

Рассмотрено на заседании ШМО Протокол №1 от 08.04.2022г Руководитель МО _____	Согласовано: зам. директора по УВР _____/Цыремпилова С.Б./ от 08.04.2022г	Утверждаю Директор _____ Манидарова Л.С Приказ № 11§2 от 11.04.2022г
--	--	---

**Рабочая программа  
по предмету "Физическая культура"  
5 класс.  
2022-2023 учебный год.**

Всего часов на учебный год: 105 часов  
Количество часов в неделю 3 часа.

Составитель :Банзаракцаева Людмила Бабасановна  
учитель первой квалификационной категории

у.Большой Луг  
2022

### Пояснительная записка

Рабочая программа по изобразительному искусству для 1 класса составлена на основе :

1. Приказ Министерства просвещения РФ от 31 мая 2021 г №287 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта основного общего образования»
2. Федеральный Закон № 273-ФЗ от 29.12.2012 г «Об образовании в Российской Федерации».
3. Закон Республики Бурятия от 13.12.2013 г. № 240 –V «Об образовании в Республике Бурятия».
4. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования, утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 31.05.2021 №286
5. Федеральный государственный образовательный стандарт начального общего образования обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, утверждённый приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 09 декабря 2014 г. № 1598.
6. Федеральный перечень учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования», утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 20.05.2020 № 254 (с изм. от 23.12.2020 № 766).
7. Примерная основная образовательная программа начального общего образования, одобренная решением федерального учебно-методического объединения по общему образованию (протокол от 18.03.2022 г. №1/22)
8. Постановление Главного государственного санитарного врача РФ от 28.09.2020 № 28 «Об утверждении санитарных правил СП 2.4.3648-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организациям воспитания и обучения, отдыха и оздоровления детей и молодежи».
9. Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам - образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования, утвержденный приказом Министерства просвещения Российской Федерации от 22.03.2021 № 115.
10. Письмо Министерства образования и науки РФ от 25 мая 2015 № 08-761 «Об изучении предметных областей «Основы религиозных культур и светской этики» и «Основы духовно– нравственной культуры народов России»
11. Примерной программы начального общего образования по физической культуре, авторской программы Лях В.И., Зданевич
12. Основной образовательной программы начального общего образования МБОУ «Большелугская средняя общеобразовательная школа »
13. Положения о рабочей программе образовательного учреждения МБОУ «Большелугская средняя общеобразовательная школа».
14. Программой воспитания основного общего образования.

**Цель:** 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 основной школе данная цель конкретизируется: учебный процесс направлен на формирование устойчивых мотивов и потребностей школьников в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни.

**Задачи:**

- укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма;
- формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими действиями и приемами базовых видов спорта;
- освоение знаний о физической культуре и спорте, их истории и современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни;
- обучение навыкам и умениям в физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями;
- воспитание положительных качеств личности, норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в учебной и соревновательной деятельности.

Ориентируясь на решение задач образования школьников в области физической культуры, настоящая программа в своем предметном содержании направлена на:

- реализацию принципа вариативности, который лежит в основе планирования учебного материала в соответствии с половозрастными особенностями учащихся, материально-технической оснащенностью учебного процесса (спортивный зал, спортивные пришкольные площадки, стадион), региональными климатическими условиями и видом учебного учреждения (городские, малокомплектные и сельские школы);
- реализацию принципа достаточности и сообразности, определяющего распределение учебного материала в конструкции основных компонентов двигательной (физкультурной) деятельности, особенностей формирования познавательной и предметной активности учащихся;
- соблюдение дидактических правил от известного к неизвестному и от простого к сложному, которые лежат в основе планирования учебного содержания в логике поэтапного его освоения, перевода учебных знаний в практические навыки и умения, в том числе и в самостоятельной деятельности;
- расширение межпредметных связей, ориентирующих учителя во время планирования учебного материала на то, чтобы учитывать задачу формирования целостного мировоззрения учащихся, всестороннее раскрытие взаимосвязи и взаимообусловленности изучаемых явлений и процессов;
- усиление оздоровительного эффекта, достигаемого в ходе активного использования школьниками освоенных знаний, способов и физических упражнений в физкультурно-оздоровительных мероприятиях, режиме дня, самостоятельных занятиях физическими упражнениями.

Согласно Концепции развития содержания образования в области физической культуры (2001) основой образования по физической культуре является двигательная (физкультурная) деятельность, которая непосредственно связана с совершенствованием физической природы человека. В рамках школьного образования активное освоение данной деятельности позволяет школьникам не только совершенствовать физические качества и укреплять здоровье, осваивать физические упражнения и двигательные действия, но и успешно развивать психические процессы и нравственные качества, формировать со знание и мышление, творческий подход и самостоятельность.

В соответствии учебным планом МБОУ «Большелугская СОШ» в 2022-2023 учебном году на изучение физической культуры в 5 классе отводится 3 часа. Рабочая программа предусматривает обучение физической культуре в объеме 3 часов в неделю в течение 1 учебного года на базовом уровне.

Программой предусмотрено проведение:

контрольных работ -5

практических работ 20

Рабочая программа ориентирована на использование учебника :Физическая культура, 5класс. Автор: Лях В. И., М.: «Просвещение», 2016

Для реализации программы имеется следующее оборудование:наличие спортивного зала, со спортивным инвентарем, гимнастическими снарядами и гимнастическим оборудованием.

Сроки реализации программы на 2022-2023 учебный год

## **Раздел 1. Содержание учебного предмета**

В соответствии со структурой двигательной (физкультурной) деятельности примерная программа включает в себя три основных учебных раздела: «Знания о физической культуре» (информационный компонент деятельности), «Способы двигательной (физкультурной) деятельности» (операциональный компонент деятельности), «Физическое совершенствование» (процессуально-мотивационный компонент деятельности).

### **Знания о физической культуре.**

История физической культуры. Олимпийские игры древности. Возрождение Олимпийских игр и олимпийского движения. История зарождения олимпийского движения в России. Олимпийское движение в России (СССР). Выдающиеся достижения отечественных спортсменов на Олимпийских играх. Краткая характеристика видов спорта, входящих в программу Олимпийских игр. Физическая культура в современном обществе. Организация и проведение пеших туристских походов. Требования к технике безопасности и бережное отношение к природе (экологические требования).

### **Физическая культура (основные понятия).**

Физическое развитие человека. Физическая подготовка и ее связь с укреплением здоровья, развитием физических качеств. Организация и планирование самостоятельных занятий по развитию физических качеств. Техническая подготовка. Техника движений и ее основные показатели. Всестороннее и гармоничное физическое развитие. Адаптивная физическая культура.

Спортивная подготовка. Здоровье и здоровый образ жизни. Профессионально-прикладная физическая подготовка.

### **Физическая культура человека.**

Режим дня, его основное содержание и правила планирования. Закаливание организма. Правила безопасности и гигиенические требования. Влияние занятий физической культурой на формирование положительных качеств личности. Проведение самостоятельных занятий по коррекции осанки и телосложения. Восстановительный массаж. Проведение банных процедур.

Доврачебная помощь во время занятий физической культурой и спортом.

### **Способы двигательной (физкультурной) деятельности.**

Организация и проведение самостоятельных занятий физической культурой. Подготовка к занятиям физической культурой. Выбор упражнений и составление индивидуальных комплексов для утренней зарядки, физкультминуток, физкультурных пауз (подвижных перемен).

Планирование занятий физической культурой. Проведение самостоятельных занятий прикладной физической подготовкой. Организация досуга средствами физической культуры. Оценка эффективности занятий физической культурой. Самонаблюдение и самоконтроль. Оценка эффективности занятий физкультурно-оздоровительной деятельностью. Оценка техники движений, способы выявления и устранения ошибок в технике выполнения (технических ошибок). Измерение резервов организма и состояния здоровья с помощью функциональных проб.

### **Физическое совершенствование.**

Физкультурно-оздоровительная деятельность. Оздоровительные формы занятий в режиме учебного дня и учебной недели. Индивидуальные комплексы адаптивной

(лечебной) и корректирующей физической культуры. Спортивно-оздоровительная деятельность общеразвивающей направленностью

### **Гимнастика. 8 часов**

Повороты на месте. Перестроение в шеренге. Движение в колонне по одному за направляющим (по прямой, «змейкой», «противоходом»). Акробатика: 2-3 кувырка вперед и назад, перекат назад, стойка на лопатках, «мост» из положения, лежа и стоя, акробатическое соединение из упражнений пройденного материала. Висы и упоры: вис согнувшись и прогнувшись, подтягивание в висе хватом сверху, поднимание прямых и согнутых ног в висе. Прыжки: опорный прыжок на коня, вскок в упор присев и соскок прогнувшись.

### **Легкая атлетика. 18 часов**

Упражнения на технику движения: высокий старт от 10 до 15 м. Скоростной бег на расстояние до 40 метров. Бег на 60 метров на результат. Бег в равномерном темпе от 10 до 12 мин. Бег на 1000 метров. Прыжок в длину с 7-9 шагов разбега. Метание малого мяча на дальность. Метание малых мячей в горизонтальные и вертикальные цели с расстояния 8-10 метров. Упражнения на развитие физических качеств: длительный бег, бег с препятствиями. Бег с ускорением, с максимальной скоростью. Челночный бег. Бег с преодолением препятствий \_\_

### **Спортивные игры. 30 часов**

Баскетбол: Стойка игрока. Перемещения в баскетболе. Ловля и передача двумя руками. От груди одной рукой от плеча и на месте и в движении. Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке на месте и в движении с изменением направления ведущей и не ведущей рукой. Броски одной и двумя руками с места и в движении. Вырывание и выбивание мяча. Игра по упрощенным правилам. Волейбол. Стойка игрока. Перемещение в стойке. Передача мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения вперед. Нижняя прямая подача с 3-6 м от стенки. Игра по упрощенным правилам.

### **Подвижные игры.**

«Гонка мячей по кругу», «Круговая охота», «Ловля парами», «Не давай мяч водящему», «Пустое место», «Прыжки по полосам», Мяч ловцу», «Боевые петухи», «Парная чехарда», «Удочка», «Салки в паре», Салки цепочкой», «Стой», Перестрелка», «Гонки мячей по кругу».

### **Лыжная подготовка. 10 часов**

Попеременный двухшажный и одновременный бесшажный ходы. Подъем «полуелочкой». Торможение «плугом». Повороты переступанием Прохождение дистанции 2 км.

## **Раздел 2. Планируемые результаты освоения учебного предмета»**

Изучение содержания учебного предмета «физическая культура» в 5 классе способствует освоению следующих результатов освоения образовательной программы.

### **ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ Гражданское воспитание:**

— представление о социальных нормах и правилах межличностных отношений в коллективе, готовность к разнообразной совместной деятельности при выполнении учебных, познавательных задач, освоение и выполнение физических упражнений, создание учебных проектов, стремление к взаимопониманию и взаимопомощи в процессе этой учебной деятельности; готовность оценивать своё поведение и поступки своих товарищей с позиции

нравственных и правовых норм с учётом осознания последствий поступков; оказание посильной помощи и моральной поддержки сверстникам при выполнении учебных заданий, доброжелательное и уважительное отношение при объяснении ошибок и способов их устранения.

#### **Ценности научного познания:**

- знание истории развития представлений о физическом развитии и воспитании человека в европейской и российской культурно-педагогической традиции;
- познавательные мотивы, направленные на получение новых знаний по физической культуре, необходимых для формирования здоровья и здоровых привычек, физического развития и физического совершенствования;
- познавательная и информационная культура, в том числе навыки самостоятельной работы с учебными текстами, справочной литературой, доступными техническими средствами информационных технологий;
- интерес к обучению и познанию, любознательность, готовность и способность к самообразованию, исследовательской деятельности, к осознанному выбору направленности и уровня обучения в дальнейшем.

#### **Формирование культуры здоровья:**

- осознание ценности своего здоровья для себя, общества, государства; ответственное отношение к регулярным занятиям физической культурой, в том числе освоению гимнастических упражнений и плавания как важных жизнеобеспечивающих умений; установка на здоровый образ жизни, необходимость соблюдения правил безопасности при занятиях физической культурой и спортом.

#### **Экологическое воспитание:**

- экологически целесообразное отношение к природе, внимательное отношение к человеку, его потребностям в жизнеобеспечивающих двигательных действиях; ответственное отношение к собственному физическому и психическому здоровью, осознание ценности соблюдения правил безопасного поведения в ситуациях, угрожающих здоровью и жизни людей;
- экологическое мышление, умение руководствоваться им в познавательной, коммуникативной и социальной практике.

**Метапредметные результаты** характеризуют уровень сформированности качественных универсальных способностей учащихся, проявляющихся в активном применении знаний и умений в познавательной и предметно-практической деятельности. Приобретенные на базе освоения содержания предмета «Физическая культура», в единстве с освоением программного материала других образовательных дисциплин, универсальные способности потребуются как в рамках образовательного процесса ( умение учиться), так и в реальной повседневной жизни учащихся.

Метапредметные результаты проявляются в различных областях культуры.

**Предметные результаты** характеризуют опыт учащихся в творческой двигательной деятельности, который приобретается и закрепляется в процессе освоения учебного предмета «Физическая культура». Приобретаемый опыт проявляется в знаниях и способах двигательной деятельности, умениях творчески их применять при решении практических задач, связанных с организацией и проведением самостоятельных занятий физической культурой.

Предметные результаты, так же как и метапредметные проявляются в разных областях культуры.

Физические способности	Физические упражнения	Маль- чики	Девоч- ки
Скоростные	Бег 60 м с высокого старта с опорой на руку, с.	9,2	10,2
Силовые	Прыжок в длину с места, см	180	165
	Лазание по канату на расстояние 6 м, с.	12	–
	Поднимание туловища, лежа на спине, руки за головой, количество раз	–	18
К выносливости	Бег 2000 м, мин	8,50	10,20
К координации	Последовательное выполнение пяти кувырков, с.	10,0	14,0
	Броски малого мяча в стандартную мишень, м	12,0	10,0

Обучающиеся 5 класса научатся:

рассматривать физическую культуру как явление культуры, вычислить исторические этапы ее развития, характеризовать основные направления и формы ее организации в современном обществе;

характеризовать содержательные основы здорового образа жизни, раскрывать его взаимосвязь со здоровьем, гармоничным физическим развитием и физической подготовленностью, формированием качеств личности и профилактикой вредных привычек;

определять базовые понятия и термины физической культуры, применять их в процессе совместных занятий физическими упражнениями со своими сверстниками, излагать с их помощью особенности выполнения техники двигательных действий и физических упражнений, развития физических качеств;

разрабатывать содержание самостоятельных занятий физическими упражнениями, определять их направленность и формулировать задачи, рационально планировать в режиме дня и учебной недели;

руководствоваться правилами профилактики травматизма и подготовки мест занятий, правильного выбора обуви и формы одежды в зависимости от времени гола и погодных условий;

руководствоваться правилами оказания первой доврачебной помощи при травмах и ушибах во время самостоятельных занятий физическими упражнениями.

**Обучающиеся 5 класса** получают возможность научиться:

характеризовать цель возрождения Олимпийских игр и роль Пьера де Кубертена в становлении современного Олимпийского Движения, объяснять смысл символики и ритуалов Олимпийских игр;

характеризовать исторические вехи развития отечественного спортивного движения, великих спортсменов, принесших славу Российскому спорту;

определять признаки положительного влияния занятий физической подготовкой па укрепление здоровья, устанавливать связь между развитием физических качеств и основных систем организма

### Раздел 3. «Тематическое планирование»

№	Тема, раздел курса	Количество часов	Информация об электронных учебно-методических материалах, которые можно использовать при изучении каждой темы.
1	Легкая атлетика.	19	
2	Баскетбол.	20	
3	Гимнастика с элементами акробатики.	8	
4	Лыжная подготовка.	10	<a href="https://infourok.ru/formirovanie-funkcionalnoj-gramotnosti-na-urokah-fizkultury-4432912.html">https://infourok.ru/formirovanie-funkcionalnoj-gramotnosti-na-urokah-fizkultury-4432912.html</a>
5	Волейбол.	10	
6	Легкая атлетика.	10	
	Итого	99	

#### Раздел 4.Календарно - тематическое планирование

№	ТЕМА УРОКА	Кол-во часов	Дата		Воспитательные аспекты
			План	факт	
1	Основы знаний: Физические упражнения, их влияние на развитие физических качеств. Инструктаж по охране труда.	1			<p>Воспитание первичного представления о гражданской идентичности в форме осознания «Я» как юного гражданина России, одновременно осознающего свою принадлежность к определённому этносу;</p> <p>воспитание чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности;</p> <p>-воспитать развитие этических чувств, доброжелательно и эмоционально- нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;</p>
2	Спринтерский бег Развитие скоростных способностей.	1			
3	Стартовый разгон	1			
4	Высокий старт	1			
5	Финальное усилие. Эстафеты.	1			
6	Развитие скоростных способностей.	1			
7	Развитие скоростной выносливости	1			
8	Развитие скоростно-силовых способностей.	1			
9-10	Метание мяча на дальность с разбега. Сдача ГТО .	1 1			
11	Прыжки. Прыжковые упражнения. Прыжок в длину с места.	1			
12	Прыжок в длину с места.	1			

	Подготовка к ГТО				
13	Основы знаний по гимнастике и акробатике. Т.Б. при выполнении гимнастических и акробатических упражнений	1			
14-15	Строевые упражнения. Перестроение из колонны по одному в 2.	1 1			формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.  воспитать умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;
16-17	Развитие координационных способностей. Комбинации из акробатических упражнений.	1 1			
18-19	Развитие гибкости Совершенствование упражнений в висах и упорах Подтягивание на высокой перекладине (раз) Сдача ГТО	1 1			
20-21	Кувырок вперед. Стойка на лопатках. Строевой шаг. Повороты в движении Развитие скоростно-силовых	1 1			

	способностей.				
22-23	Развитие координационных способностей. Прыжки через короткую скакалку	1 1			
24	Прыжок в длину с места (см).ГТО	1			
25	Правила игры в баскетбол. Терминология игры в баскетбол	1			формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни. воспитать умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;
26	Прием и передача мяча. Ведение мяча.	1			определять наиболее эффективные способы достижения результата;  - представление о новой социальной роли ученика, правилах школьной жизни (быть готовым к уроку, бережно относиться к школьным принадлежностям)
27-28- 29	Стойки и передвижения, повороты, остановки	1 1 1			
30	Бросок мяча	1			
31	Тактика свободного	1			
32	нападения	1			
33	Вырывание и выбивание	1			
34	мяча.	1			
35	Совершенствование техники набрасывание мяча над собой, техника приема и	1			

	передачи мяча сверху.				
36	Совершенствование техники набрасывание мяча над собой, техника приема и передачи мяча сверху.	1			
37-38	Нападение быстрым прорывом. Взаимодействие двух игроков	1 1			формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни. воспитать умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;
39	ТБ по разделу волейбол. Развитие двигательных качеств по средствам ОРУ. Стойка волейболиста.	1			
40	Совершенствование стойки волейболиста.	1			
41	Совершенствование техники	1			
42	набрасывание мяча над собой, техника приема и передачи мяча сверху.	1			
43	Совершенствование техники набрасывание мяча над собой, техника приема и передачи мяча сверху. Сгибание разгибание рук в упоре лежа.	1			
44	Совершенствование техники набрасывание мяча над собой, техника приема и	1			формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни. воспитать умения планировать, контролировать и

	передачи мяча сверху. Сгибание разгибание рук в упоре лежа.				оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;
45	Техники набрасывания мяча над собой. Совершенствование техники приема и передачи мяча сверху. Техника приема и передачи мяча снизу.	1			
46	Совершенствование техники приема и передачи мяча. Техника прямой нижней подачи.	1			
47	Техника приема и передачи мяча в парах. Совершенствование нижней прямой подачи.	1			
48	Совершенствование приема и передачи мяча в парах. Совершенствование нижней прямой подачи. Подъем корпуса из положения лежа.	1			Воспитание первичного представления о гражданской идентичности в форме осознания «Я» как юного гражданина России, одновременно осознающего свою принадлежность к определённому этносу; воспитание чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю
49	Совершенствование технических действий волейбола. Учебная игра.	1			
50	Развитие двигательных качеств Подведение итогов	1			России, осознание своей этнической и национальной принадлежности;

	по разделу. Учебная игра.				<p>формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни.</p> <p>воспитать умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;</p>
51	Правила поведения на уроках лыжной подготовки. Температурный режим, одежда, обувь лыжника.	1			представление о новой социальной роли ученика, правилах школьной жизни (быть готовым к уроку, бережно относиться к школьным принадлежностям)
52	Повторить попеременный и одновременный двухшажный ход.	1			
53	Техника одновременного двухшажного хода на оценку.	1			
54	Техника бесшажного одновременного хода .	1			
55 56	Преодоление препятствий произвольным способом	1			воспитать умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;
57 58	Прохождение дистанции до 3 км	1 1			
59 60	Лыжные гонки на 1 км	1 1			
61 62	Подвижные игры на лыжах	1 1			воспитание чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание

					своей этнической и национальной принадлежности;
63		1			
64	Встречная эстафета без палок	1			
65	Круговая эстафета до 150 м	1			
66		1			
67	Преодоление препятствий произвольным способом	1			
68	Прохождение дистанции до 3 км	1			воспитать умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия в соответствии с поставленной задачей и условиями её реализации;
69	Лыжные гонки на 1 км	1			
70	Встречная эстафета без палок	1			
71	ТБ по разделу волейбол. Развитие двигательных качеств по средствам ОРУ. Стойка волейболиста.	1			формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни
72	Совершенствование стойки волейболиста. Техника набрасывание мяча над собой. Техника приема и передачи мяча сверху.	1			
73	Совершенствование техники приема и передачи мяча сверху. Техника приема и передачи мяча снизу	1			
74	Совершенствование техники	1			представление о новой социальной роли ученика,

	приема и передачи мяча. Техника прямой нижней подачи				правилах школьной жизни (быть готовым к уроку, бережно относиться к школьным принадлежностям)
75	Совершенствование техники мяча набрасывания мяча над собой Техника приема и передачи мяча сверху.	1			
76	Совершенствование техники набрасывания мяча над собой. Техника приема и передачи мяча сверху Сгибание и разгибание рук в упоре лежа	1			
77	Техника приема и передачи мяча в парах. Совершенствование нижней прямой подачи.	1			
78-79	Совершенствование приема и передачи мяча в парах. Совершенствование нижней прямой подачи. Подъем корпуса из положения лежа.	1 1			
80 81	Совершенствование технических действий волейбола. Учебная игра.	1			
82	Развитие двигательных качеств Подведение итогов по разделу. Учебная игра.	1			

83	ТБ по разделу. Строевая подготовка. Беговые упражнения.	1			
84	Развитие скоростных способностей. Сдача ГТО -Бег 60м	1			Воспитание первичного представления о гражданской идентичности в форме осознания «Я» как юного гражданина России, одновременно осознающего свою принадлежность к определённому этносу; -воспитать развитие этических чувств, доброжелательно и эмоционально- нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей
85	Совершенствование техники метания теннисного мяча.	1			
86	Старт с опорой на одну руку. метание теннисного мяча.	1			
87	Стартовый разгон. Развитие выносливости. Бег от 3 до 5 мин.	1			- Воспитание первичного представления о гражданской идентичности в форме осознания «Я» как юного гражданина России, одновременно осознающего свою принадлежность к определённому этносу;
88	Выполнение на оценку техники старта с опорой на одну руку. .	1			
89	Бег на короткую дистанцию. Прыжок в длину с разбега.	1			
90	Совершенствование прыжка в длину с разбега 7-9 шагов.	1			Воспитание первичного представления о гражданской идентичности в форме осознания «Я»

	Развитие выносливости. Бег до 6 мин.				как юного гражданина России, одновременно осознающего свою принадлежность к определённому этносу; воспитание чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России, осознание своей этнической и национальной принадлежности;
91	Совершенствование техники метания мяча на дальность.	1			
92	Техника разбега в прыжках в длину. Эстафета с палочкой.	1			
93	Техника метания мяча. Развитие выносливости, бег до 8 мин.	1			
94	Бег 1500 м. Совершенствование передачи эстафетной палочки.	1			
95	Встречная эстафета с палочкой. Кроссовая подготовка.	1			
96	Техника метания мяча. Развитие выносливости, бег до 8 мин.	1			
97	Бег 1500 м. Совершенствование передачи эстафетной палочки.	1			представление о новой социальной роли ученика, правилах школьной жизни (быть готовым к уроку, бережно относиться к школьным принадлежностям)

98 99	Встречная эстафета с палочкой. Подведение итогов.	1			
100- 101	Прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги».	1 1			
102	Длительный бег Развитие выносливости.	1			
103 104	Развитие силовой выносливости	1			
105	Подведение итогов.	1			
	Итого				

**Лист корректировки рабочей программы по учебному предмету**

Предмет \_\_\_\_\_

Класс \_\_\_\_\_

Учитель \_\_\_\_\_

№ урока	Тема	Кол-во часов		Причина корректировки	Способ корректировки
		планируемое	фактическое		

