

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Средняя общеобразовательная школа № 13»**

Приложение к ООП ООО

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА
«ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»**

5 класс

Рабочая программа «Физическая культура 5 класс»

Рабочая программа по учебному предмету «Физическая культура» на уровне основного общего образования разработана на основе Требований к результатам освоения программы Основного общего образования МБОУ «СОШ № 13» с учетом программ, включенных в ее структуру: примерной программы (ПООП ООО от 18.03.2022 №1/22), Примерной программы воспитания (ПООП ООО от 13.06. 2022 №3/22), рабочей программы воспитания МБОУ СОШ №13 и реализует федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования.

Год обучения	Количество часов в неделю	Количество учебных недель	Количество часов за год
5 класс	2	34	68

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

5 КЛАСС

Знания о физической культуре. *В течение учебного года, учебный материал распределен по темам базовых видов спорта.*

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

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

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

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

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

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

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

Составление дневника физической культуры.

Физическое совершенствование. Физкультурно-оздоровительная деятельность. *В течение учебного года, учебный материал распределен по темам базовых видов спорта.*

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

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

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

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

Модуль «Лёгкая атлетика». Бег на длинные дистанции с равномерной скоростью передвижения с высокого старта; бег на короткие дистанции с максимальной скоростью передвижения. Прыжки в длину с разбега способом «согнув ноги»; прыжки в высоту с прямого разбега.

Метание малого мяча с места в вертикальную неподвижную мишень; метание малого мяча на дальность с трёх шагов разбега.

Модуль «Зимние виды спорта». Передвижение на лыжах попеременным двухшажным ходом; повороты на лыжах переступанием на месте и в движении по учебной дистанции; подъём по пологому склону способом «лесенка» и спуск в основной стойке; преодоление небольших бугров и впадин при спуске с пологого склона.

Модуль «Спортивные игры».

Баскетбол. Передача мяча двумя руками от груди, на месте и в движении; ведение мяча на месте и в движении «по прямой», «по кругу» и «змейкой»; бросок мяча в корзину двумя руками от груди с места; ранее разученные технические действия с мячом.

Волейбол. Прямая нижняя подача мяча; приём и передача мяча двумя руками снизу и сверху на месте и в движении; ранее разученные технические действия с мячом.

Футбол. Удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы с небольшого разбега; остановка катящегося мяча способом «наступания»; ведение мяча «по прямой», «по кругу» и «змейкой»; обводка мячом ориентиров (конусов).

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

Модуль «Спорт». В течение учебного года, учебный материал распределен по темам базовых видов спорта.

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. Выполнение тестовых нормативов ВФСК ГТО: наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье, подтягивание из виса на высокой перекладине или из виса лежа на низкой перекладине, сгибание и разгибание рук в упоре лежа на полу; бег на 30 м или бег на 60 м; бег на 1,5 км или бег на 2 км с учетом времени; челночный бег 3x10 м; метание мяча (150 г); прыжок в длину с разбега или прыжок в длину с места толчком двумя ногами; бег на лыжах с учетом времени 2 км или кросс на 3 км (по пересеченной местности).

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

- готовность проявлять интерес к истории и развитию физической культуры и спорта в Российской Федерации, гордиться победами выдающихся отечественных спортсменов-олимпийцев;
- готовность отстаивать символы Российской Федерации во время спортивных соревнований, уважать традиции и принципы современных Олимпийских игр и олимпийского движения;
- готовность ориентироваться на моральные ценности и нормы межличностного взаимодействия при организации, планировании и проведении совместных занятий физической культурой и спортом, оздоровительных мероприятий в условиях активного отдыха и досуга;
- готовность оценивать своё поведение и поступки во время проведения совместных занятий физической культурой, участия в спортивных мероприятиях и соревнованиях;
- готовность оказывать первую медицинскую помощь при травмах и ушибах, соблюдать правила техники безопасности во время совместных занятий физической культурой и спортом;
- стремление к физическому совершенствованию, формированию культуры движения и телосложения, самовыражению в избранном виде спорта;
- готовность организовывать и проводить занятия физической культурой и спортом на основе научных представлений о закономерностях физического развития и физической подготовленности с учётом самостоятельных наблюдений за изменением их показателей;
- осознание здоровья как базовой ценности человека, признание объективной необходимости в его укреплении и длительном сохранении посредством занятий физической культурой и спортом;
- осознание необходимости ведения здорового образа жизни как средства профилактики пагубного влияния вредных привычек на физическое, психическое и социальное здоровье человека;
- способность адаптироваться к стрессовым ситуациям, осуществлять профилактические мероприятия по регулированию эмоциональных напряжений, активному восстановлению организма после значительных умственных и физических нагрузок;
- готовность соблюдать правила безопасности во время занятий физической культурой и спортом, проводить гигиенические и профилактические мероприятия по организации мест занятий, выбору спортивного инвентаря и оборудования, спортивной одежды;
- готовность соблюдать правила и требования к организации бивуака во время туристских походов, противостоять действиям и поступкам, приносящим вред окружающей среде;
- освоение опыта взаимодействия со сверстниками, форм общения и поведения при выполнении учебных заданий на уроках физической культуры, игровой и соревновательной деятельности;
- повышение компетентности в организации самостоятельных занятий физической культурой, планировании их содержания и направленности в зависимости от индивидуальных интересов и потребностей;
- формирование представлений об основных понятиях и терминах физического воспитания и спортивной тренировки, умений руководствоваться ими в познавательной и практической деятельности, общении со сверстниками, публичных выступлениях и дискуссиях.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Универсальные познавательные действия:

- проводить сравнение соревновательных упражнений Олимпийских игр древности и современных Олимпийских игр, выявлять их общность и различия;
- осмысливать Олимпийскую хартию как основополагающий документ современного олимпийского движения, приводить примеры её гуманистической направленности;
- анализировать влияние занятий физической культурой и спортом на воспитание положительных качеств личности, устанавливать возможность профилактики вредных привычек;
- характеризовать туристские походы как форму активного отдыха, выявлять их целевое предназначение в сохранении и укреплении здоровья; руководствоваться требованиями техники безопасности во время передвижения по маршруту и организации бивуака;
- устанавливать причинно-следственную связь между планированием режима дня и изменениями показателей работоспособности;
- устанавливать связь негативного влияния нарушения осанки на состояние здоровья и выявлять причины нарушений, измерять индивидуальную форму и составлять комплексы упражнений по профилактике и коррекции выявляемых нарушений;
- устанавливать причинно-следственную связь между уровнем развития физических качеств, состоянием здоровья и функциональными возможностями основных систем организма;
- устанавливать причинно-следственную связь между качеством владения техникой физического упражнения и возможностью возникновения травм ишибов во время самостоятельных занятий физической культурой и спортом;
- устанавливать причинно-следственную связь между подготовкой мест занятий на открытых площадках и правилами предупреждения травматизма.

Универсальные коммуникативные действия:

- выбирать, анализировать и систематизировать информацию из разных источников об образцах техники выполнения разучиваемых упражнений, правилах планирования самостоятельных занятий физической и технической подготовкой;
- вести наблюдения за развитием физических качеств, сравнивать их показатели с данными возрастно-половых стандартов, составлять планы занятий на основе определённых правил и регулировать нагрузку по частоте пульса и внешним признакам утомления;
- описывать и анализировать технику разучиваемого упражнения, выделять фазы и элементы движений, подбирать подготовительные упражнения и планировать последовательность решения задач обучения; оценивать эффективность обучения посредством сравнения с эталонным образцом;
- наблюдать, анализировать и контролировать технику выполнения физических упражнений другими учащимися, сравнивать её с эталонным образцом, выявлять ошибки и предлагать способы их устранения;
- изучать и коллективно обсуждать технику «иллюстративного образца» разучиваемого упражнения, рассматривать и моделировать появление ошибок, анализировать возможные причины их появления, выяснять способы их устранения.

Универсальные учебные регулятивные действия:

- составлять и выполнять индивидуальные комплексы физических упражнений с разной функциональной направленностью, выявлять особенности их воздействия на состояние организма, развитие его резервных возможностей с помощью процедур контроля и функциональных проб;

- составлять и выполнять акробатические и гимнастические комплексы упражнений, самостоятельно разучивать сложно-координированные упражнения на спортивных снарядах;
- активно взаимодействовать в условиях учебной и игровой деятельности, ориентироваться на указания учителя и правила игры при возникновении конфликтных и нестандартных ситуаций, признавать своё право и право других на ошибку, право на её совместное исправление;
- разучивать и выполнять технические действия в игровых видах спорта, активно взаимодействуют при совместных тактических действиях в защите и нападении, терпимо относится к ошибкам игроков своей команды и команды соперников;
- организовывать оказание первой помощи при травмах и ушибах во время самостоятельных занятий физической культурой и спортом, применять способы и приёмы помощи в зависимости от характера и признаков полученной травмы.

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

5 КЛАСС

К концу обучения в **5 классе** обучающийся научится:

- выполнять требования безопасности на уроках физической культуры, на самостоятельных занятиях физическими упражнениями в условиях активного отдыха и досуга;
- проводить измерение индивидуальной осанки и сравнивать её показатели со стандартами, составлять комплексы упражнений по коррекции и профилактике её нарушения, планировать их выполнение в режиме дня;
- составлять дневник физической культуры и вести в нём наблюдение за показателями физического развития и физической подготовленности, планировать содержание и регулярность проведения самостоятельных занятий;
- осуществлять профилактику утомления во время учебной деятельности, выполнять комплексы упражнений физкультминуток, дыхательной и зрительной гимнастики;
- выполнять комплексы упражнений оздоровительной физической культуры на развитие гибкости, координации и формирование телосложения;
- выполнять опорный прыжок с разбега способом «ноги врозь» (мальчики) и способом «напрыгивания с последующим спрыгиванием» (девочки);
- выполнять упражнения в висах и упорах на низкой гимнастической перекладине (мальчики); в передвижениях по гимнастическому бревну ходьбой и приставным шагом с поворотами, подпрыгиванием на двух ногах на месте и с продвижением (девочки);
- передвигаться по гимнастической стенке приставным шагом, лазать разноимённым способом вверх и по диагонали;
- выполнять бег с равномерной скоростью с высокого старта по учебной дистанции;
- демонстрировать технику прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги»;
- передвигаться на лыжах попеременным двухшажным ходом (для бесснежных районов – имитация передвижения);
- демонстрировать технические действия в спортивных играх:
- баскетбол (ведение мяча с равномерной скоростью в разных направлениях; приём и передача мяча двумя руками от груди с места и в движении);
- волейбол (приём и передача мяча двумя руками снизу и сверху с места и в движении, прямая нижняя подача);

- футбол (ведение мяча с равномерной скоростью в разных направлениях, приём и передача мяча, удар по неподвижному мячу с небольшого разбега);

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

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

5 класс

№ п\п	Тема	Количество часов	ЭОР
Модуль «Лёгкая атлетика» 9 часов			
1	Техника безопасности на уроках лёгкой атлетики. Физическая культура и здоровый образ жизни: характеристика основных форм занятий физической культурой, их связь с укреплением здоровья, организацией отдыха и досуга.	1	РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/7444/start/263360/ (РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/7445/start/261347/
2	Бег на длинные дистанции с равномерной скоростью.	1	(РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/632/
3	Передвижения с высокого старта.	1	(РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/7459/start/262735/
4	Бег на короткие дистанции с максимальной скоростью передвижения.	1	(РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/7459/start/262735/
5	Прыжки в длину с разбега способом «согнув ноги».	1	(РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/7460/start/262701/
6	Исторические сведения об Олимпийских играх Древней Греции, прыжки в высоту с прямого разбега.	1	(РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/7435/start/263201/ (РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/7436/start/314028/
7	Метание малого мяча с места в вертикальную неподвижную мишень;	1	(РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/7461/start/262792/
8	Метание малого мяча на дальность с трёх шагов разбега.	1	
9	Физическое развитие человека, его показатели и способы измерения. Бег на длинные дистанции с равномерной скоростью.	1	(РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/7440/start/261253/

Модуль «Спорт» 2 часа			
10	Физическая подготовка к выполнению нормативов комплекса ГТО с использованием средств базовой физической подготовки.	1	(РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/7450/start/263263/
11	Физическая подготовка к выполнению нормативов комплекса ГТО с использованием видов спорта и оздоровительных систем физической культуры, национальных видов спорта, культурно-этнических игр.	1	(РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/7451/start/314176/ (РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/7453/start/314210/
Модуль «Спортивные игры: футбол» 2 часа			
12	Техника безопасности на уроках футбола. Характеристика содержания Олимпийских игр Древней Греции и правил спортивной борьбы.	1	(РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/7434/start/314059/
13	Ведение мяча «по прямой», «по кругу» и «змейкой»; обводка мячом ориентиров (конусов).	1	(РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/7466/start/262671/
Модуль «Спортивные игры: баскетбол» 6 часов			
14	Техника безопасности на уроках баскетбола. Режим дня и его значение для учащихся школы, связь с умственной работоспособностью.	1	(РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/7437/start/314090/ (РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/643/
15	Передача мяча двумя руками от груди, на месте и в движении;	1	(РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/7464/start/261477/
16	Ведение мяча на месте и в движении «по прямой», «по кругу» и «змейкой».	1	(РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/641/
17	Составление индивидуального режима дня. Бросок мяча в корзину двумя руками от груди с места.	1	(РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/642/
18	Ведение мяча на месте и в движении «по прямой», «по кругу» и «змейкой».	1	(РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/642/ (РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/7464/start/261477/
19	Развитие координации; технические действия с мячом.	1	
Модуль «Гимнастика» 12 часов			

20	Техника безопасности на уроках гимнастики. Кувырки вперёд и назад в группировке.	1	(РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/382/ (РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/7455/start/263071/
21	Расцвет и завершение истории Олимпийских игр древности. Кувырки вперёд ноги «скрестно».	1	
22	Упражнения на развитие гибкости и подвижности суставов. Опорные прыжки через гимнастического козла ноги врозь (мальчики); опорные прыжки на гимнастического козла с последующим спрыгиванием (девочки).	1	(РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/112/
23	Упражнения на гимнастической лестнице: перелезание приставным шагом правым и левым боком; лазанье разноимённым способом по диагонали и одноимённым способом вверх.	1	(РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/636/
24	Осанка как показатель физического развития, правила предупреждения её нарушений в условиях учебной и бытовой деятельности. Кувырки вперёд и назад в группировке.	1	(РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/7456/start/314238/
25	Упражнения на низком гимнастическом бревне: передвижение ходьбой с поворотами кругом и на 90°.	1	(РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/7458/start/261507/
26	Лёгкие подпрыгивания; подпрыгивания толчком двумя ногами; передвижение приставным шагом на гимнастическом бревне (девочки).	1	(РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/112/
27	Способы измерения и оценивания осанки. Кувырки назад из стойки на лопатках (мальчики).	1	
28	Кувырки вперёд и назад в группировке.	1	(РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/7456/start/314238/
29	Упражнения на гимнастической лестнице: перелезание приставным шагом правым и левым боком; лазанье разноимённым способом по диагонали и одноимённым способом вверх.	1	(РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/636/
30	Составление комплексов физических упражнений с коррекционной направленностью и правил их самостоятельного проведения.	1	(РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/7458/start/261507/

31	Расхождение на гимнастической скамейке правым и левым боком способом «удерживая за плечи».	1	(РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/7457/start/263166/
Модуль «Спорт» 2 часа			
32	Оценивание состояния организма в покое и после физической нагрузки в процессе самостоятельных занятий физической культуры и спортом. Физическая подготовка к выполнению нормативов комплекса ГТО с использованием средств базовой физической подготовки.	1	(РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/7439/
33	Физическая подготовка к выполнению нормативов комплекса ГТО с использованием видов спорта и оздоровительных систем физической культуры, национальных видов спорта, культурно-этнических игр.	1	
Модуль «Зимние виды спорта: лыжная подготовка» 12 часов			
34	Техника безопасности на уроках лыжной подготовки. Передвижение на лыжах попеременным двухшажным ходом.	1	(РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/7462/start/262762/
35	Роль и значение физкультурно-оздоровительной деятельности в здоровом образе жизни современного человека. Передвижение на лыжах попеременным двухшажным ходом.	1	(РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/7463/start/263135/ (РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/483/
36	Повороты на лыжах переступанием на месте и в движении по учебной дистанции.	1	
37	Подъём по пологому склону способом «лесенка» и спуск в основной стойке.	1	(РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/481/
38	Упражнения утренней зарядки и физкультминуток, дыхательной и зрительной гимнастики в процессе учебных занятий; подъём по пологому склону способом «лесенка» и спуск в основной стойке.	1	(РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/7452/start/261316/ (РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/7454/
39	Преодоление небольших бугров и впадин при спуске с пологого склона.	1	(РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/481/
40	Передвижение на лыжах попеременным двухшажным ходом.	1	(РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/483/
41	Закаливающие процедуры после занятий утренней зарядкой. Передвижение на лыжах попеременным двухшажным ходом.	1	(РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/7442/

42	Подъём по пологому склону способом «лесенка» и спуск в основной стойке.	1	(РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/481/
43	Повороты на лыжах переступанием на месте и в движении по учебной дистанции.	1	
44	Преодоление небольших бугров и впадин при спуске с пологого склона.	1	(РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/481/
45	Передвижение на лыжах попеременным двухшажным ходом.	1	
Модуль «Спорт» 2 часа			
46	Физическая подготовка к выполнению нормативов комплекса ГТО с использованием средств базовой физической подготовки.	1	(РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/7439/
47	Физическая подготовка к выполнению нормативов комплекса ГТО с использованием видов спорта и оздоровительных систем физической культуры, национальных видов спорта, культурно-этнических игр.	1	(РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/7439/
Модуль «Спортивные игры: волейбол» 8 часов			
48	Техника безопасности на уроках волейбола. Приём и передача мяча двумя руками снизу и сверху на месте.	1	(РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/109/
49	Формирование телосложения с использованием внешних отягощений. Приём и передача мяча двумя руками снизу и сверху в движении.	1	(РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/7453/
50	Прямая нижняя подача мяча.	1	(РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/381/
51	Приём и передача мяча двумя руками снизу и сверху на месте.	1	(РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/119/
52	Приём и передача мяча двумя руками снизу и сверху в движении.	1	
53	Прямая нижняя подача мяча.	1	(РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/381/
54	Приём и передача мяча двумя руками снизу и сверху на месте и в движении.	1	(РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/119/
55	Технические действия с мячом.	1	(РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/109/
Модуль «Спортивные игры: футбол» 2 часа			
56	Удар по неподвижному мячу внутренней стороной стопы с небольшого разбега; остановка катящегося мяча способом «наступления».	1	(РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/479/

57	Ведение мяча «по прямой», «по кругу» и «змейкой»; обводка мячом ориентиров (конусов).	1	(РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/480/
Модуль «Лёгкая атлетика» 9 часов			
58	Техника безопасности на уроках лёгкой атлетики. Бег на длинные дистанции с равномерной скоростью.	1	(РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/632/
59	Метание малого мяча с места в вертикальную неподвижную мишень.	1	(РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/7461/start/262792/
60	Передвижения с высокого старта.	1	(РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/632/
61	Метание малого мяча с места в вертикальную неподвижную мишень.	1	(РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/7461/start/262792/
62	Бег на короткие дистанции с максимальной скоростью передвижения.	1	(РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/7459/start/262735/
63	Прыжки в длину с разбега способом «согнув ноги».	1	(РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/7460/start/262701/
64	Прыжки в высоту с прямого разбега.	1	
65	Метание малого мяча с места в вертикальную неподвижную мишень.	1	(РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/7461/start/262792/
66	Метание малого мяча на дальность с трёх шагов разбега.	1	
Модуль «Спорт» 2 часа			
67	Роль и значение спортивно-оздоровительной деятельности в здоровом образе жизни современного человека. Физическая подготовка к выполнению нормативов комплекса ГТО с использованием средств базовой физической подготовки.	1	(РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/7437/
68	Физическая подготовка к выполнению нормативов комплекса ГТО с использованием видов спорта и оздоровительных систем физической культуры, национальных видов спорта, культурно-этнических игр.	1	(РЭШ) https://resh.edu.ru/subject/lesson/7467/
<p>Деятельность учителя с учетом рабочей программы воспитания:</p> <p>Включение в урок воспитывающей информации, воспитательной беседы. Использование различных форм рефлексии. Организация взаимодействия учитель – ученик на всех этапах урока через уважение личности каждого подростка, равное, благожелательное, честное и открытое отношение ко всем ученикам класса. Использование критериального и формирующего оценивания.</p> <p>Ознакомление с нормативно-правовыми требованиями к уроку с учетом возрастных и индивидуальных особенностей учащихся. Привлечение учащихся к выработке критериев оценивания, осуществление само - и взаимооценки учебной деятельности.</p> <p>Организация обсуждения, дискуссий, анализа морально-этических, социально-значимых явлений. Выявление характеристик истинных и</p>			

ложных ценностей на примерах героев художественных произведений. Соотнесение результатов собственной деятельности с признанными образцами культуры, формирование ценностных ориентиров инструментами учебного курса. Смысловое чтение. Комплексный анализ информации.

Знакомство на уроках с биографией ученых и исследователей, общественных деятелей, представителей искусства. Знакомство с достойными подражания примерами самоотверженного отношения к людям, к делу, к Отечеству – героям литературных произведений, их авторам учёным, открытия которых послужили материалом для написания глав учебника, изучаемых законов, явлений, событий, исторических деятелей. Использование предметных задач воспитательного содержания.

Использование в работе интерактивных форм: работа в парах и группах. Использование современных образовательных технологий, в том числе компьютерных.

Использование дидактических игр, способствующих развитию у учащихся логического мышления, познавательных интересов, умения обобщать, классифицировать, рассуждать, развивать внимательность, ориентироваться в окружающей обстановке. Воспитание выдержки, терпения в достижении цели. Использование творческих заданий.

Создание ученических пар «наставник- наставляемый», выполнение учащимися роли «помощника или дублёра учителя».

Включение в урок задач исследовательского, проектного характера, технологии проблемного обучения.