

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования, науки и молодежной политики

Краснодарского края

Государственное казенное учреждение
специальная средняя общеобразовательная школа № 3

города Армавира Краснодарского края
(полное наименование образовательного учреждения)

Утверждено

решением педсовета

протокол № 1 от « 30 » 08 20 22 г.

Председатель педсовета

 Бабаянц С. В.

подпись руководителя ОУ Ф. И. О.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
(ID 4317976)

учебного предмета

«Физическая культура»

для 5 класса основного общего образования

на 2022-2023 учебный год

Составитель:

Андреев Игорь Константинович
учитель физической культуры

АРМАВИР

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

При создании рабочей программы учитывались потребности современного российского общества в физически крепком и дееспособном подрастающем поколении, способном активно включаться в разнообразные формы здорового образа жизни, умеющем использовать ценности физической культуры для самоопределения, саморазвития и самоактуализации. В рабочей программе нашли свое отражение объективно сложившиеся реалии современного социокультурного развития российского общества, условия деятельности образовательных организаций, возросшие требования родителей, учителей и методистов к совершенствованию содержания школьного образования, внедрению новых методик и технологий в учебно-воспитательный процесс.

В своей социально-ценностной ориентации рабочая программа сохраняет исторически сложившееся предназначение дисциплины «Физическая культура» в качестве средства подготовки учащихся к предстоящей жизнедеятельности, укрепления их здоровья, повышения функциональных и адаптивных возможностей систем организма, развития жизненно важных физических качеств. Программа обеспечивает преемственность с Примерной рабочей программой начального среднего общего образования, предусматривает возможность активной подготовки учащихся к выполнению нормативов «Президентских состязаний» и «Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО».

ЦЕЛИ ИЗУЧЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

Общей целью школьного образования по физической культуре является формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха. В рабочей программе для 5 класса данная цель конкретизируется и связывается с формированием устойчивых мотивов и потребностей школьников в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических, психических и нравственных качеств, творческом использовании ценностей физической культуры в организации здорового образа жизни, регулярных занятиях двигательной деятельностью и спортом.

Развивающая направленность рабочей программы определяется вектором развития физических качеств и функциональных возможностей организма занимающихся, являющихся основой укрепления их здоровья, повышения надёжности и активности адаптивных процессов. Существенным достижением данной ориентации является приобретение школьниками знаний и умений в организации самостоятельных форм занятий оздоровительной, спортивной и прикладно-ориентированной физической культурой, возможностью познания своих физических способностей и их целенаправленного развития.

Воспитывающее значение рабочей программы заключается в содействии активной социализации школьников на основе осмысления и понимания роли и значения мирового и российского олимпийского движения, приобщения к их культурным ценностям, истории и современному развитию. В число практических ре-

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

Знания о физической культуре. Физическая культура в основной школе: задачи, содержание и формы организации занятий. Система дополнительного обучения физической культуре; организация спортивной работы в общеобразовательной школе.

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

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

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

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

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

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

Составление дневника физической культуры.

Физическое совершенствование.

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

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

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

Упражнения на низком гимнастическом бревне: передвижение ходьбой с поворотами кругом и на 90°, лёгкие подпрыгивания; подпрыгивания толчком двумя ногами; передвижение приставным шагом (девочки). Упражнения на гимнастической лестнице: перелезание приставным шагом правым и левым боком; лазанье разноимённым способом по диагонали и одноимённым способом вверх. Расхож-

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; руководство

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.

| | стоятельных занятий | | | | в значении «процесс взросления организма под влиянием | в значении «процесс взросления организма под влиянием | ниеустный опрос | e.ru/ http://fizkultura-na5.ru/ |
|-------------------------|---|----------|---|---|--|---|-----------------|---|
| Итого по разделу | | | | | | | | |
| | | 3 | | | | | | |
| 3.1 | Знакомство с понятием «физкультурно-оздоровительная деятельность» | 1 | 0 | 0 | знакомятся с понятием «физическое развитие» в значении «процесс взросления организма под влиянием | Беседа; | | http://www.fizkultura.vshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru/ |
| 3.2 | Упражнения утренней зарядки | 1 | 0 | 0 | устанавливают причинно-следственную связь между нарушением осанки и состоянием здоровья | Объяснение. | | http://www.fizkultura.vshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru/ |
| 3.3 | Упражнения дыхательной и зрительной гимнастики | 1 | 0 | 0 | рассматривают возможные виды самостоятельных занятий на открытых площадках и в домашних | Объяснение. Устный опрос | | http://www.fizkultura.vshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru/ |
| 3.4 | Водные процедуры после утренней зарядки | 1 | 0 | 0 | знакомятся с понятием «физкультурно-оздоровительная деятельность», ролью и значением физкультурно-оздоровительной деятельности в здоровом образе жизни современного человека.; | Объяснение. | | http://www.fizkultura.vshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru/ |
| 3.5 | Упражнения на развитие гибкости | 1 | 0 | 0 | отбирают и составляют комплексы упражнений утренней зарядки и физкультминуток для занятий в домашних условиях | Объяснение. | | http://www.fizkultura.vshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru/ |
| 3.6 | Упражнения на развитие координации | 1 | 0 | 0 | разучивают упражнения дыхательной и зрительной гимнастики для профилактики утомления во время учебных занятий.; | Объяснение. | | http://www.fizkultura.vshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru/ |
| 3.7 | Упражнения на формирование телосложения | 1 | 0 | 0 | закрепляют и совершенствуют навыки проведения закаляющей процедуры способом обливания; | Объяснение. | | http://www.fizkultura.vshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru/ |

| | | | | | | |
|------|--|---|---|---|--|--|
| 3.16 | <i>Модуль «Гимнастика».</i> Расхождение на гимнастической скамейке в парах | 1 | 0 | 0 | закрепляют и совершенствуют технику лаванья по гимнастической стенке различными способами; | Объяснение. http://www.fizkulturavs.kole.ru/ http://fizkultura- / |
| 3.17 | <i>Модуль «Лёгкая атлетика».</i> Бег с равномерной скоростью на длинные дистанции | 1 | 0 | 0 | Разучивают гимнастические комбинации на гимнастическом бревне.; | http://www.fizkulturavs.kole.ru/ http://fizkultura-na5.ru/ |
| 3.18 | <i>Модуль «Лёгкая атлетика».</i> Знакомство с рекомендациями по технике безопасности во время выполнения беговых упражнений на самостоятельных занятиях лёгкой атлетикой | 1 | 0 | 0 | закрепляют и совершенствуют технику лаванья по гимнастической стенке различными способами, передвижение приставным шагом; | http://www.fizkulturavs.kole.ru/ http://fizkultura-na5.ru/ |
| 3.19 | <i>Модуль «Лёгкая атлетика».</i> Бег с максимальной скоростью на короткие дистанции | 1 | 0 | 0 | разучивают технику расхождения правым и левым боком при передвижении на полу и на гимнастической | http://www.fizkulturavs.kole.ru/ http://fizkultura-na5.ru/ |
| 3.20 | <i>Модуль «Лёгкая атлетика».</i> Бег с максимальной скоростью на короткие дистанции | 1 | 0 | 0 | закрепляют и совершенствуют технику выскокого старта; | http://www.fizkulturavs.kole.ru/ http://fizkultura-na5.ru/ |
| 3.21 | <i>Модуль «Лёгкая атлетика».</i> Прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги» | 1 | 0 | 0 | знакомятся с рекомендациями по технике безопасности во время выполнения беговых упражнений на самостоятельных занятиях лёгкой атлетикой; | http://www.fizkulturavs.kole.ru/ http://fizkultura-na5.ru/ |
| 3.22 | <i>Модуль «Лёгкая атлетика».</i> Прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги» | 1 | 0 | 0 | разучивают бег с максимальной скоростью с высокого старта по учебной дистанции в 60 м.; | Объяснение. http://www.fizkulturavsh.kole.ru/ http://fizkultura-na5.ru/ |
| 3.23 | <i>Модуль «Лёгкая атлетика».</i> Прыжки в высоту с прямого разбега | 1 | 0 | 0 | | |

| | | | | | | | | |
|------|---|---|---|---|---|---|-------------------------|--|
| | мяча двумя руками от груди | | | | | щью подводящих и имитационных упражнений; | Устный опрос | http://fizkultura-na5.ru/ |
| 3.32 | <i>Модуль «Спортивные игры Баскетбол».</i> Знакомство с рекомендациями учителя по использованию подводящих и подводящих упражнений для игры баскетбол | 1 | 0 | 0 | 0 | с помощью подводящих и имитационных упражнений; | Объяснение. | http://www.fizkulturaravs.hkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru/ |
| 3.33 | <i>Модуль «Спортивные игры. Баскетбол».</i> Передача мяча двумя руками от груди, на месте и в движении | | | | | рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники учителя в передаче мяча двумя руками от груди, стоя на месте, анализируют фазы и элементы техники; | Объяснение. | http://www.fizkulturaravs.hkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru |
| 3.34 | <i>Модуль «Спортивные игры. Баскетбол».</i> Передача мяча двумя руками от груди, на месте и в движении | 1 | 0 | 0 | 0 | | | |
| 3.35 | <i>Модуль «Спортивные игры. Баскетбол».</i> Передача мяча двумя руками от груди, на месте и в движении | 1 | 0 | 0 | 0 | рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники учителя в передаче мяча двумя руками от груди, стоя на месте, анализируют фазы и элементы техники; | Объяснение. | http://www.fizkulturaravs.hkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru/ |
| 3.36 | <i>Модуль «Спортивные игры. Баскетбол».</i> Ведение мяча на месте и в движении «по прямой», «по кругу» и «змейкой» | 1 | 0 | 0 | 0 | знакомятся с рекомендациями учителя по использованию подводящих и подводящих упражнений для освоения технических действий игры баскетбол; | Беседа; Устный опрос | http://www.fizkulturaravs.hkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru/ |
| 3.37 | <i>Модуль «Спортивные игры. Баскетбол».</i> Ведение мяча на месте и в движении «по прямой», «по кругу» и «змейкой» | 1 | 0 | 0 | 0 | рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники ведения баскетбольного мяча на месте и в движении, выделяют отдельные элементы их техники; | Объяснение. | http://www.fizkulturaravs.hkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru/ |

| | | | | | | | | |
|------|---|---|---|---|---|--|----------------------------|--|
| 3.44 | Модуль «Спортивные игры. Волейбол». Знакомство с рекомендациями учителя по использованию подготовительных и подводящих упражнений для освоения технических действий игры волейбол | 1 | 0 | 0 | 0 | использованию подготовительных и подводящих упражнений для освоения технических действий игры волейбол; | Беседа; Объяснение. | http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru |
| 3.45 | Модуль «Спортивные игры. Волейбол». Приём и передача волейбольного мяча двумя руками снизу на месте и в движении | 1 | 0 | 0 | 0 | закрепляют и совершенствуют технику приёма и передачи волейбольного мяча двумя руками сверху с места (обучение в парах); | Объяснение. | http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru/ |
| 3.46 | Модуль «Спортивные игры. Волейбол». Приём и передача волейбольного мяча двумя руками сверху на месте и в движении | 1 | 0 | 0 | 0 | | | |
| 3.47 | Модуль «Спортивные игры. Волейбол». Ранее разученные технические действия с мячом | 1 | 0 | 0 | 0 | учителя по использованию подготовительных и подводящих упражнений для освоения технических действий игры волейбол; | Объяснение Устный опрос | http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru/ |
| 3.48 | Модуль «Спортивные игры. Футбол». Удар по неподвижному мячу | 1 | 0 | 0 | 0 | п закрепляют и совершенствуют технику удара по неподвижному мячу внутренней стороной стопы с небольшого разбега.; | Объяснение | http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru/ |
| 3.49 | Модуль «Спортивные игры. Футбол». Знакомство с рекомендациями учителя по использованию подготовительных и подводящих упражнений для освоения технических действий игры футбол | 1 | 0 | 0 | 0 | закрепляют и совершенствуют технику приёма и передачи футбольного мяча | Объяснение | http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru/ |

| | | | | | | | |
|-----|--|---|---|---|--|-------------|--|
| 4.2 | Физическая подготовка: освоение содержания программ, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности | 1 | 0 | 0 | рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники учителя, определяют отличительные признаки в технике ведения мяча «змейкой» и техники обводки учебных конусов, делают выводы; | Объяснение. | http://www.fizkulturavs.khole.ru/ http://fizkultura-na5.ru/ |
| 4.3 | Физическая подготовка: освоение содержания программ, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности | 1 | 0 | 0 | рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники учителя, определяют отличительные признаки в технике ведения мяча «змейкой» и техники обводки учебных конусов, делают выводы; | Объяснение. | http://www.fizkulturavs.khole.ru/ http://fizkultura-na5.ru/ |
| 4.4 | Физическая подготовка: освоение содержания программ, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности | 1 | 0 | 0 | рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники учителя, определяют отличительные признаки в технике ведения мяча «змейкой» и техники обводки учебных конусов, делают выводы; | Объяснение. | http://www.fizkulturavs.khole.ru/ http://fizkultura-na5.ru/ |
| 4.5 | Физическая подготовка: освоение содержания программ, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности | 1 | 0 | 0 | рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники учителя, определяют отличительные признаки в технике ведения мяча «змейкой» и техники обводки учебных конусов, делают выводы; | Объяснение. | http://www.fizkulturavs.khole.ru/ http://fizkultura-na5.ru/ |
| 4.6 | Физическая подготовка: освоение содержания программ, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности | 1 | 0 | 0 | рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники учителя, определяют отличительные признаки в технике ведения мяча «змейкой» и техники обводки учебных конусов, делают выводы; | Объяснение. | http://www.fizkulturavs.khole.ru/ http://fizkultura-na5.ru/ |
| 4.7 | Физическая подготовка: освоение содержания программ, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности | 1 | 0 | 0 | рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники учителя, определяют отличительные признаки в технике ведения мяча «змейкой» и техники обводки учебных конусов, делают выводы; | Объяснение. | http://www.fizkulturavs.khole.ru/ http://fizkultura-na5.ru/ |

ПОУРОЧНОЕ

ПЛАНИРОВАНИЕ 5 КЛАСС (68 ЧАСОВ)

| № п/п | Тема урока | Количество часов | | | Виды, формы контроля |
|----------|---|------------------|-----------------------|------------------------|----------------------------|
| | | всего | контрольные работы | практические работы | |
| 1 | Знакомство с программным материалом и требованиями к его освоению | 1 | 0 | 0 | Объяснение |
| 2 | Знакомство с понятием «здоровый образ жизни» и значением здорового образа жизни в жизнедеятельности современного человека | 1 | 0 | 0 | Объяснение |
| 3 | Знакомство с историей древних Олимпийских игр | 1 | 0 | 0 | Объяснение |
| 4 | Знакомство с программным материалом и требованиями к его освоению | 1 | 0 | 0 | Беседа |
| 5 | Упражнения для профилактики нарушения осанки | 1 | 0 | 0 | Беседа |
| 6 | Организация и проведение самостоятельных занятий | 1 | 0 | 0 | Устный опрос; |
| 7 | Знакомство с понятием «физкультурно-оздоровительная деятельность» | 1 | 0 | 0 | Объяснение |
| 8 | Упражнения утренней зарядки | 1 | 0 | 0 | Объяснение |
| 9 | Упражнения дыхательной и зрительной гимнастики | 1 | 0 | 0 | Беседа |
| 10 | Водные процедуры после утренней зарядки | 1 | 0 | 0 | Беседа Устный опрос |
| 11 | Упражнения на развитие гибкости | 1 | 0 | 0 | Объяснение |
| 12 | Упражнения на развитие координации | 1 | 0 | 0 | Объяснение |
| 13 | Упражнения на формирование телосложения | 1 | 0 | 0 | Объяснение |
| 14 | Модуль «Гимнастика». Знакомство с понятием «спортивно-оздоровительная деятельность» | 1 | 0 | 0 | Беседа |
| 15 | Модуль «Гимнастика». Кувырок вперёд в группировке | 1 | 0 | 0 | Беседа |

| | | | | | |
|----|---|---|---|---|----------------------------|
| 31 | <i>Модуль «Лёгкая атлетика».</i> Знакомство с рекомендациями учителя по технике безопасности на занятиях прыжками и со способами их использования для развития скорост. способностей | 1 | 0 | 0 | Беседа |
| 32 | <i>Модуль «Лёгкая атлетика».</i> Метание малого мяча в неподвижную мишень | 1 | 0 | 0 | Устный опрос; |
| 33 | <i>Модуль «Лёгкая атлетика».</i> Метание малого мяча в неподвижную мишень | 1 | 0 | 0 | Объяснение |
| 34 | <i>Модуль «Лёгкая атлетика».</i> Знакомство с рекомендациями по технике безопасности при выполнении упражнений в метании малого мяча и со способами их использования для развития точности движения | 1 | 0 | 0 | Объяснение |
| 35 | <i>Модуль «Лёгкая атлетика».</i> Метание малого мяча на дальность | 1 | 0 | 0 | Беседа |
| 36 | <i>Модуль «Лёгкая атлетика».</i> Метание малого мяча на дальность | | | | |
| 37 | <i>Модуль «Спортивные игры. Баскетбол».</i> Передача баскетбольного мяча двумя руками от груди | 1 | 0 | 0 | Беседа |
| 38 | <i>Модуль «Спортивные игры Баскетбол».</i> Знакомство с рекомендациями учителя по использованию подготовительных и подводящих упражнений для игры баскетбол | 1 | 0 | 0 | ; Объяснение |
| 39 | <i>Модуль «Спортивные игры. Баскетбол».</i> Передача мяча двумя руками от груди, на месте и в движении | 1 | 0 | 0 | Объяснение |
| 40 | <i>Модуль «Спортивные игры. Баскетбол».</i> Передача мяча двумя руками от груди, на месте и в движении | 1 | 0 | 0 | Объяснение Устный опрос |
| 41 | <i>Модуль «Спортивные игры. Баскетбол».</i> Передача мяча двумя руками от груди, на месте и в движении | 1 | 0 | 0 | Беседа |
| 42 | <i>Модуль «Спортивные игры. Баскетбол».</i> Ведение мяча на месте и в движении «по прямой», «по кругу» и «змейкой» | 1 | 0 | 0 | Беседа |

| | | | | | |
|----|---|---|---|---|----------------------------|
| 55 | Модуль «Спортивные игры. Футбол». Знакомство с рекомендациями учителя по использованию подготовительных и подводящих упражнений для освоения технических действий игры футбол | 1 | 0 | 0 | Объяснение |
| 56 | Модуль «Спортивные игры. Футбол». Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы | 1 | 0 | 0 | Беседа |
| 57 | Модуль «Спортивные игры. Футбол». Ведение футбольного мяча | 1 | 0 | 0 | Беседа |
| 58 | Модуль «Спортивные игры. Футбол». Обводка мячом ориентиров | 1 | 0 | 0 | Устный опрос Объяснение |
| 59 | Модуль «Спортивные игры. Футбол». Обводка мячом ориентиров | 1 | 0 | 0 | Объяснение |
| 60 | Модуль «Спортивные игры. Футбол». Обводка мячом ориентиров | 1 | 0 | 0 | Объяснение |
| 61 | Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности | 1 | 0 | 0 | Беседа Устный опрос |
| 62 | Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности | 1 | 0 | 0 | Беседа Устный опрос |
| 63 | Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности | 1 | 0 | 0 | Беседа Устный опрос |
| 64 | Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности | 1 | 0 | 0 | Беседа Устный опрос |
| 65 | Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности | 1 | 0 | 0 | Объяснение |
| 66 | Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности | 1 | 0 | 0 | Беседа |
| 67 | Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности | 1 | 0 | 0 | Беседа |

