

Рассмотрена на заседании
школьного методического
объединения учителей

Евгения Викторовича Сляднева

Математический класс

Протокол № 1 от 30.08.2024

Руководитель ШМО:

Сляднева Евгения Викторовича

Принята на заседании
педагогического совета

Протокол № 1

от 30.08.2024

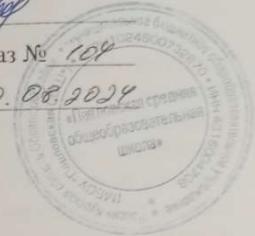
УТВЕРЖДАЮ:

Директор школы:

Сляднева Евгения Викторовича

Приказ № 109

от 30.08.2024



**Рабочая программа
по физической культуре
7 класс
преподавателя-организатора
Сляднева Евгения Викторовича**

2024 г

Содержание учебного предмета

Легкая атлетика (21 час)

Высокий старт до 10–15 м, бег с ускорением 40–50 м, финиширование, специальные беговые упражнения, развитие скоростных возможностей. Эстафеты. Влияние легкоатлетических упражнений на здоровье. Бег на результат до 30- 60м, специальные беговые упражнения, развитие скоростных возможностей. Эстафеты. Влияние легкоатлетических упражнений на различные системы организма. Обучение отталкиванию в прыжке в длину способом «согнув ноги», прыжок с 7–9 шагов разбега. Метание малого мяча в горизонтальную цель (1х1) с 5–6 м. ОРУ. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростно-силовых качеств Бег (1000 м). Специальные беговые упражнения. ОРУ. Старт, прохождение дистанции, финиширование. Правила соревнований в беге на средние дистанции. Равномерный бег мальчики – 1200м, девочки – 800м. Терминология кроссового бега. Бег по пересеченной местности с преодолением препятствий с использованием бега, ходьбы, прыжков. Бег с низкого старта в гору. Бег 1000 м - на результат.

Спортивные игры (Волейбол) (9 часов)

Комбинации из освоенных элементов техники перемещений. Имитация передачи мяча на месте и после перемещения двумя руками; освоение расположения кистей и пальцев рук на мяче; передача мяча над собой; передача сверху двумя руками на месте и после перемещения вперед в парах. Передача мяча в стену: в движении, перемещаясь вправо, влево приставным шагом; передач мяча в парах: встречная, над собой – партнеру; передача мяча в парах через сетку; прием и передача мяча снизу двумя руками: а) в парах с набрасыванием партнером; б) у стены над собой; в) сочетание верхней и нижней передачи в парах. Выполнение заданий с использованием подвижных игр «Салки маршем», «Веревочка под ногами». Специальные беговые упражнения. Нижняя прямая подача мяча: подача мяча в стену; подача мяча в парах - через ширину площадки с последующим приемом мяча; через сетку с расстояния 3 – 6 м. Подвижная игра «Поддай и попади». Прямой нападающий удар. Развитие координационных способностей. Разбег, прыжок и отталкивание (шаги по разметке, длина разбега 2 -4 м (3 шага); имитация замаха и удара кистью по мячу; бросок теннисного мяча через сетку в прыжке с разбега; прямой н/у после подбрасывания мяча партнером. Подвижные игры: «Бомбардиры», « По наземной мишени». Учебная игра. Прием и передача. Нижняя подача мяча. Игровые задания с ограниченным числом игроков (2:2,3:2, 3:3) и на укороченных площадках. Позиционное нападение с изменением позиций. Броски набивного мяча через голову в парах. Прыжки с доставанием подвешенных предметов рукой.

Баскетбол (9 часов)

Инструктаж ТБ по баскетболу. СУ. ОРУ с мячом. Специальные беговые упражнения. Бег с изменением направления и скорости. Остановка двумя ногами. Бег с изменением направления и остановкой по зрительным сигналам. Передвижение в защитной стойке в различных направлениях – вперед, назад, влево, вправо. Остановка «двумя шагами» после ведения мяча; Остановка «двумя шагами» после ловли мяча в движении. Развитие координационных способностей. Терминология игры в баскетбол. Правила игры в баскетбол. Ловля и передача мяча двумя руками от груди со сменой места; Ловля и передача в тройках, квадрате, круге. Прыжки вверх из приседа: 10 раз – мальчики, 8 раз – девочки. Варианты ловли и передачи мяча. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке; а) на месте; б) шагом и бегом по прямой; в) с обводкой стоек; г) с изменением направления движения и скорости; д) ведение ведущей и не ведущей рукой без сопротивления защитника. Варианты ведения мяча без сопротивления и с сопротивлением защитника. Броски одной и двумя руками с места; бросок мяча одной рукой от плеча с

близкого расстояния после ведения; бросок мяча одной рукой от плеча (на расстоянии от корзины 3,60м) в движении после ловли от партнера. Сочетание приемов: ловля мяча на месте – обводка четырех стоек – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Тактика свободного нападения. Бросок в движении одной рукой от плеча после ведения в прыжке со среднего расстояния из – под щита. Вырывание и выбивание мяча. Сочетание приемов: ловля мяча на месте – обводка четырех стоек – передача – ловля в движении – бросок одной рукой от головы после двух шагов. Позиционное нападение (5:0) без изменения позиций. Нападение быстрым прорывом(2:1). Взаимодействие двух игроков «отдай мяч и выйди». В парах передача набивного мяча. Игровые задания: 2:1, 3:1, 3:2, 3:3.

Лыжная подготовка (9 часов)

Проведение комплекса ОРУ по лыжной подготовке. Попеременный двухшажный и одновременный бесшажный ходы. Прохождение дистанции до 1км. Одновременный двухшажный и бесшажный ходы. Игра: «Остановка рывком». Прохождение дистанции 1,5км. Игра: «Эстафета с передачей палок». Прохождение дистанции 1,5км Игра: «С горки на горку». Прохождение дистанции 1,5км. Техника безопасности при спусках и подъемах. Проведение комплекса ОРУ по лыжной подготовке. Спуски с уклонов под 45 градусов. Спуск в средней, низкой и высокой стойке. Игра: «Сторки на горку». Прохождение дистанции до 2 км со сменой ходов. Подъем «елочкой» и «полуелочкой». Спуск в средней, низкой и высокой стойке. Игра: «Горки с преследованием». Прохождение дистанции до 3 км с разной скоростью. Торможение и поворот упором. Игра: «Карельская гонка». Контроль прохождения дистанции 2 км. Техника лыжных ходов, спусков и подъемов, торможение и поворот упором. Круговая эстафета до 150 метров. Соревнования на дистанцию 1 км – дев, 2 км – мал. Подведение итогов проведения урока лыжной подготовки. Сдача задолжниками учебных нормативов.

Гимнастика с элементами акробатики (9 часов)

Строевой шаг. Повороты на месте. Размыкание и смыкание. ОРУ без предметов на месте. Вис согнувшись, вис прогнувшись (М), смешанные висы (Д). Развитие силовых способностей. Значение гимнастических упражнений для сохранения правильной осанки. Инструктаж по ТБ. Махом одной и толчком другой подъем переворотом в упор (М). Наскок прыжком в упор на нижнюю жердь (Д). Развитие силовых способностей. ОРУ с гантелями (1-3кг). Размыкание и смыкание. ОРУ со скакалкой. Из седа на бедре соскок поворотом – М (брусья). Вис лежа, вис присев – Д (разновысокие брусья). Развитие силовых способностей. Перестроение из колонны по два в колонну по одному разведением и слиянием по восемь в движении. ОРУ с предметами на месте. Прыжок ноги врозь. Вскок в упор присев; соскок прогнувшись (*козел в ширину, высота 100-110 см*). Развитие скоростно-силовых способностей. Прыжки со скакалкой. Кувырок вперед и назад; стойка на лопатках. Лазание по канату. ОРУ в движении. Развитие координационных способностей. Два кувырка вперед слитно. Лазание по канату в три приема. Эстафеты. ОРУ с палками. Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре дроблением и сведением. Два кувырка вперед слитно. ОРУ с большими мячами.«Мост» из положения стоя с помощью. Лазание по канату в два приема.ОРУ с набивными мячами.

Футбол (9 часов)

Т.Б. на уроках футбола. Экипировка футболиста. Терминология и основные правила игры. Стойка и передвижения в стойке (комбинации). Финты при обводке. Удары по мячу. «Открывание». Финты при обводке. Вбрасывание мяча. Техника: Ведение мяча. Финты. Тактика: передача «Стенка».

Ввод из-за боковой линии ногой. Передача: «Стенка». Передача: «В одно касание». Комбинации из изученных элементов. Техника и тактика игры: «Закрывание»; комбинации из изученных элементов игры. Сочетание изученных технико-тактических элементов игры.

Резерв (2 часа)

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Готовность проявлять интерес к истории и развитию физической культуры и спорта в Российской Федерации, гордиться победами выдающихся отечественных спортсменов-олимпийцев;

готовность отстаивать символы Российской Федерации во время спортивных соревнований, уважать традиции и принципы современных Олимпийских игр и олимпийского движения;

готовность ориентироваться на моральные ценности и нормы межличностного взаимодействия при организации, планировании и проведении совместных занятий физической культурой и спортом, оздоровительных мероприятий в условиях активного отдыха и досуга;

готовность оценивать своё поведение и поступки во время проведения совместных занятий физической культурой, участия в спортивных мероприятиях и соревнованиях;

готовность оказывать первую медицинскую помощь при травмах и ушибах, соблюдать правила техники безопасности во время совместных занятий физической культурой и спортом;

стремление к физическому совершенствованию, формированию культуры движения и телосложения, самовыражению в избранном виде спорта;

готовность организовывать и проводить занятия физической культурой и спортом на основе научных представлений о закономерностях физического развития и физической подготовленности с учётом самостоятельных наблюдений за изменением их показателей;

осознание здоровья как базовой ценности человека, признание объективной необходимости в его укреплении и длительном сохранении посредством занятий физической культурой и спортом; осознание необходимости ведения здорового образа жизни как средства профилактики пагубного влияния вредных привычек на физическое, психическое и социальное здоровье человека;

способность адаптироваться к стрессовым ситуациям, осуществлять профилактические мероприятия по регулированию эмоциональных напряжений, активному восстановлению организма после значительных умственных и физических нагрузок;

готовность соблюдать правила безопасности во время занятий физической культурой и спортом, проводить гигиенические и профилактические мероприятия по организации мест занятий, выбору спортивного инвентаря и оборудования, спортивной одежды;

готовность соблюдать правила и требования к организации бивуака во время туристских походов, противостоять действиям и поступкам, приносящим вред окружающей среде;

освоение опыта взаимодействия со сверстниками, форм общения и поведения при выполнении учебных заданий на уроках физической культуры, игровой и соревновательной деятельности; повышение компетентности в организации самостоятельных занятий физической культурой, планировании их содержания и направленности в зависимости от индивидуальных интересов и потребностей;

формирование представлений об основных понятиях и терминах физического воспитания и спортивной тренировки, умений руководствоваться ими в познавательной и практической деятельности, общении со сверстниками, публичных выступлениях и дискуссиях.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Универсальные познавательные действия:

проводить сравнение соревновательных упражнений Олимпийских игр древности и современных Олимпийских игр, выявлять их общность и различия;

осмысливать Олимпийскую хартию как основополагающий документ современного олимпийского движения, приводить примеры её гуманистической направленности;

анализировать влияние занятий физической культурой и спортом на воспитание положительных качеств личности, устанавливать возможность профилактики вредных привычек;

характеризовать туристские походы как форму активного отдыха, выявлять их целевое предназначение в сохранении и укреплении здоровья; руководствоваться требованиями техники безопасности во время передвижения по маршруту и организации бивуака;

устанавливать причинно-следственную связь между планированием режима дня и изменениями показателей работоспособности;

устанавливать связь негативного влияния нарушения осанки на состояние здоровья и выявлять причины нарушений, измерять индивидуальную форму и составлять комплексы упражнений по профилактике и коррекции выявляемых нарушений;

устанавливать причинно-следственную связь между уровнем развития физических качеств, состоянием здоровья и функциональными возможностями основных систем организма;

устанавливать причинно-следственную связь между качеством владения техникой физического упражнения и возможностью возникновения травм и ушибов во время самостоятельных занятий физической культурой и спортом;

устанавливать причинно-следственную связь между подготовкой мест занятий на открытых площадках и правилами предупреждения травматизма.

Универсальные коммуникативные действия:

выбирать, анализировать и систематизировать информацию из разных источников об образцах техники выполнения разучиваемых упражнений, правилах планирования самостоятельных занятий физической и технической подготовкой;

вести наблюдения за развитием физических качеств, сравнивать их показатели с данными возрастно-половых стандартов, составлять планы занятий на основе определённых правил и регулировать нагрузку по частоте пульса и внешним признакам утомления;

описывать и анализировать технику разучиваемого упражнения, выделять фазы и элементы движений, подбирать подготовительные упражнения и планировать последовательность решения задач обучения; оценивать эффективность обучения посредством сравнения с эталонным образцом; наблюдать, анализировать и контролировать технику выполнения физических упражнений другими учащимися, сравнивать её с эталонным образцом, выявлять ошибки и предлагать способы их устранения;

изучать и коллективно обсуждать технику «иллюстративного образца» разучиваемого упражнения, рассматривать и моделировать появление ошибок, анализировать возможные причины их появления, выяснять способы их устранения.

Универсальные учебные регулятивные действия:

составлять и выполнять индивидуальные комплексы физических упражнений с разной функциональной направленностью, выявлять особенности их воздействия на состояние организма, развитие его резервных возможностей с помощью процедур контроля и функциональных проб; составлять и выполнять акробатические и гимнастические комплексы упражнений, самостоятельно разучивать сложно-координированные упражнения на спортивных снарядах;

активно взаимодействовать в условиях учебной и игровой деятельности, ориентироваться на указания учителя и правила игры при возникновении конфликтных и нестандартных ситуаций, признавать своё право и право других на ошибку, право на её совместное исправление;

разучивать и выполнять технические действия в игровых видах спорта, активно взаимодействуют при совместных тактических действиях в защите и нападении, терпимо относится к ошибкам игроков своей команды и команды соперников;

организовывать оказание первой помощи при травмах и ушибах во время самостоятельных занятий физической культурой и спортом, применять способы и приёмы помощи в зависимости от характера и признаков полученной травмы.

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

К концу обучения в 5 классе обучающийся научится:

выполнять требования безопасности на уроках физической культуры, на самостоятельных занятиях физическими упражнениями в условиях активного отдыха и досуга;

проводить измерение индивидуальной осанки и сравнивать её показатели со стандартами, составлять комплексы упражнений по коррекции и профилактике её нарушения, планировать их выполнение в режиме дня;

составлять дневник физической культуры и вести в нём наблюдение за показателями физического развития и физической подготовленности, планировать содержание и регулярность проведения самостоятельных занятий;

осуществлять профилактику утомления во время учебной деятельности, выполнять комплексы упражнений физкультурминуток, дыхательной и зрительной гимнастики;

выполнять комплексы упражнений оздоровительной физической культуры на развитие гибкости, координации и формирование телосложения;

выполнять опорный прыжок с разбега способом «ноги врозь» (мальчики) и способом

«напрыгивания с последующим спрыгиванием» (девочки);

выполнять упражнения в висах и упорах на низкой гимнастической перекладине (мальчики); в передвижениях по гимнастическому бревну ходьбой и приставным шагом с

поворотами,
подпрыгиванием на двух ногах на месте и с продвижением (девочки);
передвигаться по гимнастической стенке приставным шагом, лазать разноимённым способом вверх и по диагонали;
выполнять бег с равномерной скоростью с высокого старта по учебной дистанции;
демонстрировать технику прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги»;
передвигаться на лыжах попеременным двухшажным ходом (для бесснежных районов — имитация передвижения);
демонстрировать технические действия в спортивных играх:
баскетбол (ведение мяча с равномерной скоростью в разных направлениях; приём и передача мяча двумя руками от груди с места и в движении);
волейбол (приём и передача мяча двумя руками снизу и сверху с места и в движении, прямая нижняя подача);
футбол (ведение мяча с равномерной скоростью в разных направлениях, приём и передача мяча, удар по неподвижному мячу с небольшого разбега);
тренироваться в упражнениях общефизической и специальной физической подготовки с учётом индивидуальных и возрастно-половых особенностей.

Тематическое планирование учебного предмета

Наименование разделов и тем программы	Количество академических часов отводимых на изучение	Тема урока	Дата проведения урока	Электронные образовательные ресурсы, используемые при изучении темы	Основные направления воспитательной деятельности
Легкая атлетика.	12	1. Лёгкая атлетика. Инструктаж по ТБ. Спринтерский бег Высокий старт.		http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru	Спортивно-оздоровительное, коммуникативное
		2. Бег по дистанции. Финиширование.		http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru	Здоровье сберегающее, коммуникативное
		3. Бег 30 м. на результат.		http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru	Спортивно-оздоровительное, трудовое
		4. Прыжок в длину. Метание малого мяча.		http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru	Трудовое, физическое, экологическое
		5. Подбор разбега. Метание малого мяча.		http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru	Трудовое, физическое, экологическое
		6. Приземление. Бег 60 м. на результат.		http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru	Трудовое, физическое, экологическое
		7. Оценка техники прыжка в длину с разбега.		http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru	Спортивно-оздоровительное,

				-na5.ru	коммуникативное
		8. Бег на средние дистанции.		http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru	Здоровье сберегающее, коммуникативное
		9. Бег 500 м. на результат.		http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru	Здоровье сберегающее, коммуникативное
		10. Челночный бег 4 по 9м.		http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru	Трудовое, физическое, экологическое
		11. Бег по пересеченной местности.		http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru	Спортивное, оздоровительное, коммуникативное
		12. Бег 1000 м. на результат.		http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru	Трудовое, физическое, экологическое
Спортивные игры. (Волейбол)	9	13. Волейбол. Инструктаж по ТБ №43. Техника и тактика игры: стойка игрока.		http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru	Спортивное, оздоровительное, коммуникативное
		14. Техника и тактика игры: стойка игрока, прием-передача мяча двумя руками после передвижения.		http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru	Здоровье сберегающее, коммуникативное
		15. Нижняя прямая подача.		http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru	Спортивное, оздоровительное, трудовое
		16. Прием – передача мяча двумя руками после перемещений в		http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru	Трудовое, физическое, экологическое

		парах, тройках, с подачи.			ское
		17. Нижняя боковая подача.		http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru	Спортивное-оздоровительное, коммуникативное
		18. Техника нижней прямой подачи мяча.		http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru	Спортивное-оздоровительное, коммуникативное
		19. Техника прямого нападающего удара.		http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru	Спортивное-оздоровительное, трудовое
		20. Учебная игра.		http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru	Здоровье сберегающее, коммуникативное
		21. Учебная игра.		http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru	Трудовое, физическое, экологическое
Спортивные игры. (Баскетбол)	9	22. Баскетбол Инструктаж по ТБ №43 Стойки и перемещения игрока.		http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru	Спортивное-оздоровительное, трудовое
		23. Стойки и перемещения игрока.		http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru	Трудовое, физическое, экологическое
		24. Ведение мяча и противодействие дриблеру. Передача, бросок 1 рукой.		http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru	Спортивное-оздоровительное, коммуникативное
		25. Ловля катящегося мяча. Быстрое нападение (один в отрыв).		http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru	Спортивное-оздоровительное, коммуникативное

		26. Борьба за отскочивший от щита мяч. Быстрое нападение в 2-х.		http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru	Здоровье сберегающее, коммуникативное
		27. Взаимодействие 2-х игроков в нападении.		http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru	Трудовое, физическое, экологическое
		28. Игра по упрощенным правилам баскетбола.		http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru	Спортивное-оздоровительное, коммуникативное
		29. Учебная игра.		http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru	Спортивное-оздоровительное, трудовое
		30. Учебная игра.		http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru	Здоровье сберегающее, коммуникативное
Лыжная подготовка.	9	31. Лыжная подготовка. Инструктаж по ТБ № 45.		http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru	Спортивное-оздоровительное, трудовое
		32. Попеременный двухшажный ход.		http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru	Трудовое, физическое, экологическое
		33. Одновременный бесшажный ход.		http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru	Спортивное-оздоровительное, коммуникативное
		34. Подъем «елочкой» и полуелочкой».		http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru	Здоровье сберегающее, коммуникативное
		35. Торможение и поворот упором		http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru	Трудовое, физическое,

					экологическое
		36. Коньковый ход.		http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura	Трудовое, физическое, экологическое
		37. Коньковый ход.		http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura	Здоровье сберегающее, коммуникативное
		38. Техника передвижения на лыжах: прохождение дистанции 1000м.		http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura	Спортивное-оздоровительное, трудовое
		39. Оценка лыжных ходов.		http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura	Здоровье сберегающее, коммуникативное
Гимнастика.	9	40. Гимнастика Инструктаж по ТБ №42 Висы и упоры.		http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura	Спортивное-оздоровительное, трудовое
		41. Строевые упражнения.		http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura	Спортивное-оздоровительное, коммуникативное
		42. Два кувырка вперед слитно.		http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura	Здоровье сберегающее, коммуникативное
		43. Два кувырка вперед слитно.		http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura	Спортивное-оздоровительное, коммуникативное
		44. Два кувырка вперед слитно.		http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura	Трудовое, физическое, экологическое
		45. «Мост» из положения стоя с		http://www.fizkulturavshkole.ru/	Спортивное-

		помощью.		u/ http://fizkultura	оздоровит ельное, трудовое
		46. «Мост» из положения стоя с помощью.		http://www.fizkulturavshkole.ru/ u/ http://fizkultura	Здоровье сберегаю щее , коммуник ативное
		47. «Мост» из положения стоя с помощью.		http://www.fizkulturavshkole.ru/ u/ http://fizkultura	Трудовое, физическ ое, экологиче ское
		48. Оценка техники акробатических упражнений.		http://www.fizkulturavshkole.ru/ u/ http://fizkultura	Спортивн о- оздоровит ельное, трудовое
Легкая атлетика	9	49. Легкая атлетика. Инструктаж по ТБ №44. Подбор разбега.		http://www.fizkulturavshkole.ru/ u/ http://fizkultura	Здоровье сберегаю щее , коммуник ативное
		50. Техника прыжка в высоту. «Ножницы»: подбор разбега и отталкивание		http://www.fizkulturavshkole.ru/ u/ http://fizkultura	Трудовое, физическ ое, экологиче ское
		51. Техника прыжка в высоту. «Перешагиванием »: переход ч/з планку.		http://www.fizkulturavshkole.ru/ u/ http://fizkultura	Трудовое, физическ ое, экологиче ское
		52. Техника прыжка в высоту. «Ножницы»: подбор разбега и отталкивание.		http://www.fizkulturavshkole.ru/ u/ http://fizkultura	Спортивн о- оздоровит ельное, коммуник ативное
		53. Прыжок в высоту. Переход через планку.		http://www.fizkulturavshkole.ru/ u/ http://fizkultura	Спортивн о- оздоровит ельное, трудовое
		54. Оценка техники метания мяча на дальность. Бег 1000 м.		http://www.fizkulturavshkole.ru/ u/ http://fizkultura	Трудовое, физическ ое, экологиче ское

		55. Эстафетный бег. Высокий старт.		http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura	Спортивн о-оздоровит ельное, коммуник ативное
		56. Старты из различных положений.		http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura	Трудовое, физическ ое, экологиче ское
		57. Передача эстафетной палочки. Полоса препятствия.		http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura	Трудовое, физическ ое, экологиче ское
Спортив ные игры. (Футбол)	9	58. Т.Б. на уроках футбола. Экипировка футболиста. Терминология и основные правила игры. Стойка и передвижения в стойке.		http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura	Спортивн о-оздоровит ельное, трудовое
		59. Удары по мячу. Вбрасывание мяча. Тактика: «Открывание».		http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru	Спортивн о-оздоровит ельное, коммуник ативное
		60. Сдача нормативов ГТО в рамках промежуточной аттестации.		http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura	Спортивн о-оздоровит ельное, трудовое
		61. Финты при обводке. Удары по мячу. Вбрасывание мяча.		http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura	Спортивн о-оздоровит ельное, коммуник ативное
		62. Техника: Ведение мяча. Финты. Тактика: передача «Стенка».		http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura	Здоровье сберегаю щее , коммуник ативное
		63. Ввод из-за боковой линии ногой. Передача: «Стенка».		http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura	Трудовое, физическ ое,

					экологическое
		64. Техника и тактика: Ввод из-за боковой линии ногой.		http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura	Трудовое, физическое, экологическое
		65. Техника и тактика игры: «Закрывание»; комбинации из изученных элементов игры.		http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura	Спортивное-оздоровительное, трудовое
		66. Сочетание изученных технико-тактических элементов игры.		http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura	Спортивное-оздоровительное, коммуникативное
Резерв.	2.	67. Финты при обводке. Удары по мячу.		http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura	Здоровье сберегающее, коммуникативное
		68. Передача: «В одно касание». Комбинации из изученных элементов.		http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura	Спортивное-оздоровительное, коммуникативное