Повторение строевых упражнений.	Овладевают правилами техники безопасности страховки во время занятий. Различают строевые команды		
22	Обучение командам «Пол-оборота направо!», «Пол-оборота налево!», «Полшага!», «Полный шаг!»	Различают строевые команды, четко выполняют строевые приемы.		
23	Общеразвивающие упражнения без предметов на месте и в движении	Описывают технику ОРУ. Составляют комбинации из упражнений.		
24	Общеразвивающие упражнения с предметами	Описывают технику ОРУ. Составляют комбинации из упражнений.		
25	Подтягивание в висе, подтягивание из виса лежа	Выполняют контрольный норматив		
26	Освоение висов и упоров	Описывают технику выполнения упражнений. Овладевают правилами безопасности и страховки во время занятий физическими упражнениями. Используют гимнастические и акробатические упражнения для развития физических		

		способностей		
27	Освоение опорного прыжка	Описывают технику выполнения упражнений. Овладевают правилами безопасности и страховки во время занятий физическими упражнениями. Используют гимнастические и акробатические упражнения для развития физических способностей.		
28	Освоение опорного прыжка	Овладевают правилами безопасности и страховки во время занятий физическими упражнениями. Описывают технику данных упражнений		
29	Освоение акробатических упражнений	Описывают технику данных упражнений. Техника безопасности.		
30	Освоение акробатических упражнений	Составляют гимнастические комбинации из разученных упражнений. Используют гимнастические и акробатические упражнения для развития координационных способностей.		
31	Развитие координационных способностей. Упражнения на гимнастическом бревне	Используют гимнастические и акробатические упражнения для развития координационных способностей. Применяют упражнения для организации самостоятельных тренировок		
32	Лазание по канату. Подтягивания	Применяют упражнения для организации самостоятельных тренировок. Оказывают помощь в установке и уборке снарядов.		
33	Прыжки со скакалкой. Опорные прыжки	Описывают технику опорного прыжка. Взаимодействуют со сверстниками в процессе соревновательной деятельности.		
34	Упражнения с предметами. Акробатические упражнения на гимнастической стенке	Развивают скоростно-силовые способности. Закрепляют технику акробатических упражнений.		
35	Развитие силовых	Взаимодействуют со		

	способностей и гибкости	сверстниками в процессе соревновательной деятельности. Умеют определять победителя.		
36	Упражнения по развитию гибкости с предметами и без предметов	Развивают гибкость. Оказывают страховку и самостраховку.		
37	Помощь и страховка. Составление простейших комбинаций упражнений	Оказывают страховку и самостраховку. Используют подтягивание для развития силовых способностей и силовой выносливости.		
38	Комбинация акробатических упражнений, правила соревнований	Выполняют контрольный тест-акробатическая комбинация. Взаимодействуют со сверстниками в процессе соревновательной деятельности.		
39	Передвижение на лыжах 1000м.	Соблюдают правила, чтобы избежать травм при ходьбе на лыжах.		
40	Торможение и поворот упором. Передвижение на лыжах 1500м	Осуществляют самоконтроль за физической нагрузкой во время занятий.		
41	Игра « Гонки с преследованием» Передвижение 2500м	Осуществляют самоконтроль за физической нагрузкой во время занятий. Взаимодействуют со сверстниками соблюдают технику безопасности.		
42	Правила техники безопасности. Одновременные одношажный ход.	Руководствуются правилами техники безопасности. Овладевают основными приемами .		
43	Одновременные одношажный ход. Передвижение 2000м.	Описывают технику лыжных ходов при этом соблюдать правила безопасности. Развивают координационные способности.		
44	Подъем в гору скользящим шагом . Игра « Эстафета с передачей палочек»	Описывают технику лыжных ходов при этом соблюдать правила безопасности..		
45	Преодоление бугров и впадин при спуске с горы. Игра « С горки на горку»	Описывают технику лыжных ходов при этом соблюдать правила безопасности. Развивают силовые способности..		
46	Передвижение на лыжах 3,5 км. Игра «	Описывают технику лыжных ходов при этом соблюдать		

	Гонки с выбыванием»	правила безопасности. Развивают силовые способности.		
47	Правила самостоятельного выполнения упражнений и домашних заданий.	Взаимодействуют со сверстниками в процессе освоения игровых упражнений, при этом соблюдать правила безопасности. Развивают координационные способности.		
48	Значение занятий лыжным спортом для поддержания работоспособности. Передвижение 3,5 км.	Руководствуются правилами техники безопасности. Овладевают основными приемами игры в баскетбол		
49	Поворот на месте махом. Передвижение 3.5 км.	Описывают технику лыжных ходов. Соблюдают технику безопасности		
50	Применение лыжных мазей. Игра «Карельская гонка»	Описывают технику лыжных ходов. Соблюдают технику безопасности		
51	Передвижение 3000 м.	Описывают технику лыжных ходов. Соблюдают технику безопасности		
52	Техника безопасности при занятиях лыжным спортом. Передвижение 4000 м.	Описывают технику лыжных ходов. Соблюдают технику безопасности.		
53	Оказание помощи при обморожениях и травмах. Передвижение 4000 м.	Описывают технику лыжных ходов. Соблюдают технику безопасности.		
54	Передвижение 4000 м.	Описывают технику лыжных ходов. Соблюдают технику безопасности.		
55	Поворот на месте махом.	Описывают технику лыжных ходов. Соблюдают технику безопасности.		
56	Лыжная гонка 4000 м. Техника безопасности на соревнованиях.	Описывают технику лыжных ходов. Соблюдают технику безопасности.		
57	Основные приемы игры. Инструктаж по ТБ	Овладевают основными приемами игры в баскетбол. Техника безопасности.		
58	Повторение техники перемещения приставным шагом боком, лицом и спиной	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и		

	вперед	устраняя типичные ошибки.		
59	Закрепление техники ловли и передачи мяча двумя руками от груди и одной рукой от плеча	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.		
60	Закрепление техники ведения мяча в низкой, средней и высокой стойке на месте и в движении	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе освоения игровых упражнений, при этом соблюдать правила безопасности.		
61	Закрепление техники броска одной и двумя руками с места и в движении	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.		
62	Закрепление техники вырывания и выбивания мяча	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействовать со сверстниками в процессе освоения игровых упражнений, при этом соблюдать правила безопасности.		
63	Комбинация из освоенных элементов: ловля, передача, ведение, бросок	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе освоения игровых упражнений, при этом соблюдать правила безопасности. Развивают координационные способности.		
64	Комбинация из освоенных элементов техники перемещения и владения мячом	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.		
65	Позиционное	Описывают технику		

	нападение (5*0) с изменением позиций.	изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки.		
66	Игра по правилам мини-баскетбола	Описывают технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействовать со сверстниками в процессе совместного освоения тактики и игровых упражнений, при этом соблюдать правила безопасности.		
67	Основные приемы игры в волейбол. Инструктаж по ТБ	Овладевают основными приемами игры в волейбол. Техника безопасности.		
68	Закрепление техники стойки игрока. Перемещения в стойке.	Описывать технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Выполняют правила игры, уважительно относится к сопернику и управлять своими эмоциями.		
69	Закрепление техники передачи мяча сверху двумя руками	Описывать технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Выполняют правила игры, уважительно относится к сопернику и управлять своими эмоциями.		
70	Игра по правилам мини-волейбола	Описывать технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Выполняют правила игры, уважительно относится к сопернику и управлять своими эмоциями.		
71	Упражнения по овладению мячом во время бега с изменением направления	Описывать технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Выполняют правила игры,		

		уважительно относится к сопернику и управлять своими эмоциями.		
72	Эстафеты. Круговая тренировка	Описывать технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Выполняют правила игры, уважительно относится к сопернику и управлять своими эмоциями.		
73	Закрепление техники приема мяча снизу двумя руками на месте	Описывать технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Выполняют правила игры, уважительно относится к сопернику и управлять своими эмоциями.		
74	Закрепление техники нижней прямой подача через сетку	Описывать технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Выполняют правила игры, уважительно относится к сопернику и управлять своими эмоциями.		
75	Закрепление техники прямого нападающего удара	Описывать технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Выполняют правила игры, уважительно относится к сопернику и управлять своими эмоциями.		
76	Комбинация из освоенных элементов: прием, передача, удар	Описывать технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Выполняют правила игры, уважительно относится к сопернику и управлять своими эмоциями.		
77	Как выполнить комбинацию из освоенных элементов:	Описывать технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и		

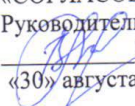
		устраняя типичные ошибки. Выполняют правила игры, уважительно относятся к сопернику и управлять своими эмоциями.		
78	Закрепление тактики свободного нападения	Моделируют технику освоенных игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций, возникающих в процессе игровой деятельности. Организуют совместные занятия волейболом со сверстниками. Осуществляют судейство игры..		
79	Позиционное нападение с изменением позиции	Моделируют технику освоенных игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций, возникающих в процессе игровой деятельности. Организуют совместные занятия волейболом со сверстниками. Осуществляют судейство игры.		
80	Совершенствование координационных способностей	Моделируют технику освоенных игровых действий и приемов, варьировать ее в зависимости от ситуаций, возникающих в процессе игровой деятельности.		
81	Организация и проведение спортивных игр. Игра по упрощенным правилам	Выполняют правила игры, уважительно относятся к сопернику и управлять своими эмоциями. Развивают координационные способности		
82	Основные приемы игры в футбол. Инструктаж по ТБ	Овладевают основными приемами игры в футбол. Техника безопасности.		
83	Закрепление техники стоек , перемещений.	Описывать технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе освоения игровых упражнений, при этом соблюдать правила		

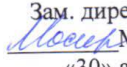
		безопасности.		
84	Закрепление техники ведения мяча по прямой с изменением направления движения	Описывать технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе освоения игровых упражнений, при этом соблюдать правила безопасности.		
85	Закрепление техники ударов по воротам разными способами	Описывать технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе освоения игровых упражнений, при этом соблюдать правила безопасности.		
86	Комбинация из освоенных элементов: ведение, удар, прием, остановка, удар по воротам	Описывать технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе освоения игровых упражнений, при этом соблюдать правила безопасности.		
87	Комбинация из освоенных элементов техники перемещений и владения мячом	Описывать технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе освоения игровых упражнений, при этом соблюдать правила безопасности.		
88	Позиционное нападение с изменением позиции игроков	Описывать технику изучаемых игровых приемов и действий, осваивают их самостоятельно, выявляя и устраняя типичные ошибки. Взаимодействуют со сверстниками в процессе		

		освоения игровых упражнений, при этом соблюдать правила безопасности.		
89	Игра по упрощенным правилам	Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместной деятельности.		
90	Основные двигательные способности	Применяют беговые упражнения для развития выносливости. Описывают технику дыхательных упражнений, осваивать ее самостоятельно, выявлять и устранять ошибки в процессе усвоения.		
91	Упражнения для развития гибкости	Выполняют комплекс упражнений для развитие гибкости.		
92	Упражнения для развития силы	Выполняют комплекс упражнений для развитие силы.		
93	Упражнения для развития быстроты	Выполняют комплекс упражнений для развитие быстроты.		
94	Упражнения для развития выносливости	Выполняют комплекс упражнений для развитие выносливости.		
95	Упражнения для развития ловкости	Выполняют комплекс упражнений для развитие ловкости.		
96	Бег с ускорением, скоростной бег	Выбирают индивидуальный режим физической нагрузки, контролировать её по частоте сердечных сокращений. Развивают выносливость в кроссовом беге до 12 мин, выбирать индивидуальный темп движения		
97	Бег в равномерном темпе от 15-20 мин	Выбирают индивидуальный режим физической нагрузки, контролировать её по частоте сердечных сокращений. Развивают выносливость в кроссовом беге до 12 мин, выбирать индивидуальный темп движения		
98	Бег в равномерном темпе от 15-20 мин	Выбирают индивидуальный режим физической нагрузки, контролировать её по частоте сердечных сокращений. Развивают выносливость в кроссовом беге до 12 мин,		

		выбирать индивидуальный темп движения		
99	Освоение техники прыжка в длину с разбега (9-11 шагов)	Использовать разученные упражнения в самостоятельных занятиях при решении задач физической и технической подготовки. Описывают технику прыжковых упражнений.		
100	Закрепление техники прыжка высоту с разбега (3-5 шагов) разбега	Описывают технику прыжковых упражнений, осваивают самостоятельно. Выбирают индивидуальный режим физической нагрузки, контролировать её по частоте сердечных сокращений.		
101	Закрепление техники метания малого мяча на дальность	Описывают технику метательных упражнений. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения прыжковых упражнений, соблюдают правила безопасности.		
102	Закрепление техники метания малого мяча на дальность	Описывают технику метательных упражнений. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения прыжковых упражнений, соблюдают правила безопасности.		
103	Кросс до 20 мин., бег с препятствиями	Применяют беговые упражнения для развитие выносливости. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения прыжковых упражнений, соблюдают правила безопасности		
104	Эстафеты, старты из различных положений	Применяют разученные упражнения для развития скоростных способностей		
105	Круговая тренировка.	Применяют разученные упражнения для развития скоростных способностей, выносливости. Взаимодействуют со сверстниками в процессе совместного освоения		

		прыжковых упражнений, соблюдают правила безопасности		
--	--	--	--	--

«СОГЛАСОВАНО»
Руководитель ШМО

Рюмшина В.М.
«30» августа 2018 г.

«СОГЛАСОВАНО»
Зам. директора по УВР

Москвина Е.В.
«30» августа 2018 г.

Лист коррекции

[illegible]