

МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ  
СРЕДНЯЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 52 ГОРОДА ТЮМЕНИ  
(МАОУ СОШ № 52 ГОРОДА ТЮМЕНИ)

Рассмотрено

на заседании ШМО

естественно-математического  
цикла

(протокол №5 от 31.05.2023г.)


 Т.А. Сажина

Согласовано

заместителем директора

по УВР

от 31.08.2023 г.

 Мустакимова С.Ч.

Утверждено

приказом директора

№ 195-ол

от 31.08.2023 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по физической культуре

для 7г класса

на 2023 – 2024 учебный год

Составитель программы:

учитель физической культуры

Шаматова Альмира Шавкатовна

г. Тюмень, 2023

## **СОДЕРЖАНИЕ ОБУЧЕНИЯ**

### **7 класс**

**Знания о физической культуре.** Зарождение олимпийского движения в дореволюционной России; роль А.Д. Бутовского в развитии отечественной системы физического воспитания и спорта. Олимпийское движение в СССР и современной России; характеристика основных этапов развития. Выдающиеся советские и российские олимпийцы.

Влияние занятий физической культурой и спортом на воспитание положительных качеств личности современного человека.

**Способы самостоятельной деятельности.** Правила техники безопасности и гигиены мест занятий в процессе выполнения физических упражнений на открытых площадках. Ведение дневника по физической культуре. Техническая подготовка и её значение для человека; основные правила технической подготовки.

Двигательные действия как основа технической подготовки; понятие двигательного умения и двигательного навыка. Способы оценивания техники двигательных действий и организация процедуры оценивания. Ошибки при разучивании техники выполнения двигательных действий, причины и способы их предупреждения при самостоятельных занятиях технической подготовкой.

Планирование самостоятельных занятий технической подготовкой на учебный год и учебную четверть. Составление плана учебного занятия по самостоятельной технической подготовке. Способы оценивания оздоровительного эффекта занятий физической культурой с помощью «индекса Кетле», «ортостатической пробы», «функциональной пробы со стандартной нагрузкой».

### **ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ.**

**Физкультурно-оздоровительная деятельность.** Оздоровительные комплексы для самостоятельных занятий с добавлением ранее разученных упражнений: для коррекции телосложения и профилактики нарушения осанки; дыхательной и зрительной гимнастики в режиме учебного дня.

**Спортивно-оздоровительная деятельность.** Модуль «Гимнастика». Акробатические комбинации из ранее разученных упражнений с добавлением упражнений ритмической гимнастики (девочки). Простейшие акробатические пирамиды в парах и тройках (девочки). Стойка на голове с опорой на руки; акробатическая комбинация из разученных упражнений в равновесии, стойках, кувырках (мальчики).

Комплекс упражнений степ-аэробики, включающий упражнения в ходьбе, прыжках, спрыгивании и запрыгивании с поворотами разведением рук и ног, выполняемых в среднем и высоком темпе (девочки).

Комбинация на гимнастическом бревне из ранее разученных упражнений с добавлением упражнений на статическое и динамическое равновесие (девочки). Комбинация на низкой гимнастической перекладине из ранее разученных упражнений в висах, упорах, переворотах (мальчики). Лазанье по канату в два приёма (мальчики).

Модуль «Лёгкая атлетика». Бег с преодолением препятствий способами «наступление» и «прыжковый бег»; эстафетный бег. Ранее освоенные беговые

упражнения с увеличением скорости передвижения и продолжительности выполнения; прыжки с разбега в длину способом «согнув ноги» и в высоту способом «перешагивание». Метание малого (теннисного) мяча по движущейся (катящейся) с разной скоростью мишени.

Модуль «Зимние виды спорта». Торможение и поворот на лыжах упором при спуске с пологого склона; переход с передвижения попеременным двухшажным ходом на передвижение одновременным одношажным ходом и обратно во время прохождения учебной дистанции; спуски и подъёмы ранее освоенными способами.

Модуль «Спортивные игры».

Баскетбол. Передача и ловля мяча после отскока от пола; бросок в корзину двумя руками снизу и от груди после ведения. Игровая деятельность по правилам с использованием ранее разученных технических приёмов без мяча и с мячом: ведение, приёмы и передачи, броски в корзину.

Волейбол. Верхняя прямая подача мяча в разные зоны площадки соперника; передача мяча через сетку двумя руками сверху и перевод мяча за голову. Игровая деятельность по правилам с использованием ранее разученных технических приёмов.

Футбол. Средние и длинные передачи мяча по прямой и диагонали; тактические действия при выполнении углового удара и вбрасывании мяча из-за боковой линии. Игровая деятельность по правилам с использованием ранее разученных технических приёмов.

Совершенствование техники ранее разученных гимнастических и акробатических упражнений, упражнений лёгкой атлетики и зимних видов спорта, технических действий спортивных игр.

Модуль «Спорт». Физическая подготовка к выполнению нормативов комплекса ГТО с использованием средств базовой физической подготовки, видов спорта и оздоровительных систем физической культуры, национальных видов спорта, культурно-этнических игр.

## **ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОГО КУРСА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» НА УРОВНЕ ОСНОВНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ**

### **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 оборудованию, 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 относятся 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 7 классе обучающийся научится:

проводить анализ причин зарождения современного олимпийского движения, давать характеристику основным этапам его развития в СССР и современной России;

объяснять положительное влияние занятий физической культурой и спортом на воспитание личностных качеств современных школьников, приводить примеры из собственной жизни;

объяснять понятие «техника физических упражнений», руководствоваться правилами технической подготовки при самостоятельном обучении новым физическим упражнениям, проводить процедуры оценивания техники их выполнения;

составлять планы самостоятельных занятий физической и технической подготовкой, распределять их в недельном и месячном циклах учебного года, оценивать их оздоровительный эффект с помощью «индекса Кетле» и «ортостатической пробы» (по образцу);

выполнять лазанье по канату в два приёма (юноши) и простейшие акробатические пирамиды в парах и тройках (девушки);

составлять и самостоятельно разучивать комплекс степ-аэробики, включающий упражнения в ходьбе, прыжках, спрыгивании и запрыгивании с поворотами, разведением рук и ног (девушки); выполнять стойку на голове с опорой на руки и включать её в акробатическую комбинацию из ранее освоенных упражнений (юноши);

выполнять беговые упражнения с преодолением препятствий способами «наступление» и «прыжковый бег», применять их в беге по пересечённой местности;

выполнять метание малого мяча на точность в неподвижную, качающуюся и катящуюся с разной скоростью мишень;

выполнять переход с передвижения попеременным двухшажным ходом на передвижение одновременным одношажным ходом и обратно во время прохождения учебной дистанции; наблюдать и анализировать его выполнение другими учащимися, сравнивая с заданным образцом, выявлять ошибки и предлагать способы устранения (для бесснежных районов — имитация перехода);

демонстрировать и использовать технические действия спортивных игр:

баскетбол (передача и ловля мяча после отскока от пола; броски мяча двумя руками снизу и от груди в движении; использование разученных технических действий в условиях игровой деятельности);

волейбол (передача мяча за голову на своей площадке и через сетку; использование разученных технических действий в условиях игровой деятельности);

футбол (средние и длинные передачи футбольного мяча; тактические действия при выполнении углового удара и вбрасывании мяча из-за боковой линии; использование разученных технических действий в условиях игровой деятельности);

тренироваться в упражнениях общефизической и специальной физической подготовки с учётом индивидуальных и возрастно-половых особенностей.



## Тематическое планирование

№	Тема урока	Количество часов	ЭОР (электронный образовательный ресурс)
1	Правила поведения и техника безопасности на уроках физической культуры. <b>Способы самостоятельной деятельности.</b>	1	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="http://infourok.ru/">http://infourok.ru/</a> <a href="http://pedsovet.org/">http://pedsovet.org/</a> <a href="http://uchi.ru">http://uchi.ru</a>
2	<i>Дневника физической культуры.</i> Техника высокого старта, стартового разгона. Развитие скоростных способностей. Бег 30м.	1	<a href="https://www.gto.ru/">https://www.gto.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/dnevnik-samonablyudeniya-po-fizicheskoy-kulture-4101249.html">https://infourok.ru/dnevnik-samonablyudeniya-po-fizicheskoy-kulture-4101249.html</a> <a href="https://infourok.ru/konspekti-po-fizicheskoy-kulture-tehnicheskaya-podgotovka-sportsmena-v-izbrannom-vide-sporta-ponyatie-vidi-osnovnie-napravleniya-3023305.html">https://infourok.ru/konspekti-po-fizicheskoy-kulture-tehnicheskaya-podgotovka-sportsmena-v-izbrannom-vide-sporta-ponyatie-vidi-osnovnie-napravleniya-3023305.html</a> <a href="https://multiurok.ru/files/dvigatelno-deistvie-chto-takoe-dvigatelnoe-umenie.html">https://multiurok.ru/files/dvigatelno-deistvie-chto-takoe-dvigatelnoe-umenie.html</a>
3	Метание малого мяча в катящуюся мишень. Бег 60м. Равномерный бег.	1	<a href="https://youtu.be/i5Cn8Is4sLs">https://youtu.be/i5Cn8Is4sLs</a> <a href="https://kopilkaurokov.ru/fizkultura/uroki/konspekt-uroka-na-tiemu-bieghovyye-uprazhneniia">https://kopilkaurokov.ru/fizkultura/uroki/konspekt-uroka-na-tiemu-bieghovyye-uprazhneniia</a>
4	Метание малого на дальность. Развитие выносливости.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/7149/conspect/262317/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/7149/conspect/262317/</a> <a href="https://infourok.ru/7-klass-tehnologicheskaya-karta-uroka-tema-legkaya-atletika-uprazhneniya-v-metanii-malogo-myacha-prikladnaya-fizicheskaya-podgot-4137452.html">https://infourok.ru/7-klass-tehnologicheskaya-karta-uroka-tema-legkaya-atletika-uprazhneniya-v-metanii-malogo-myacha-prikladnaya-fizicheskaya-podgot-4137452.html</a>
5	Изучение способов преодоления препятствий «наступление» и «прыжковый бег». Бег 300м.	1	<a href="https://youtu.be/i5Cn8Is4sLs">https://youtu.be/i5Cn8Is4sLs</a> <a href="https://kopilkaurokov.ru/fizkultura/uroki/konspekt-uroka-na-tiemu-bieghovyye-uprazhneniia">https://kopilkaurokov.ru/fizkultura/uroki/konspekt-uroka-na-tiemu-bieghovyye-uprazhneniia</a> <a href="https://www.gto.ru/">https://www.gto.ru/</a>
6	Бег с преодолением препятствий. Бег на выносливость 1000м.	1	
7	Прыжок в длину с разбега. Челночный бег 3х10.	1	<a href="https://youtu.be/UYpfcUA-aXE?t=18">https://youtu.be/UYpfcUA-aXE?t=18</a> <a href="https://youtu.be/DbSv8M-oLsQ?t=10">https://youtu.be/DbSv8M-oLsQ?t=10</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/1389/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/1389/</a>
8	Прыжка в длину с разбега. Подвижные игры.	1	
9	Техника эстафетного бега. Бег 1500м.	1	<a href="https://www.gto.ru/">https://www.gto.ru/</a>
10	Эстафетный бег. <b>Прыжок в длину с места</b>	1	<a href="https://www.gto.ru/">https://www.gto.ru/</a>
11	<i>Правила техники безопасности в разделе баскетбол.</i> Техника стоек и перемещений баскетболиста, ведение мяча.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5170/conspect/195917/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5170/conspect/195917/</a> <a href="https://youtu.be/msrpfZp4dNg?t=11">https://youtu.be/msrpfZp4dNg?t=11</a> <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="http://infourok.ru/">http://infourok.ru/</a> <a href="http://pedsovet.org/">http://pedsovet.org/</a> <a href="http://uchi.ru">http://uchi.ru</a> <a href="http://multiurok.ru">http://multiurok.ru</a>
12	Технические действия баскетболиста без мяча и с мячом. Подвижная игра.	1	
13	Техника передачи мяча в парах. Ведение мяча.	1	
14	Передача и ловля баскетбольного мяча после отскока от пола. Учебная игра.	1	
15	Техника броска мяча в кольцо после ведения с двух шагов.	1	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="http://infourok.ru/">http://infourok.ru/</a> <a href="http://pedsovet.org/">http://pedsovet.org/</a> <a href="http://uchi.ru">http://uchi.ru</a> <a href="http://multiurok.ru">http://multiurok.ru</a>

16	История баскетбола. Технические упражнения с мячом в баскетболе. Ловля и передачи мяча, ведение мяча. Броски в кольцо. Учебная игра.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5170/conspect/195917/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5170/conspect/195917/</a> <a href="https://youtu.be/msrpfZp4dNg?t=11">https://youtu.be/msrpfZp4dNg?t=11</a>
17	<i>Воспитание качеств личности в процессе занятий физической культурой и спортом.</i> Броски мяча в кольцо. Учебная игра.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5170/conspect/195917/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5170/conspect/195917/</a> <a href="https://youtu.be/msrpfZp4dNg?t=11">https://youtu.be/msrpfZp4dNg?t=11</a>
18	Технические упражнения с мячом в баскетболе. Правила соревнований, терминология и жесты Учебная игра.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/5170/conspect/195917/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/5170/conspect/195917/</a> <a href="https://youtu.be/msrpfZp4dNg?t=11">https://youtu.be/msrpfZp4dNg?t=11</a>
19	<i>Правила техники безопасности и гигиены мест занятий в процессе выполнения физических упражнений на спортивных площадках. Знания о физической культуре.</i>	1	<a href="https://infourok.ru/prezentaciya-po-fizicheskoy-kulture-na-temu-tehnika-bezopasnostigigiena-2458666.html">https://infourok.ru/prezentaciya-po-fizicheskoy-kulture-na-temu-tehnika-bezopasnostigigiena-2458666.html</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3097/main/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3097/main/</a> <a href="https://infourok.ru/individualnaya-ocenka-fizicheskogo-razvitiya-obuchayuschih-sya-1090435.html">https://infourok.ru/individualnaya-ocenka-fizicheskogo-razvitiya-obuchayuschih-sya-1090435.html</a>
20	Упражнения для профилактики нарушения осанки. Упражнения для коррекции телосложения.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/7138/conspect/261675/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/7138/conspect/261675/</a> <a href="https://infourok.ru/kartoteka-kompleksov-dlya-profilaktiki-i-korrekcii-narushenij-osanki-4953020.html">https://infourok.ru/kartoteka-kompleksov-dlya-profilaktiki-i-korrekcii-narushenij-osanki-4953020.html</a>
21	Техническая подготовка и её значение для человека. Стойка на голове. Акробатическая комбинация. Строевые упражнения.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/7134/conspect/290629/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/7134/conspect/290629/</a> <a href="https://youtu.be/ynlddMJsB_s?t=28">https://youtu.be/ynlddMJsB_s?t=28</a> <a href="https://infourok.ru/metodicheskij-material-dlya-studentov-tehnika-stojki-na-golove-i-rukah-dlya-nachinayushih-4290454.html">https://infourok.ru/metodicheskij-material-dlya-studentov-tehnika-stojki-na-golove-i-rukah-dlya-nachinayushih-4290454.html</a> <a href="https://infourok.ru/akrobaticheskie-uprazhneniya-v-klasse-1771417.html">https://infourok.ru/akrobaticheskie-uprazhneniya-v-klasse-1771417.html</a> <a href="https://infourok.ru/kartochki-s-kombinacijami-po-teme-gimnastika-klass-452687.html">https://infourok.ru/kartochki-s-kombinacijami-po-teme-gimnastika-klass-452687.html</a>
22	Степ-аэробика. Стойка на голове. Развитие гибкости.	1	<a href="https://multiurok.ru/files/stiep-aerobika-v-shkolie.html">https://multiurok.ru/files/stiep-aerobika-v-shkolie.html</a>
23	Акробатическая комбинация. Развитие ловкости.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/7134/conspect/290629/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/7134/conspect/290629/</a> <a href="https://youtu.be/ynlddMJsB_s?t=28">https://youtu.be/ynlddMJsB_s?t=28</a> <a href="https://infourok.ru/metodicheskij-material-dlya-studentov-tehnika-stojki-na-golove-i-rukah-dlya-nachinayushih-4290454.html">https://infourok.ru/metodicheskij-material-dlya-studentov-tehnika-stojki-na-golove-i-rukah-dlya-nachinayushih-4290454.html</a> <a href="https://infourok.ru/akrobaticheskie-uprazhneniya-v-klasse-1771417.html">https://infourok.ru/akrobaticheskie-uprazhneniya-v-klasse-1771417.html</a> <a href="https://infourok.ru/kartochki-s-kombinacijami-po-teme-gimnastika-klass-452687.html">https://infourok.ru/kartochki-s-kombinacijami-po-teme-gimnastika-klass-452687.html</a>
24	Опорный прыжок. Акробатическая комбинация.	1	<a href="https://youtu.be/ZbBKc4pQWuY?t=10">https://youtu.be/ZbBKc4pQWuY?t=10</a> <a href="https://infourok.ru/kartochki-s-kombinacijami-po-teme-gimnastika-klass-452687.html">https://infourok.ru/kartochki-s-kombinacijami-po-teme-gimnastika-klass-452687.html</a>
25	Комбинация на бревне (девочки), на перекладине (юноши).	1	<a href="https://infourok.ru/kartochki-s-kombinacijami-po-teme-gimnastika-klass-452687.html">https://infourok.ru/kartochki-s-kombinacijami-po-teme-gimnastika-klass-452687.html</a>
26	<i>Зарождение олимпийского</i>	1	»

	<i>движения в Тюменской области. Комбинация на бревне (девочки), на перекладине (юноши).</i>		<a href="https://infourok.ru/kartochki-s-kombinaciyami-po-teme-gimnastika-klass-452687.html">https://infourok.ru/kartochki-s-kombinaciyami-po-teme-gimnastika-klass-452687.html</a>
27	Лазанье по канату в два приёма. Развитие скоростно-силовых качеств. Акробатические пирамиды.	1	<a href="https://multiurok.ru/files/priezientatsiia-postroieniie-akrobatichieskikh-piramid.html">https://multiurok.ru/files/priezientatsiia-postroieniie-akrobatichieskikh-piramid.html</a> <a href="https://infourok.ru/kartochki-s-kombinaciyami-po-teme-gimnastika-klass-452687.html">https://infourok.ru/kartochki-s-kombinaciyami-po-teme-gimnastika-klass-452687.html</a> <a href="https://youtu.be/aLddD6NyIDA">https://youtu.be/aLddD6NyIDA</a>
28	Лазанье по канату в два приёма. Развитие силы. Акробатические пирамиды.	1	
29	Техника безопасности. Правила соревнований. Технические действия в волейболе. Передача мяча сверху двумя руками.	1	<a href="https://youtu.be/yQLwJAh3_j0?t=9">https://youtu.be/yQLwJAh3_j0?t=9</a> <a href="https://youtu.be/QgUG3YiQy9Y?t=12">https://youtu.be/QgUG3YiQy9Y?t=12</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/7156/conspect/262454/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/7156/conspect/262454/</a>
30	Контроль и самоконтроль при выполнении упражнений. Передача во встречных колоннах.	1	
31	Ошибки в технике упражнений и их предупреждение. Передачи и приемы мяча.	1	
32	Технические действия в волейболе. Передачи мяча и прием мяча. Верхняя прямая подача.	1	<a href="https://youtu.be/yQLwJAh3_j0?t=9">https://youtu.be/yQLwJAh3_j0?t=9</a> <a href="https://youtu.be/QgUG3YiQy9Y?t=12">https://youtu.be/QgUG3YiQy9Y?t=12</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/7156/conspect/262454/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/7156/conspect/262454/</a>
33	Правила соревнований в волейболе. Верхняя прямая подача мяча.	1	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
34	Перевод мяча через сетку, способом неожиданной (скрытой) передачи за голову.	1	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/7157/conspect/280612/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/7157/conspect/280612/</a> <a href="https://infourok.ru/osnovnie-priemi-tehniki-igri-v-voleybol-2364098.html">https://infourok.ru/osnovnie-priemi-tehniki-igri-v-voleybol-2364098.html</a> <a href="https://youtu.be/awk0qDbQdlo?t=15">https://youtu.be/awk0qDbQdlo?t=15</a>
35-36	<i>Правила техники безопасности в разделе лыжная подготовка. Оказание первой помощи при травмах.</i> <b>Способы самостоятельной деятельности.</b>	2	
37-38	Лыжные ходы. Спуски и подъемы.	2	<a href="https://youtu.be/wmXG60laVmg?t=8">https://youtu.be/wmXG60laVmg?t=8</a> <a href="https://youtu.be/Fgr6NAEmMwE">https://youtu.be/Fgr6NAEmMwE</a>
39-40	Передвижение одновременным двухшажным ходом.	2	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/7152/conspect/262513/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/7152/conspect/262513/</a> <a href="https://youtu.be/HWz7zZgcyTY?t=7">https://youtu.be/HWz7zZgcyTY?t=7</a> <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="https://infourok.ru/">https://infourok.ru/</a>

			<a href="http://pedsovet.org/">http://pedsovet.org/</a> <a href="http://uchi.ru">http://uchi.ru</a> <a href="http://multiurok.ru">http://multiurok.ru</a>
41-42	Спуски и подъемы. Лыжные ходы. Прохождение дистанции.	2	<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/7152/conspect/262513/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/7152/conspect/262513/</a> <a href="https://youtu.be/HWz7zZgcyTY?t=7">https://youtu.be/HWz7zZgcyTY?t=7</a>
43-44	История лыжного спорта. Торможение «упором» («плугом»). Прохождение дистанции.	2	<a href="https://youtu.be/wmXG60laVmg?t=8">https://youtu.be/wmXG60laVmg?t=8</a> <a href="https://youtu.be/Fgr6NAEmMwE">https://youtu.be/Fgr6NAEmMwE</a>
45-46	Техника лыжных ходов. Спуски и подъёмы. Торможение на лыжах способом «упор» («плугом»). Прохождение дистанции.	2	
47	Официальные правила в лыжном спорте. Лыжные ходы. Спуски и подъёмы. Равномерное прохождение дистанции.	1	
48	<i>Олимпийское движение в СССР и современной России.</i> Эстафета.	1	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="http://infourok.ru/">http://infourok.ru/</a> <a href="http://pedsovet.org/">http://pedsovet.org/</a> <a href="http://uchi.ru">http://uchi.ru</a> <a href="http://multiurok.ru">http://multiurok.ru</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/7129/conspect/261897/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/7129/conspect/261897/</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/7151/conspect/261928/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/7151/conspect/261928/</a> <a href="https://infourok.ru/fizicheskie-kachestva-cheloveka-sredstva-i-metodi-ih-vospitaniya-2320496.html">https://infourok.ru/fizicheskie-kachestva-cheloveka-sredstva-i-metodi-ih-vospitaniya-2320496.html</a>
49	<i>Правила техники безопасности в разделе волейбол.</i> Перевод мяча через сетку, способом неожиданной (скрытой) передачи за голову.		<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/7157/conspect/280612/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/7157/conspect/280612/</a> <a href="https://infourok.ru/osnovnie-priemi-tehniki-igri-v-voleybol-2364098.html">https://infourok.ru/osnovnie-priemi-tehniki-igri-v-voleybol-2364098.html</a> <a href="https://youtu.be/awk0qDbQdlo?t=15">https://youtu.be/awk0qDbQdlo?t=15</a>
50	Перевод мяча через сетку, способом неожиданной (скрытой) передачи за голову.		
51	Технические приемы в волейболе. Приемы и передачи мяча. Нижняя подача.		<a href="https://youtu.be/yQLwJAh3_j0?t=9">https://youtu.be/yQLwJAh3_j0?t=9</a> <a href="https://youtu.be/QgUG3YiQy9Y?t=12">https://youtu.be/QgUG3YiQy9Y?t=12</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/7156/conspect/262454/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/7156/conspect/262454/</a>
52	Технические действия в волейболе. Приемы и передачи мяча. Нижняя прямая подача. Развитие ловкости.		
53	Передача мяча, прием мяча. Подача. Учебная игра. Развитие		

	физических качеств.		
54	Передача мяча, прием мяча. Поддача. Учебная игра. Развитие физических качеств.		
55	Правила поведения и техника безопасности на уроках лёгкой атлетики. <b>Способы самостоятельной деятельности.</b>	1	<a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="http://infourok.ru/">http://infourok.ru/</a> <a href="http://pedsovet.org/">http://pedsovet.org/</a> <a href="http://uchi.ru">http://uchi.ru</a> <a href="http://multiurok.ru">http://multiurok.ru</a>
56	Правила техники безопасности и гигиены мест занятий физическими упражнениями. Техника спринтерского бега. Развитие скоростных способностей. Бег 30м.		<a href="https://youtu.be/i5Cn8Is4sLs">https://youtu.be/i5Cn8Is4sLs</a> <a href="https://kopilkaurokov.ru/fizkultura/uroki/konspekt-uroka-na-tiemu-bieghovyye-uprazhneniia">https://kopilkaurokov.ru/fizkultura/uroki/konspekt-uroka-na-tiemu-bieghovyye-uprazhneniia</a> <a href="https://www.gto.ru/">https://www.gto.ru/</a> <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
57	Метание малого мяча в катящуюся мишень. Бег 60м. Равномерный бег.		
58	<i>Знакомство с выдающимися олимпийскими чемпионами Тюменской области.</i> Метание малого мяча на дальность.		<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/7149/conspect/262317/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/7149/conspect/262317/</a> <a href="https://infourok.ru/7-klass-tehnologicheskaya-karta-uroka-tema-legkaya-atletika-uprazhneniya-v-metanii-malogo-myacha-prikladnaya-fizicheskaya-podgot-4137452.html">https://infourok.ru/7-klass-tehnologicheskaya-karta-uroka-tema-legkaya-atletika-uprazhneniya-v-metanii-malogo-myacha-prikladnaya-fizicheskaya-podgot-4137452.html</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/7129/conspect/261897/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/7129/conspect/261897/</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/7151/conspect/261928/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/7151/conspect/261928/</a> <a href="https://infourok.ru/fizicheskie-kachestva-cheloveka-sredstva-i-metodi-ih-vospitaniya-2320496.html">https://infourok.ru/fizicheskie-kachestva-cheloveka-sredstva-i-metodi-ih-vospitaniya-2320496.html</a>
59	Овладение техники прыжка в высоту с разбега. Бег 300м.	1	<a href="https://youtu.be/UYpfcUA-aXE?t=18">https://youtu.be/UYpfcUA-aXE?t=18</a> <a href="https://youtu.be/DbSv8M-oLsQ?t=10">https://youtu.be/DbSv8M-oLsQ?t=10</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/1389/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/1389/</a>
60	Прыжок в высоту с разбега. Бег на выносливость 1000м.		
61	Техника прыжка в высоту с разбега. Кроссовая подготовка.	1	<a href="https://www.gto.ru/">https://www.gto.ru/</a>
62	Техника прыжка в длину с разбега. Бег 1500м.	1	<a href="https://www.gto.ru/">https://www.gto.ru/</a> <a href="https://youtu.be/i5Cn8Is4sLs">https://youtu.be/i5Cn8Is4sLs</a> <a href="https://kopilkaurokov.ru/fizkultura/uroki/konspekt-uroka-na-tiemu-bieghovyye-uprazhneniia">https://kopilkaurokov.ru/fizkultura/uroki/konspekt-uroka-na-tiemu-bieghovyye-uprazhneniia</a>
63	Прыжки в длину с разбега. Техника эстафетного бега.		<a href="https://youtu.be/UYpfcUA-aXE?t=18">https://youtu.be/UYpfcUA-aXE?t=18</a> <a href="https://youtu.be/DbSv8M-oLsQ?t=10">https://youtu.be/DbSv8M-oLsQ?t=10</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/1389/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/1389/</a>
64	Эстафетный бег. <b>Прыжок в длину с места</b>	1	<a href="https://www.gto.ru/">https://www.gto.ru/</a> <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>
65	<i>Правила техники безопасности в разделе футбол.</i> Средние и длинные передачи футбольного мяча.		<a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/1095/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/1095/</a> <a href="https://infourok.ru/tehnika-igri-v-futbol-2411134.html">https://infourok.ru/tehnika-igri-v-futbol-2411134.html</a>
66	Средние и длинные передачи футбольного мяча. Эстафета с элементами футбола.		

67	Тактические действия игры футбол. Учебная игра.		
68	Тактические действия игры футбол. <b>Учебная игра.</b>		<a href="https://infourok.ru/taktika-igri-v-futbol-2411131.html">https://infourok.ru/taktika-igri-v-futbol-2411131.html</a> <a href="https://resh.edu.ru/subject/lesson/3956/conspect/279249/">https://resh.edu.ru/subject/lesson/3956/conspect/279249/</a> <a href="https://youtu.be/jTF1Dt4yNqA?t=8">https://youtu.be/jTF1Dt4yNqA?t=8</a>

**ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ 7 КЛАСС, 2023- 2024 УЧЕБНЫЙ ГОД**

№	Тема урока	Количество часов	Содержание урока с учетом профминимума	Формирование функциональной грамотности	ЭОР (электронный образовательный ресурс)	План проведения
	<b>Модуль: легкая атлетика</b>					
1	Правила поведения и техника безопасности на уроках физической культуры. <b>Способы самостоятельной деятельности.</b>	1	Правила техники безопасности и гигиены мест занятий в процессе выполнения физических упражнений на открытых площадках. Ведение дневника физической культуры. Понятие «техническая подготовка. Понятия «двигательное действие», «двигательное умение», «двигательный навык». Понимание роли и значения физической культуры в формировании личных качеств, укрепление и сохранение индивидуального здоровья. Способы оценивания оздоровительного эффекта занятий физической культурой с помощью «индекса Кетле», «ортостатической пробы», «функциональной пробы со стандартной нагрузкой».	Приобретение знаний, необходимых для занятий физической культурой и спортом. Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению. Умение выполнять тестовые задания, определяющие индивидуальный уровень физической подготовленности. Усвоение системы знаний о занятиях физической культурой, их роли и значении в формировании здорового образа жизни и социальной ориентации.	РЭШ  Инфоурок  Педсовет  Учи.ру  Мультиурок <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="http://infourok.ru/">http://infourok.ru/</a> <a href="http://pedsovet.org/">http://pedsovet.org/</a> <a href="http://uchi.ru">http://uchi.ru</a> <a href="http://multiurok.ru">http://multiurok.ru</a>	
2	<i>Дневника</i>	1	Ведение дневника физической	Умение оценить собственное	ВФСК	

	<p><i>физической культуры.</i> Техника высокого старта, стартового разгона. Развитие скоростных способностей. Бег 30м.</p>		<p>культуры. СБУ. Бег с ускорением на 20-30 м. <b>Бег 30 м на результат.</b> Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО. Бег в равномерном темпе до 5 минут.</p>	<p>физическое состояние по простым тестам и результатам самоконтроля. Формирование знаний по составлению содержания занятий в соответствии с собственными задачами и индивидуальными особенностями развития. Владение приемами самореализации; личное и жизненное самоопределение. Владение приемами личностного самовыражения и саморазвития; умение контролировать физическое состояние организма.</p>	<p>ГТО <a href="https://www.gto.ru/">https://www.gto.ru/</a></p>	
3	<p>Метание малого мяча в катящуюся мишень. Бег 60м. Равномерный бег.</p>	1	<p>Знакомство с рекомендациями учителя по использованию упражнений с малым мячом на развитие точности движений. Метание малого мяча в катящуюся мишень. <b>Бег 60 м на результат.</b> Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях</p>	<p>Умение оценить собственное физическое состояние по простым тестам и результатам самоконтроля. Формирование знаний по составлению содержания занятий в соответствии с собственными задачами и индивидуальными особенностями развития. Владение приемами</p>	<p>ВФСК ГТО РЭШ <a href="https://www.gto.ru/">https://www.gto.ru/</a> <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a></p>	



			физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО.	самореализации; личное и жизненное самоопределение. Владение приемами личностного самовыражения и саморазвития; умение контролировать физическое состояние организма.		
4	Метание малого на дальность. Развитие выносливости.	1	Планирование самостоятельных занятий технической подготовкой на учебный год и учебную четверть. <b>Метание малого мяча на результат.</b> Равномерный бег до 6 минут. Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО. Подвижная игра.	Умение оценить собственное физическое состояние по простым тестам и результатам самоконтроля. Формирование знаний по составлению содержания занятий в соответствии с собственными задачами и индивидуальными особенностями развития. Владение приемами самореализации; личное и жизненное самоопределение. Владение приемами личностного самовыражения и саморазвития; умение контролировать физическое состояние организма.	ВФСК ГТО  РЭШ <a href="https://www.gto.ru/">https://www.gto.ru/</a> <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>	
5	Изучение способов преодоления препятствий	1	Знакомство с рекомендациями учителя по использованию подводящих и подготовительных	Умение оценить собственное физическое состояние по простым тестам и результатам	Инфоурок	

	«наступление» и «прыжковый бег». Бег 300м.		упражнений для самостоятельного обучения технике преодоления препятствий способами «наступление» и «прыжковый бег». Специальные беговые упражнения. <b>Бег 300м на результат.</b> Равномерный бег до 7 минут.	самоконтроля. Формирование знаний по составлению содержания занятий в соответствии с собственными задачами и индивидуальными особенностями развития. Владение приемами самореализации; личное и жизненное самоопределение. Владение приемами личностного самовыражения и саморазвития; умение контролировать физическое состояние организма.		
6	Бег с преодолением препятствий. Бег на выносливость 1000м.	1	Выполнение подводящих и подготовительных упражнений для самостоятельного обучения технике преодоления препятствий способами «наступление» и «прыжковый бег». Специальные беговые упражнения. <b>Бег 1000м на результат.</b> Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация	Умение оценить собственное физическое состояние по простым тестам и результатам самоконтроля. Формирование знаний по составлению содержания занятий в соответствии с собственными задачами и индивидуальными особенностями развития. Владение приемами самореализации; личное и жизненное самоопределение.	ВФСК ГТО <a href="https://www.gto.ru/">https://www.gto.ru/</a>	

			приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО.	Владение приемами личностного самовыражения и саморазвития; умение контролировать физическое состояние организма.		
7	Прыжок в длину с разбега. Челночный бег 3x10.	1	Составление плана учебного занятия по самостоятельной технической подготовке. Знакомство с рекомендациями учителя по использованию подводящих и подготовительных упражнений для освоения техники прыжка в длину с разбега. Специальные прыжковые упражнения. <b>Челночный бег 3x10 на результат.</b> Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО.	Умение оценить собственное физическое состояние по простым тестам и результатам самоконтроля. Формирование знаний по составлению содержания занятий в соответствии с собственными задачами и индивидуальными особенностями развития. Владение приемами самореализации; личное и жизненное самоопределение. Владение приемами личностного самовыражения и саморазвития; умение контролировать физическое состояние организма.	ВФСК ГТО РЭШ Инфоурок Педсовет Учи.ру Мультиурок	
8	Прыжка в длину с разбега. Подвижные игры.	1	СБУ. <b>Выполнение прыжка с разбега в длину на результат.</b> Физическая подготовка: освоение	Умение оценить собственное физическое состояние по простым тестам и результатам самоконтроля.	ВФСК ГТО <a href="https://www.gto.ru/">https://www.gto.ru/</a>	

			<p>содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО.</p>	<p>Формирование знаний по составлению содержания занятий в соответствии с собственными задачами и индивидуальными особенностями развития. Владение приемами самореализации; личное и жизненное самоопределение. Владение приемами личностного самовыражения и саморазвития; умение контролировать физическое состояние организма.</p>		
9	<p>Техника эстафетного бега. Бег 1500м.</p>	1	<p>Знакомство с рекомендациями учителя по использованию подводящих и подготовительных упражнений для самостоятельного обучения технике эстафетного бега. <b>Бег 1500м на результат.</b> Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований</p>	<p>Умение оценить собственное физическое состояние по простым тестам и результатам самоконтроля. Формирование знаний по составлению содержания занятий в соответствии с собственными задачами и индивидуальными особенностями развития. Владение приемами самореализации; личное и жизненное самоопределение. Владение приемами</p>	<p>ВФСК ГТО <a href="https://www.gto.ru/">https://www.gto.ru/</a></p>	

			комплекса ГТО.	личностного самовыражения и саморазвития; умение контролировать физическое состояние организма.		
10	Эстафетный бег. <b>Прыжок в длину с места</b>	1	<b>Прыжок в длину с места на результат.</b> Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО.	Умение оценить собственное физическое состояние по простым тестам и результатам самоконтроля. Формирование знаний по составлению содержания занятий в соответствии с собственными задачами и индивидуальными особенностями развития. Владение приемами самореализации; личное и жизненное самоопределение. Владение приемами личностного самовыражения и саморазвития; умение контролировать физическое состояние организма.	ВФСК ГТО <a href="https://www.gto.ru/">https://www.gto.ru/</a> РЭШ	
	<b>Модуль:</b> <b>баскетбол</b>					
11	<i>Правила техники безопасности в разделе баскетбол.</i> Техника стоек и	1	<i>Правила техники безопасности в разделе баскетбол.</i> Передвижение игрока. Повороты с мячом. Остановка прыжком.	Понимать роль и значение физической культуры в формировании личных качеств, в активном включении в здоро-	РЭШ Инфоурок	

	перемещений баскетболиста, ведение мяча.		Ловля и передача мяча двумя руками от груди на месте с пассивным сопротивлением защитника. Ведение мяча на месте и в движении со средней высотой отскока. Бросок мяча в движении двумя руками от головы после ведения. Позиционное нападение с изменением позиций. Упражнения на развитие координационных способностей. Правила баскетбола. Подвижная игра.	вый образ жизни. Умение уживаться с другими. Владение устным и письменным общением. Обогащение двигательного опыта прикладными упражнениями, ориентированными на подготовку к предстоящей жизнедеятельности.	Педсовет Учи.ру Мультиурок	
12	Технические действия баскетболиста без мяча и с мячом. Подвижная игра.	1	Передвижение игрока. Повороты с мячом. Остановка прыжком и двумя шагами. Прыжки вверх, толчком одной ногой и приземлением на другую. Ловля и передача мяча двумя руками от груди на месте с пассивным сопротивлением защитника. Ведение мяча на месте и в движении со средней высотой отскока. Бросок мяча в движении двумя руками от головы после ведения. Позиционное нападение с изменением позиций.	Формирование способности брать на себя ответственность участвовать в совместном принятии решений. Умение проявлять инициативу. Готовность замечать проблемы и искать пути их решения. Умение организовать работу группы, подгруппы. Развитие интереса и привычки к систематическим занятиям физической культурой и спортом.	РЭШ Инфоурок Педсовет Учи.ру Мультиурок <a href="http://uchi.ru">http://uchi.ru</a> <a href="http://multiurok.ru">http://multiurok.ru</a>	

			Упражнения на развитие координационных способностей. Правила баскетбола. <b>Выполнять комбинации из передач одной рукой от плеча, двумя руками от груди; передачи мяча от груди двумя руками с отскоком от пола на результат.</b> Подвижная игра с элементами баскетбола.			
13	Техника передачи мяча в парах. Ведение мяча.	1	Ведение мяча на месте и в движении со средней высотой отскока. Бросок мяча в движении двумя руками от головы после ведения. Позиционное нападение с изменением позиций. Ведение мяча с пассивным сопротивлением защитником. Сочетание приёмов передвижений и остановок игрока. Передачи мяча одной рукой от плеча. Упражнения на развитие быстроты. Правила баскетбола. <b>Выполнять ведение баскетбольного мяча в движении, с изменением направления движения на результат.</b>	Формирование способности брать на себя ответственность участвовать в совместном принятии решений. Умение проявлять инициативу. Готовность замечать проблемы и искать пути их решения. Умение организовать работу группы, подгруппы. Развитие интереса и привычки к систематическим занятиям физической культурой и спортом. Умение выполнять индивидуальные комплексы упражнений, использовать приобретенные знания и умения в практической	РЭШ Инфоурок Педсовет Учи.ру Мультиурок <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="http://infourok.ru/">http://infourok.ru/</a> <a href="http://pedsovet.org/">http://pedsovet.org/</a> <a href="http://uchi.ru">http://uchi.ru</a> <a href="http://multiurok.ru">http://multiurok.ru</a>	

			Учебная игра.	деятельности. Умение анализировать и оценивать деятельность друзей, одноклассников.		
14	Передача и ловля баскетбольного мяча после отскока от пола. Учебная игра.	1	Знакомство с рекомендациями учителя по использованию подводящих и подготовительных упражнений для самостоятельного обучения передаче и ловле баскетбольного мяча после отскока от пола. ОРУ с мячом. <b>Выполнять стойку баскетболиста; бег спиной и лицом вперёд, приставными шагами; остановка прыжком и двумя шагами на результат.</b> Учебная игра.	Формирование способности брать на себя ответственность участвовать в совместном принятии решений. Умение проявлять инициативу. Готовность замечать проблемы и искать пути их решения. Умение организовать работу группы, подгруппы. Развитие интереса и привычки к систематическим занятиям физической культурой и спортом. Умение выполнять индивидуальные комплексы упражнений, использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности. Умение анализировать и оценивать деятельность друзей, одноклассников.	РЭШ  Инфоурок  Педсовет  Учи.ру  Мультиурок <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="http://infourok.ru/">http://infourok.ru/</a> <a href="http://pedsovet.org/">http://pedsovet.org/</a> <a href="http://uchi.ru">http://uchi.ru</a> <a href="http://multiurok.ru">http://multiurok.ru</a>	
15	Техника броска	1	Знакомство с рекомендациями	Формирование способности	РЭШ	



	мяча в кольцо после ведения с двух шагов.		учителя по использованию подводящих и подготовительных упражнений для самостоятельного обучения технике броска мяча в корзину двумя руками снизу. ОРУ с мячом. <b>Выполнять бросок мяча в движении на два шага после ведения на результат.</b> Учебная игра.	брать на себя ответственность участвовать в совместном принятии решений. Умение проявлять инициативу. Готовность замечать проблемы и искать пути их решения. Умение организовать работу группы, подгруппы. Развитие интереса и привычки к систематическим занятиям физической культурой и спортом. Умение выполнять индивидуальные комплексы упражнений, использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности. Умение анализировать и оценивать деятельность друзей, одноклассников.	Инфоурок Педсовет Учи.ру Мультиурок <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="http://infourok.ru/">http://infourok.ru/</a> <a href="http://pedsovet.org/">http://pedsovet.org/</a> <a href="http://uchi.ru">http://uchi.ru</a> <a href="http://multiurok.ru">http://multiurok.ru</a>	
16	История баскетбола. Технические упражнения с мячом в баскетболе. Ловля и передачи мяча, ведение мяча. Броски в кольцо.	1	ОРУ с мячом. Ловля и передача мяча двумя руками от груди в тройках в движении. Техника бросков мяча одной и двумя руками с места и в движении с пассивным сопротивлением защитника.	Формирование способности брать на себя ответственность участвовать в совместном принятии решений. Умение проявлять инициативу. Готовность замечать проблемы и искать пути их решения.	РЭШ <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>	

	Учебная игра.		<p>Ведение мяча, два шага и бросок. Игра в баскетбол по правилам. Игровые задания 3:1,3:2.</p> <p><b>Выполнять бросок одной рукой с места (прямолинейный и с отражением от щита) с расстояния 3,5 м до кольца на результат.</b></p>	<p>Умение организовать работу группы, подгруппы.</p> <p>Развитие интереса и привычки к систематическим занятиям физической культурой и спортом.</p> <p>Умение выполнять индивидуальные комплексы упражнений, использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности.</p> <p>Умение анализировать и оценивать деятельность друзей, одноклассников.</p>		
17	<p><i>Воспитание качеств личности в процессе занятий физической культурой и спортом.</i> Броски мяча в кольцо. Учебная игра.</p>	1	<p>Теоретические понятия о двигательных действиях, физических качествах, физической нагрузке, влияния на организм подростка. Техника бросков мяча одной и двумя руками с места и в движении с пассивным сопротивлением защитника. Ведение мяча, два шага и бросок. Игра в баскетбол по правилам. Игровые задания 3:1,3:2.</p> <p><b>Передача мяча в стену и ловля</b></p>	<p>Формирование способности брать на себя ответственность участвовать в совместном принятии решений.</p> <p>Умение проявлять инициативу.</p> <p>Готовность замечать проблемы и искать пути их решения.</p> <p>Умение организовать работу группы, подгруппы.</p> <p>Развитие интереса и привычки к систематическим занятиям физической культурой и спортом.</p>	РЭШ <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>	

			<b>мяча за 10с 2 метров на результат.</b>	Умение выполнять индивидуальные комплексы упражнений, использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности. Умение анализировать и оценивать деятельность друзей, одноклассников.		
18	Технические упражнения с мячом в баскетболе. Правила соревнований, терминология и жесты Учебная игра.	1	Официальные правила по баскетболу. Стойка и передвижение игрока. Ведение мяча, два шага и бросок. Бросок одной рукой от плеча со средней дистанции. Позиционное нападение 5:0. Развитие координационных способностей. Терминология и жесты в баскетболе. Терминология и жесты в баскетболе. Учебная игра	Формирование способности брать на себя ответственность участвовать в совместном принятии решений. Умение проявлять инициативу. Готовность замечать проблемы и искать пути их решения. Умение организовать работу группы, подгруппы. Развитие интереса и привычки к систематическим занятиям физической культурой и спортом. Умение выполнять индивидуальные комплексы упражнений, использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности.	РЭШ Инфоурок Педсовет Учи.ру Мультиурок <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="http://infourok.ru/">http://infourok.ru/</a> <a href="http://pedsovet.org/">http://pedsovet.org/</a> <a href="http://uchi.ru">http://uchi.ru</a> <a href="http://multiurok.ru">http://multiurok.ru</a>	

				Умение анализировать и оценивать деятельность друзей, одноклассников.		
	<b>Модуль: гимнастика</b>					
19	<i>Правила техники безопасности и гигиены мест занятий в процессе выполнения физических упражнений на спортивных площадках. Знания о физической культуре.</i>	1	Зарождение олимпийского движения. Олимпийское движение в СССР и современной России. Знакомство с выдающимися олимпийскими чемпионами. Изучить зарождение олимпийского движения в дореволюционной России; роль А.Д. Бутовского в развитии отечественной системы физического воспитания и спорта. Подготовить групповой проект: «А Д Бутовский как инициатор развития олимпийского движения в царской России».	Умение выполнять тестовые задания, определяющие индивидуальный уровень физической подготовленности. Знание основ личной и общественной гигиены. Владение знаниями о правилах регулирования физической нагрузки в условиях проведения утренней зарядки, регулярных занятий спортом. Умение выполнять индивидуальные комплексы упражнений, использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности. Познание культурно-исторических основ физической культуры, осознание роли физической культуры в	РЭШ <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>	

				формировании способности к достижению всестороннего физического и духовного развития, здорового образа жизни.		
20	Упражнения для профилактики нарушения осанки. Упражнения для коррекции телосложения.	1	Изучить: понятия «осанка», «телосложение». Упражнения для профилактики сколиоза и лишнего веса. Двигательные действия как основа технической подготовки; понятие двигательного умения и двигательного навыка. Индивидуальные комплексы адаптивной физической культуры (опорно-двигательного аппарата), коррекция осанки и телосложения. <b>Приседания на одной ноге с опорой, количество раз, на результат.</b> Строевые упражнения. <b>Профессия Врач-диетолог</b>	Умение выполнять тестовые задания, определяющие индивидуальный уровень физической подготовленности. Осознание роли физической культуры в подготовке к труду и защите Отечества. Умение анализировать и оценивать деятельность друзей, одноклассников. Осознание роли физической культуры в сохранении здоровья и высокой работоспособности. Владение методикой организации индивидуальных форм занятий физическими упражнениями.	РЭШ Инфоурок Педсовет Учи.ру Мультиурок <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="http://infourok.ru/">http://infourok.ru/</a> <a href="http://pedsovet.org/">http://pedsovet.org/</a> <a href="http://uchi.ru">http://uchi.ru</a> <a href="http://multiurok.ru">http://multiurok.ru</a>	
21	Техническая подготовка и её значение для человека. Стойка	1	Техническая подготовка и её значение для человека. Знакомство с рекомендациями учителя по использованию	Умение выполнять тестовые задания, определяющие индивидуальный уровень физической подготовленности.	РЭШ <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>	

	на голове. Акробатическая комбинация. Строевые упражнения.		<p>подводящих и подготовительных упражнений для самостоятельного обучения стойке на голове с опорой на руки (юноши). Акробатические комбинации из ранее разученных упражнений с добавлением элементов ритмической гимнастики (девочки).</p> <p><b>Акробатическая комбинация на результат:</b> Выполнять прыжок вверх с поворотом на 360°; стойку на лопатках; прыжок со сменой согнутых («козлик») и прямых («ножницы») ног; равновесие на одной; прыжок вверх прогнувшись; кувырок назад в полушпагат; комбинации из освоенных акробатических элементов. Строевые упражнения.</p>	<p>Осознание роли физической культуры в подготовке к труду и защите Отечества. Умение анализировать и оценивать деятельность друзей, одноклассников.</p> <p>Осознание роли физической культуры в сохранении здоровья и высокой работоспособности. Владение методикой организации индивидуальных форм занятий физическими упражнениями.</p> <p>Овладение знаниями о здоровом образе жизни, о роли и месте физической культуры в организации здорового образа жизни, о своих индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности, об особенностях индивидуального здоровья и о функциональных возможностях организма.</p>		
22	Степ-аэробика. Стойка на голове.	1	Основные правила технической подготовки.	Умение выполнять тестовые задания, определяющие	ВФСК ГТО <a href="https://www.gto.ru/">https://www.gto.ru/</a>	

	Развитие гибкости.		<p>Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО. <b>Упражнение для определения гибкости (наклон вперед) на результат.</b> Комплекс упражнений степ-аэробики, включающий упражнения в ходьбе, прыжках, спрыгивании и запрыгивании с поворотами, разведением рук и ног, выполняемых в среднем и высоком темпе (девочки). Стойка на голове с опорой на руки (юноши);</p> <p><b>Профессия тренер. Профессиональные навыки спортивного тренера</b></p>	<p>индивидуальный уровень физической подготовленности. Осознание роли физической культуры в подготовке к труду и защите Отечества. Умение анализировать и оценивать деятельность друзей, одноклассников. Осознание роли физической культуры в сохранении здоровья и высокой работоспособности. Владение методикой организации индивидуальных форм занятий физическими упражнениями. Овладение знаниями о здоровом образе жизни, о роли и месте физической культуры в организации здорового образа жизни, о своих индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности, об особенностях индивидуального здоровья и о функциональных возможностях организма.</p>		
--	--------------------	--	--	--	--	--

23	Акробатическая комбинация. Развитие ловкости.	1	Способы оценивания техники двигательных действий и организация процедуры оценивания. Развитие ловкости через ОРУ. Акробатическая комбинация из разученных упражнений в равновесии, стойках, кувырках (юноши); Акробатическая комбинация повышенного уровня в парах (девочки). <b>Акробатическая комбинация на результат:</b> Выполнять прыжок вверх с поворотом на 360°; стойку на лопатках; прыжок со сменой согнутых («козлик») и прямых («ножницы») ног; равновесие на одной; прыжок вверх прогнувшись; стойка на голове и руках согнув ноги; комбинации из освоенных акробатических элементов.	Умение выполнять тестовые задания, определяющие индивидуальный уровень физической подготовленности. Осознание роли физической культуры в подготовке к труду и защите Отечества. Умение анализировать и оценивать деятельность друзей, одноклассников. Осознание роли физической культуры в сохранении здоровья и высокой работоспособности. Владение методикой организации индивидуальных форм занятий физическими упражнениями.	РЭШ Инфоурок Педсовет Учи.ру Мультиурок <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="http://infourok.ru/">http://infourok.ru/</a> <a href="http://pedsovet.org/">http://pedsovet.org/</a> <a href="http://uchi.ru">http://uchi.ru</a> <a href="http://multiurok.ru">http://multiurok.ru</a>	
24	Опорный прыжок. Акробатическая комбинация.	1	Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация	Умение выполнять тестовые задания, определяющие индивидуальный уровень физической подготовленности.	ВФСК ГТО <a href="https://www.gto.ru/">https://www.gto.ru/</a>	



			<p>приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО. <b>Сгибание и разгибание рук в упоре лёжа на результат.</b> Опорный прыжок: девочки ноги врозь, юноши ноги согнутые колени.</p>	<p>Осознание роли физической культуры в подготовке к труду и защите Отечества. Умение анализировать и оценивать деятельность друзей, одноклассников. Осознание роли физической культуры в сохранении здоровья и высокой работоспособности. Владение методикой организации индивидуальных форм занятий физическими упражнениями. Овладение знаниями о здоровом образе жизни, о роли и месте физической культуры в организации здорового образа жизни, о своих индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности, об особенностях индивидуального здоровья и о функциональных возможностях организма.</p>	РЭШ	
25	Комбинация на бревне (девочки),	1	Комбинация на гимнастическом бревне из ранее изученных	Умение выполнять тестовые задания, определяющие	РЭШ	

	на перекладине (юноши).		упражнений с добавлением упражнений на статистическое и динамическое равновесие (девочки). Комбинация на низкой гимнастической перекладине из ранее разученных упражнений в висах, упорах, поворотах (юноши).	индивидуальный уровень физической подготовленности. Осознание роли физической культуры в подготовке к труду и защите Отечества. Умение анализировать и оценивать деятельность друзей, одноклассников. Осознание роли физической культуры в сохранении здоровья и высокой работоспособности. Владение методикой организации индивидуальных форм занятий физическими упражнениями.	Инфоурок Педсовет Учи.ру Мультиурок <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="http://infourok.ru/">http://infourok.ru/</a> <a href="http://pedsovet.org/">http://pedsovet.org/</a> <a href="http://uchi.ru">http://uchi.ru</a> <a href="http://multiurok.ru">http://multiurok.ru</a>	
26	<i>Зарождение олимпийского движения в Тюменской области.</i> Комбинация на бревне (девочки), на перекладине (юноши).	1	Изучить Олимпийское движение в Тюменской области. Характеристика основных этапов развития. Выдающиеся советские, российские и тюменские олимпийцы. Комбинация на гимнастическом бревне из ранее изученных упражнений с добавлением упражнений на статистическое и динамическое равновесие (девочки). Комбинация на низкой	Умение выполнять тестовые задания, определяющие индивидуальный уровень физической подготовленности. Умение анализировать и оценивать деятельность друзей, одноклассников. Осознание роли физической культуры в сохранении здоровья и высокой работоспособности. Владение методикой	РЭШ <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>	

			<p>гимнастической перекладине из ранее разученных упражнений в висах, упорах, поворотах (юноши).</p>	<p>организации индивидуальных форм занятий физическими упражнениями.</p> <p>Овладение знаниями о здоровом образе жизни, о роли и месте физической культуры в организации здорового образа жизни, о своих индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности, об особенностях индивидуального здоровья и о функциональных возможностях организма.</p>		
27	<p>Лазанье по канату в два приёма.</p> <p>Развитие скоростно-силовых качеств.</p> <p>Акробатические пирамиды.</p>	1	<p>Знакомство с рекомендациями учителя по использованию подводящих и подготовительных упражнений для самостоятельного обучения лазанью по канату в два приёма.</p> <p>Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований</p>	<p>Умение выполнять тестовые задания, определяющие индивидуальный уровень физической подготовленности.</p> <p>Осознание роли физической культуры в подготовке к труду и защите Отечества.</p> <p>Умение анализировать и оценивать деятельность друзей, одноклассников.</p> <p>Осознание роли физической культуры в сохранении здоровья и высокой</p>	<p>ВФСК ГТО</p> <p><a href="https://www.gto.ru/">https://www.gto.ru/</a></p>	

			<p>комплекса ГТО. <b>Подъем туловища за 1 минуту на результат.</b> Простейшие акробатические пирамиды в парах и тройках (девочки). Лазание по канату двумя способами (юноши).</p> <p><b>Профессия альпинист. Особенности этой профессии</b></p>	<p>работоспособности. Владение методикой организации индивидуальных форм занятий физическими упражнениями.</p>		
28	<p>Лазанье по канату в два приёма. Развитие силы. Акробатические пирамиды.</p>	1	<p>Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО. Лазание по канату двумя способами (юноши). Простейшие акробатические пирамиды в парах и тройках (девочки).</p> <p><b>Подтягивание: юноши на высокой перекладине, девочки на низкой на результат.</b></p>	<p>Умение выполнять тестовые задания, определяющие индивидуальный уровень физической подготовленности. Осознание роли физической культуры в подготовке к труду и защите Отечества. Умение анализировать и оценивать деятельность друзей, одноклассников. Осознание роли физической культуры в сохранении здоровья и высокой работоспособности. Владение методикой организации индивидуальных форм занятий физическими упражнениями.</p>	<p>ВФСК ГТО <a href="https://www.gto.ru/">https://www.gto.ru/</a></p>	
	<i>Модуль: волейбол</i>					

29	Техника безопасности. Правила соревнований. Технические действия в волейболе. Передача мяча сверху двумя руками.	1	Техника безопасности на уроках по волейболу. Официальные волейбольные правила. Технические приёмы в волейболе. Перемещение игрока, стойки, повороты. Передача мяча над собой во встречных колоннах. Прием и передача мяча сверху двумя руками, снизу двумя руками в парах. Учебная игра	Понимать роль и значение физической культуры в формировании личных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни. Умение уживаться с другими. Владение устным и письменным общением. Обогащение двигательного опыта прикладными упражнениями, ориентированными на подготовку к предстоящей жизнедеятельности.	РЭШ <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>	
30	Контроль и самоконтроль при выполнении упражнений. Передача во встречных колоннах.	1	Роль и значение физической культуры в укреплении и сохранении индивидуального здоровья. Контроль и самоконтроль. Повторить технические приёмы в волейболе. Перемещение игрока, стойки, повороты. Передача мяча над собой во встречных колоннах. Прием и передача мяча сверху двумя руками, снизу двумя руками в парах, в кругу.	Формирование способности брать на себя ответственность участвовать в совместном принятии решений. Умение проявлять инициативу. Готовность замечать проблемы и искать пути их решения. Умение организовать работу группы, подгруппы. Развитие интереса и привычки к систематическим занятиям физической культурой и	РЭШ <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>	

			<b>Выполнять передачи мяча сверху над собой на результат.</b> Учебная игра.	спортом.		
31	Ошибки в технике упражнений и их предупреждение. Передачи и приемы мяча.	1	Официальные волейбольные правила. Технические приёмы в волейболе. Перемещение игрока, стойки, повороты. Передача мяча над собой во встречных колоннах. Прием и передача мяча сверху двумя руками, снизу двумя руками в парах. <b>Выполнять передачи мяча снизу над собой на результат.</b> Учебная игра.	Формирование способности брать на себя ответственность участвовать в совместном принятии решений. Умение проявлять инициативу. Готовность замечать проблемы и искать пути их решения. Умение организовать работу группы, подгруппы. Развитие интереса и привычки к систематическим занятиям физической культурой и спортом.	РЭШ Инфоурок Педсовет Учи.ру Мультиурок <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="http://infourok.ru/">http://infourok.ru/</a> <a href="http://pedsovet.org/">http://pedsovet.org/</a> <a href="http://uchi.ru">http://uchi.ru</a> <a href="http://multiurok.ru">http://multiurok.ru</a>	
32	Технические действия в волейболе. Передачи мяча и прием мяча. Верхняя прямая подача.	1	Знакомство с рекомендациями учителя по использованию подводящих и подготовительных упражнений для самостоятельного обучения технике выполнения верхней прямой подача мяча через сетку. Стойки и перемещения игрока. Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в тройках.	Формирование способности брать на себя ответственность участвовать в совместном принятии решений. Умение проявлять инициативу. Готовность замечать проблемы и искать пути их решения. Умение организовать работу группы, подгруппы. Развитие интереса и привычки к	РЭШ Инфоурок Педсовет Учи.ру Мультиурок <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>	

			Прием мяча снизу двумя руками в парах, кругу. Верхняя прямая подача. Учебная игра. Учебная игра.	систематическим занятиям физической культурой и спортом.	<a href="http://infourok.ru/">http://infourok.ru/</a> <a href="http://pedsovet.org/">http://pedsovet.org/</a> <a href="http://uchi.ru">http://uchi.ru</a> <a href="http://multiurok.ru">http://multiurok.ru</a>	
33	Правила соревнований в волейболе. Верхняя прямая подача мяча.	1	Правила соревнований в волейболе. Передачи мяча. Приемы мяча снизу двумя руками. Верхняя прямая подача. <b>Выполнять передачи мяча сверху в стену на результат.</b> Учебная игра. Игра в нападении через 3-ю зону. Развитие координационных способностей.	Формирование способности брать на себя ответственность участвовать в совместном принятии решений. Умение проявлять инициативу. Готовность замечать проблемы и искать пути их решения. Умение организовать работу группы, подгруппы. Развитие интереса и привычки к систематическим занятиям физической культурой и спортом.	РЭШ <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>	
34	Перевод мяча через сетку, способом неожиданной (скрытой) передачи за голову.	1	Перевод мяча через сетку, способом неожиданной (скрытой) передачи за голову. Прием мяча снизу после подачи. Верхняя прямая подача. Прием мяча, отраженного сеткой. <b>Выполнять передачи мяча снизу в стену на результат.</b> Учебная игра. Игра в нападении через 3-ю зону. Развитие	Формирование способности брать на себя ответственность участвовать в совместном принятии решений. Умение проявлять инициативу. Готовность замечать проблемы и искать пути их решения. Умение организовать работу группы, подгруппы. Развитие интереса и привычки к	РЭШ Инфоурок Педсовет Учи.ру Мультиурок <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>	

			ловкости.	систематическим занятиям физической культурой и спортом.	<a href="http://infourok.ru/">http://infourok.ru/</a> <a href="http://pedsovet.org/">http://pedsovet.org/</a> <a href="http://uchi.ru">http://uchi.ru</a> <a href="http://multiurok.ru">http://multiurok.ru</a>	
	<b>Модуль: зимние виды спорта</b>					
35-36	<i>Правила техники безопасности в разделе лыжная подготовка.</i> Оказание первой помощи при травмах. <b>Способы самостоятельной деятельности.</b>	2	Техника безопасности при занятии лыжным спортом, Российские лыжники на Олимпийских играх. Виды лыжного спорта. Виды снежного покрова. Первая помощь при травмах. Способы и процедуры оценивания техники двигательных действий. Ошибки в технике упражнений и их предупреждение. Планирование занятий технической подготовкой.	Приобретение знаний, необходимых для занятий физической культурой и спортом. Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению. Умение выполнять тестовые задания, определяющие индивидуальный уровень физической подготовленности. Усвоение системы знаний о занятиях физической культурой, их роли и значении в формировании здорового образа жизни и социальной ориентации.		



37-38	Лыжные ходы. Спуски и подъемы.	2	Передвижение одновременным одношажным ходом. Ускорение отрезков мальчики -2х50 м, девочки - 2х40 м. Спуски, торможение «плугом», подъем «елочкой». Равномерное прохождение дистанции: мальчики - 3 км, девочки -2 км.	Умение оценить собственное физическое состояние по простым тестам и результатам самоконтроля. особенностями развития. Приобретение знаний об особенностях индивидуального здоровья, физического развития, возможностей их коррекции посредством занятий физическими упражнениями. Владение технологиями современных оздоровительных систем физического воспитания, владение простейшими приемами тренировки и релаксации.	РЭШ <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>	
39-40	Передвижение одновременным двухшажным ходом.	2	Знакомство с рекомендациями учителя по использованию подводящих и подготовительных упражнений для самостоятельного обучения техники передвижения на лыжах одновременным двухшажным ходом, передвижений на лыжах для развития выносливости в процессе самостоятельных занятий.	Умение оценить собственное физическое состояние по простым тестам и результатам самоконтроля. особенностями развития. Приобретение знаний об особенностях индивидуального здоровья, физического развития, возможностей их коррекции посредством занятий физическими упражнениями.	РЭШ Инфоурок Педсовет Учи.ру Мультиурок <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="http://infourok.ru/">http://infourok.ru/</a>	

				Владение технологиями современных оздоровительных систем физического воспитания, владение простейшими приемами тренировки и релаксации.	<a href="http://pedsovet.org/">http://pedsovet.org/</a> <a href="http://uchi.ru">http://uchi.ru</a> <a href="http://multiurok.ru">http://multiurok.ru</a>	
41-42	Спуски и подъемы. Лыжные ходы. Прохождение дистанции.	2	Попеременный двухшажный ход. Одновременный двухшажный ход. Ускорение отрезков мальчики -2х50 м, девочки - 2х40 м. Спуски, торможение «плугом», подъем «елочкой». Равномерное прохождение дистанции: мальчики - 3 км, девочки -2 км	Умение оценить собственное физическое состояние по простым тестам и результатам самоконтроля. особенностями развития. Приобретение знаний об особенностях индивидуального здоровья, физического развития, возможностей их коррекции посредством занятий физическими упражнениями. Владение технологиями современных оздоровительных систем физического воспитания, владение простейшими приемами тренировки и релаксации.	РЭШ Инфоурок Педсовет Учи.ру Мультиурок <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="http://infourok.ru/">http://infourok.ru/</a> <a href="http://pedsovet.org/">http://pedsovet.org/</a> <a href="http://uchi.ru">http://uchi.ru</a> <a href="http://multiurok.ru">http://multiurok.ru</a>	
43-44	История лыжного спорта. Торможение «упором» («плугом»).	2	Знакомство с рекомендациями учителя по использованию подводящих и подготовительных упражнений для самостоятельного обучения	Умение оценить собственное физическое состояние по простым тестам и результатам самоконтроля. особенностями развития.	РЭШ <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>	

	Прохождение дистанции.		<p>технике торможения упором. Российские лыжники на Олимпийских играх. Виды лыжного спорта. <i>Лыжные</i> мази. Парафин. Смазка лыж (теоретические сведения и показ). Значение занятий лыжным спортом для поддержки работоспособности. Попеременный двухшажный ход. Одновременный бесшажный ход.</p> <p>Ускорение отрезков мальчики - 2х60 м, девочки - 2х50 м.</p> <p>Разучивают технику подводящих упражнений и торможение плугом в полной координации при спуске с пологого склона. Торможение «плугом», подъем «полуелочкой», «елочкой».</p>	<p>Приобретение знаний об особенностях индивидуального здоровья, физического развития, возможностей их коррекции посредством занятий физическими упражнениями. Владение технологиями современных оздоровительных систем физического воспитания, владение простейшими приемами тренировки и релаксации.</p>		
45-46	Техника лыжных ходов. Спуски и подъёмы. Торможение на лыжах способом «упор» («плугом»). Прохождение дистанции.	2	<p>Попеременный двухшажный ход. Обучение технике одновременно одношажный ход (стартовый вариант). Равномерное прохождение дистанции: мальчики - 4 км; девочки - 3 км.</p> <p>Спуск прямо и наискось в основной стойке, средней стойке, низкой стойке. Торможение на</p>	<p>Умение оценить собственное физическое состояние по простым тестам и результатам самоконтроля.</p> <p>особенностями развития. Приобретение знаний об особенностях индивидуального здоровья, физического развития, возможностей их</p>	РЭШ Инфоурок Педсовет Учи.ру Мультиурок	

			<p>лыжах способом «упор»: Наблюдение и анализ техники торможения упором. Торможение и поворот на лыжах упором при спуске с пологого склона.</p>	<p>коррекции посредством занятий физическими упражнениями. Владение технологиями современных оздоровительных систем физического воспитания, владение простейшими приемами тренировки и релаксации.</p>	<p><a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="http://infourok.ru/">http://infourok.ru/</a> <a href="http://pedsovet.org/">http://pedsovet.org/</a> <a href="http://uchi.ru">http://uchi.ru</a> <a href="http://multiurok.ru">http://multiurok.ru</a></p>	
47	<p>Официальные правила в лыжном спорте. Лыжные ходы. Спуски и подъёмы. Равномерное прохождение дистанции.</p>	1	<p>Правила соревнований по лыжным гонкам при занятии лыжным спортом. Повременный двухшажный ход, техника одновременно одношажного хода. Дистанция 2-2,5 км на скорость. Самостоятельный контроль за физической нагрузкой. Спуск прямо и наискось в основной стойке, средней стойке, низкой стойке. Торможение «плугом»</p>	<p>Умение оценить собственное физическое состояние по простым тестам и результатам самоконтроля. особенностями развития. Приобретение знаний об особенностях индивидуального здоровья, физического развития, возможностей их коррекции посредством занятий физическими упражнениями. Владение технологиями современных оздоровительных систем физического воспитания, владение простейшими приемами тренировки и релаксации.</p>	<p>РЭШ <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a></p>	
48	<p><i>Олимпийское движение в СССР и современной</i></p>	1	<p>Российские и тюменские лыжники на Олимпийских играх. Олимпийское движение в СССР</p>	<p>Умение оценить собственное физическое состояние по простым тестам и результатам</p>	<p>РЭШ Инфоурок</p>	

	<i>России. Эстафета.</i>		и современной России. Эстафета по кругу с этапом 200 метров. Подвижные игры на лыжах.	самоконтроля. особенностями развития. Приобретение знаний об особенностях индивидуального здоровья, физического развития, возможностей их коррекции посредством занятий физическими упражнениями. Владение технологиями современных оздоровительных систем физического воспитания, владение простейшими приемами тренировки и релаксации.	Педсовет Учи.ру Мультиурок <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="http://infourok.ru/">http://infourok.ru/</a> <a href="http://pedsovet.org/">http://pedsovet.org/</a> <a href="http://uchi.ru">http://uchi.ru</a> <a href="http://multiurok.ru">http://multiurok.ru</a>	
	<b>Модуль: волейбол</b>					
49	<i>Правила техники безопасности в разделе волейбол. Перевод мяча через сетку, способом неожиданной (скрытой) передачи за голову.</i>		Техника безопасности на уроках по волейболу. Официальные волейбольные правила. Перевод мяча через сетку, способом неожиданной (скрытой) передачи за голову. Прием мяча снизу после подачи. Верхняя прямая подача. Прием мяча, отраженного сеткой. Учебная игра. Игра в нападении через 3-ю зону. Развитие ловкости.	Понимать роль и значение физической культуры в формировании личных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни. Умение уживаться с другими. Владение устным и письменным общением. Обогащение двигательного опыта прикладными упражнениями, ориентированными на	РЭШ <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>	

				подготовку к предстоящей жизнедеятельности.		
50	Перевод мяча через сетку, способом неожиданной (скрытой) передачи за голову.		. Прием мяча снизу после подачи. Верхняя прямая подача. Прием мяча, отраженного сеткой. <b>Выполнять нижнюю прямую подачу с расстояния 6 - 9 м на результат.</b> Учебная игра. Игра в нападении через 3-ю зону. Развитие ловкости.	Формирование способности брать на себя ответственность участвовать в совместном принятии решений. Умение проявлять инициативу. Готовность замечать проблемы и искать пути их решения. Умение организовать работу группы, подгруппы. Развитие интереса и привычки к систематическим занятиям физической культурой и спортом.	РЭШ Инфоурок Педсовет Учи.ру Мультиурок <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="http://infourok.ru/">http://infourok.ru/</a> <a href="http://pedsovet.org/">http://pedsovet.org/</a> <a href="http://uchi.ru">http://uchi.ru</a> <a href="http://multiurok.ru">http://multiurok.ru</a>	
51	Технические приемы в волейболе. Приемы и передачи мяча. Нижняя подача.		Технические приёмы и тактические действия в волейболе. Передачи в тройках после перемещения. Передача мяча над собой во встречных колоннах. Нижняя прямая подача (оценить). Приём мяча с подач. Нападающий удар в тройках	Формирование способности брать на себя ответственность участвовать в совместном принятии решений. Умение проявлять инициативу. Готовность замечать проблемы и искать пути их решения. Умение организовать работу группы, подгруппы.	РЭШ Инфоурок Педсовет Учи.ру Мультиурок <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>	

			<p>через сетку. Тактика свободного нападения. <b>Выполнять верхнюю прямую подачу с расстояния 4 – 6 м на результат.</b> Учебная игра в волейбол.</p>	<p>Развитие интереса и привычки к систематическим занятиям физической культурой и спортом.</p>	<p><a href="http://esh.edu.ru/">esh.edu.ru/</a> <a href="http://infourok.ru/">http://infourok.ru/</a> <a href="http://pedsovet.org/">http://pedsovet.org/</a> <a href="http://uchi.ru">http://uchi.ru</a> <a href="http://multiurok.ru">http://multiurok.ru</a></p>	
52	<p>Технические действия в волейболе. Приемы и передачи мяча. Нижняя прямая подача. Развитие ловкости.</p>		<p>ОРУ. Перемещение игрока. Передача мяча сверху двумя руками через сетку. Прием мяча двумя руками снизу. Нижняя прямая подача. Прием мяча отраженного сеткой. Игра в нападении через 3-ю зону. Развитие ловкости.</p>	<p>Формирование способности брать на себя ответственность участвовать в совместном принятии решений. Умение проявлять инициативу. Готовность замечать проблемы и искать пути их решения. Умение организовать работу группы, подгруппы. Развитие интереса и привычки к систематическим занятиям физической культурой и спортом.</p>	<p>РЭШ Инфоурок Педсовет Учи.ру Мультиурок <a href="https://resh.edu.ru/">https://r</a> <a href="http://esh.edu.ru/">esh.edu.ru/</a> <a href="http://infourok.ru/">http://infourok.ru/</a> <a href="http://pedsovet.org/">http://pedsovet.org/</a> <a href="http://uchi.ru">http://uchi.ru</a> <a href="http://multiurok.ru">http://multiurok.ru</a></p>	
53	<p>Передача мяча, прием мяча. Подача. Учебная игра. Развитие физических качеств.</p>		<p>Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в тройках. Прием мяча снизу после подачи. Нижняя прямая подача. Прием мяча, отраженного сеткой. <b>Выполнять передачи мяча сверху и снизу над собой на</b></p>	<p>Формирование способности брать на себя ответственность участвовать в совместном принятии решений. Умение проявлять инициативу. Готовность замечать проблемы и искать пути их решения.</p>	<p>РЭШ Инфоурок Педсовет Учи.ру</p>	

			<b>результат.</b> Учебная игра. Игра в нападении через 3-ю зону. Развитие ловкости.	Умение организовать работу группы, подгруппы. Развитие интереса и привычки к систематическим занятиям физической культурой и спортом.	Мультиурок <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="http://infourok.ru/">http://infourok.ru/</a> <a href="http://pedsovet.org/">http://pedsovet.org/</a> <a href="http://uchi.ru">http://uchi.ru</a> <a href="http://multiurok.ru">http://multiurok.ru</a>	
54	Передача мяча, прием мяча. Подача. Учебная игра. Развитие физических качеств.		Передача мяча сверху двумя руками в прыжке в тройках. Прием мяча снизу после подачи. Нижняя прямая подача. Прием мяча, отраженного сеткой. <b>Прыжки через скакалку, количество раз на результат.</b> Учебная игра. Игра в нападении через 3-ю зону. Развитие ловкости.	Формирование способности брать на себя ответственность участвовать в совместном принятии решений. Умение проявлять инициативу. Готовность замечать проблемы и искать пути их решения. Умение организовать работу группы, подгруппы. Развитие интереса и привычки к систематическим занятиям физической культурой и спортом.	РЭШ  Инфоурок  Педсовет  Учи.ру  Мультиурок <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="http://infourok.ru/">http://infourok.ru/</a> <a href="http://pedsovet.org/">http://pedsovet.org/</a> <a href="http://uchi.ru">http://uchi.ru</a> <a href="http://multiurok.ru">http://multiurok.ru</a>	
	<b>Модуль: лёгкая атлетика</b>					
55	Правила поведения и техника безопасности на	1	Правила техники безопасности при занятиях физической культурой, легкой атлетикой.	Приобретение знаний, необходимых для занятий физической культурой и	РЭШ  Инфоурок	



	уроках лёгкой атлетики. <b>Способы самостоятельной деятельности.</b>		Предупреждение травматизма и оказание первой помощи при травмах и ушибах. Составление плана занятий по технической подготовке. Правила техники безопасности и гигиены мест занятий физическими упражнениями. Оценивание оздоровительного эффекта занятий физической культурой.	спортом. Формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению. Умение выполнять тестовые задания, определяющие индивидуальный уровень физической подготовленности. Усвоение системы знаний о занятиях физической культурой, их роли и значении в формировании здорового образа жизни и социальной ориентации.	Педсовет  Учи.ру  Мультиурок <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a> <a href="http://infourok.ru/">http://infourok.ru/</a> <a href="http://pedsovet.org/">http://pedsovet.org/</a> <a href="http://uchi.ru">http://uchi.ru</a> <a href="http://multiurok.ru">http://multiurok.ru</a>	
56	Правила техники безопасности и гигиены мест занятий физическими упражнениями. Техника спринтерского бега. Развитие скоростных		<i>Правила техники безопасности и гигиены мест занятий физическими упражнениями.</i> СБУ. Бег с ускорением на 20-30 м. Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и	Умение оценить собственное физическое состояние по простым тестам и результатам самоконтроля. Формирование знаний по составлению содержания занятий в соответствии с собственными задачами и индивидуальными особенностями развития.	ВФСК ГТО  РЭШ <a href="https://www.gto.ru/">https://www.gto.ru/</a>  <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>	

	способностей. Бег 30м.		нормативных требований комплекса ГТО. <b>Бег 30 м на результат.</b> Бег в равномерном темпе до 5 минут.	Владение приемами самореализации; личное и жизненное самоопределение. Владение приемами личностного самовыражения и саморазвития; умение контролировать физическое состояние организма.		
57	Метание малого мяча в катящуюся мишень. Бег 60м. Равномерный бег.		Метание малого мяча в катящуюся мишень. <b>Бег 60 м на результат.</b> Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО.	Умение оценить собственное физическое состояние по простым тестам и результатам самоконтроля. Формирование знаний по составлению содержания занятий в соответствии с собственными задачами и индивидуальными особенностями развития. Владение приемами самореализации; личное и жизненное самоопределение. Владение приемами личностного самовыражения и саморазвития; умение контролировать физическое состояние организма.	ВФСК ГТО <a href="https://www.gto.ru/">https://www.gto.ru/</a> <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>	

58	<p><i>Знакомство с выдающимися олимпийскими чемпионами Тюменской области.</i> Метание малого мяча на дальность.</p>		<p><b>Метание малого мяча на результат.</b> Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО. Подвижная игра.</p>	<p>Умение оценить собственное физическое состояние по простым тестам и результатам самоконтроля. Формирование знаний по составлению содержания занятий в соответствии с собственными задачами и индивидуальными особенностями развития. Владение приемами самореализации; личное и жизненное самоопределение. Владение приемами личностного самовыражения и саморазвития; умение контролировать физическое состояние организма.</p>	<p><a href="https://www.gto.ru/">https://www.gto.ru/</a> Учебник «Физическая культура» 5-7 кл под ред. М.Я. Виленский Параграф 6</p>	
----	---	--	--	---	--	--

59	Овладение техники прыжка в высоту с разбега. Бег 300м.	1	<p>Специальные беговые упражнения. Подбор разбега. Техника прыжка в высоту «Перешагивание» с 3-х шагов разбега. Развитие скоростных способностей. Развитие прыгучести, прыжки со скакалкой. <b>Бег 300м на результат.</b></p>	<p>Умение оценить собственное физическое состояние по простым тестам и результатам самоконтроля. Формирование знаний по составлению содержания занятий в соответствии с собственными задачами и индивидуальными особенностями развития. Владение приемами самореализации; личное и жизненное самоопределение. Владение приемами личностного самовыражения и саморазвития; умение контролировать физическое состояние организма.</p>	<p>РЭШ <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a></p>	
60	Прыжок в высоту с разбега. Бег на выносливость 1000м.		<p>Выполнение подводящих и подготовительных упражнений для самостоятельного обучения технике прыжка в высоту с разбега. Специальные беговые упражнения. Прыжки в высоту способом «перешагивание». Физическая подготовка: освоение</p>	<p>Умение оценить собственное физическое состояние по простым тестам и результатам самоконтроля. Формирование знаний по составлению содержания занятий в соответствии с собственными задачами и индивидуальными особенностями развития.</p>	<p>ВФСК ГТО <a href="https://www.gto.ru/">https://www.gto.ru/</a></p>	

			содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО. <b>Бег 1000м на результат.</b>	Владение приемами самореализации; личное и жизненное самоопределение. Владение приемами личностного самовыражения и саморазвития; умение контролировать физическое состояние организма.		
61	Техника прыжка в высоту с разбега. Кроссовая подготовка.	1	<b>Прыжки в высоту способом «перешагивание» на результат.</b> Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО. Равномерный бег до 9 минут.	Умение оценить собственное физическое состояние по простым тестам и результатам самоконтроля. Формирование знаний по составлению содержания занятий в соответствии с собственными задачами и индивидуальными особенностями развития. Владение приемами самореализации; личное и жизненное самоопределение. Владение приемами личностного самовыражения и саморазвития; умение контролировать физическое состояние организма.	ВФСК ГТО <a href="https://www.gto.ru/">https://www.gto.ru/</a>	
62	Техника прыжка в длину с разбега.	1	Выполнение прыжка с разбега в длину способом «согнув ноги».	Умение оценить собственное физическое состояние по	ВФСК ГТО <a href="https://www.gto">https://www.gto</a>	

	Бег 1500м.		Обучение технике эстафетного бега. Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО. <b>Бег 1500м на результат.</b>	простым тестам и результатам самоконтроля. Формирование знаний по составлению содержания занятий в соответствии с собственными задачами и индивидуальными особенностями развития. Владение приемами самореализации; личное и жизненное самоопределение. Владение приемами личностного самовыражения и саморазвития; умение контролировать физическое состояние организма.	<a href="#">.ru/</a>	
63	Прыжки в длину с разбега. Техника эстафетного бега.		Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО. <b>Выполнения прыжка с разбега в длину на результат.</b>	Умение оценить собственное физическое состояние по простым тестам и результатам самоконтроля. Формирование знаний по составлению содержания занятий в соответствии с собственными задачами и индивидуальными особенностями развития. Владение приемами самореализации; личное и	ВФСК ГТО <a href="https://www.gto.ru/">https://www.gto.ru/</a>	

				жизненное самоопределение. Владение приемами личностного самовыражения и саморазвития; умение контролировать физическое состояние организма.		
64	Эстафетный бег. <b>Прыжок в длину с места</b>	1	Прыжок в длину с места на результат. Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО. <b>Прыжок в длину с места на результат.</b>	Умение оценить собственное физическое состояние по простым тестам и результатам самоконтроля. Формирование знаний по составлению содержания занятий в соответствии с собственными задачами и индивидуальными особенностями развития. Владение приемами самореализации; личное и жизненное самоопределение. Владение приемами личностного самовыражения и саморазвития; умение контролировать физическое состояние организма.	ВФСК ГТО  РЭШ <a href="https://www.gto.ru/">https://www.gto.ru/</a>  <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>	
	<b>Модуль: футбол</b>					
65	<i>Правила техники безопасности в</i>		Правила техники безопасности во время игры в футбол. Футбол:	Формирование способности брать на себя ответственность	ВФСК ГТО	

	<i>разделе футбол.</i> Средние и длинные передачи футбольного мяча.		Комбинация из освоенных элементов: ведение, удар (пас), прием мяча, остановка, удар по воротам. <b>Челночный бег 3x10 на результат.</b> Позиционное нападение с изменением позиции игроков, остановка мяча. Средние и длинные передачи футбольного мяча.	участвовать в совместном принятии решений. Умение проявлять инициативу. Готовность замечать проблемы и искать пути их решения. Умение организовать работу группы, подгруппы. Развитие интереса и привычки к систематическим занятиям физической культурой и спортом.	РЭШ <a href="https://www.gto.ru/">https://www.gto.ru/</a>  <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>	
66	Средние и длинные передачи футбольного мяча. Эстафета с элементами футбола.		Выполнение средние и длинные передачи футбольного мяча. Эстафета с элементами футбола: змейка, пас, удар, ведение. <b>Жонглирование мячом на результат.</b>	Формирование способности брать на себя ответственность участвовать в совместном принятии решений. Умение проявлять инициативу. Готовность замечать проблемы и искать пути их решения. Умение организовать работу группы, подгруппы. Развитие интереса и привычки к систематическим занятиям физической культурой и спортом.	РЭШ <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>	
67	Тактические действия игры футбол. Учебная игра.		Комбинация из освоенных элементов в футболе: ведение, удар (пас), прием мяча, остановка, удар по воротам.	Формирование способности брать на себя ответственность участвовать в совместном принятии решений.	РЭШ <a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a>	



			<p>Позиционное нападение с изменением позиции игроков.</p> <p><b>Передача мяча с 3м с отскоком от стены за 30 секунд, количество раз на результат.</b></p>	<p>Умение проявлять инициативу. Готовность замечать проблемы и искать пути их решения.</p> <p>Умение организовать работу группы, подгруппы.</p> <p>Развитие интереса и привычки к систематическим занятиям физической культурой и спортом.</p>		
68	<p>Тактические действия игры футбол. <b>Учебная игра.</b></p>		<p>Комбинация из освоенных элементов в футболе: ведение, удар (пас), прием мяча, остановка, удар по воротам.</p> <p>Позиционное нападение с изменением позиции игроков.</p> <p>Удары на точность с 10м верхом по воротам и 5 попыток, количество раз.</p>	<p>Формирование способности брать на себя ответственность участвовать в совместном принятии решений.</p> <p>Умение проявлять инициативу. Готовность замечать проблемы и искать пути их решения.</p> <p>Умение организовать работу группы, подгруппы.</p> <p>Развитие интереса и привычки к систематическим занятиям физической культурой и спортом.</p>	<p>РЭШ</p> <p>Инфоурок</p> <p>Педсовет</p> <p>Учи.ру</p> <p>Мультиурок</p> <p><a href="https://resh.edu.ru/">https://resh.edu.ru/</a></p> <p><a href="http://infourok.ru/">http://infourok.ru/</a></p> <p><a href="http://pedsovet.org/">http://pedsovet.org/</a></p> <p><a href="http://uchi.ru">http://uchi.ru</a></p> <p><a href="http://multiurok.ru">http://multiurok.ru</a></p>	

