

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ШКОЛА № 51 ГОРОДА ДОНЕЦКА»

РАССМОТРЕНО

На заседании методического
объединения учителей

Протокол
от 29 08 № 1

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора

Турченко Е.В.

«30» августа 2023 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
учебного предмета
ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА 7-10 КЛАССЫ
БАЗОВЫЙ
(уровень образования)
ВАРИАТИВНАЯ ЧАСТЬ

Составитель(и) программы:
Мустафеев Леонид
Семенович

Донецк
2023 год

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 7 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Дата изучения	Виды деятельности	Виды, формы контроля	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		всего	конт. работы	прак. работы				

Раздел 1. ЗНАНИЯ О ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ

1.1	Возрождение Олимпийских игр. Символика и ритуалы первых Олимпийских игр. История первых Олимпийских игр современности	3	0	3		Обсуждают исторические предпосылки возрождения Олимпийских игр и олимпийского движения; знакомятся с личностью Пьера де Кубертена, характеризуют его как основателя идеи возрождения Олимпийских игр; анализируют смысл девиза Олимпийских игр и их символику; знакомятся с историей организации и проведения первых Олимпийских игр в Афинах;	Практическая работа;	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
Итого по разделу		3						

Раздел 2. СПОСОБЫ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

2.1	Составление дневника физической культуры. Физическая подготовка человека. Правила развития физических качеств.	2	0	2		знакомятся с правилами составления и заполнения основных разделов дневника физической культуры; заполняют дневник физической культуры в течение учебного года; знакомятся с понятием «физическая подготовка», рассматривают его содержательное наполнение (физические качества), осмысливают физическую подготовленность как результат физической подготовки; устанавливают причинно следственную связь между физической подготовкой и укреплением организм;	Практическая работа;	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
2.2	Определение индивидуальной физической нагрузки для самостоятельных занятий физической подготовкой.	3	0	3		проводят тестирование индивидуальных показателей физической подготовленности и сравнивают их с возрастными стандартами (обучение	Практическая работа;	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/

	<p>Закаливающие процедуры с помощью воздушных и солнечных ванн, купания в естественных водоёмах</p>				<p>в группах);; выявляют «отстающие» в своём развитии физические качества и определяют состав упражнений для их целенаправленного развития.; знакомятся со структурой плана занятий физической подготовкой, обсуждают целесообразность выделения его основных частей, необходимость соблюдения их последовательности;; знакомятся с правилами и способами расчета объёма времени для каждой части занятия и их учебным содержанием;; разучивают способы самостоятельного составления содержания плана занятий физической подготовкой на основе результатов индивидуального тестирования</p>		
<p>Итого по разделу</p>	<p>5</p>						

Раздел 3. ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ

3.1	Модуль «Гимнастика». Акробатическая комбинация	3	0	3		повторяют ранее разученные акробатические упражнения и комбинации; разучивают стилизованные общеразвивающие упражнения, выполняемые с разной амплитудой движения, ритмом и темпом (выпрыгивание из упора присев, прогнувшись; прыжки вверх с разведением рук и ног в стороны; прыжки вверх толчком двумя ногами с приземлением в упор присев, прыжки с поворотами и элементами ритмической гимнастики);	Практическая работа;	www.edu.ru www.school.e du.ru https://uchi.ru/
-----	---	---	---	---	--	---	-------------------------	--

						<p>учащимися, сравнивают её с образцом и выявляют возможные ошибки, предлагают способы их устранения (обучение в группах);</p>		
3.4	<p>Модуль «Гимнастика». Упражнения ритмической гимнастики</p>	4	0	4		<p>повторяют ранее разученные упражнения ритмической гимнастики, танцевальные движения;; разучивают стилизованные общеразвивающие упражнения для ритмической гимнастики (передвижения приставным шагом с движением рук и туловища, приседы и полуприседы с отведением одной руки в сторону, круговые движения туловища, прыжковые упражнения различной конфигурации);; составляют комбинацию ритмической гимнастики из хорошо разученных 8—10 упражнений, подбирают музыкальное сопровождение;; разучивают</p>	<p>Практическая работа;</p>	<p>www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/</p>

						комбинацию и демонстрируют её выполнение;		
3.5	<p><i>Модуль «Лёгкая атлетика».</i></p> <p>Беговые упражнения Прыжковые упражнения</p>	6	0	6		<p>наблюдают и анализируют образец техники старта, уточняют её фазы и элементы, делают выводы;;</p> <p>описывают технику выполнения старта и разучивают её в единстве с последующим ускорением;;</p> <p>контролируют технику выполнения старта другими учащимися, выявляют возможные ошибки и предлагают способы их устранения (работа в парах);;</p> <p>наблюдают и анализируют образец техники спринтерского бега, уточняют её фазы и элементы, делают выводы;;</p> <p>описывают технику спринтерского бега, разучивают её по фазам и в полной координации;;</p> <p>наблюдают и</p>	Практическая работа;	<p>www.edu.ru</p> <p>www.school.edu.ru</p> <p>https://uchi.ru/</p>

					анализируют образец техники гладкого равномерного бега, уточняют её фазы и элементы, делают выводы;; описывают технику гладкого равномерного бега, определяют его отличительные признаки от техники спринтерского бега; тоже что и для бега		
3.6	<p>Модуль «Лёгкая атлетика».</p> <p>Знакомство с рекомендациями учителя по развитию выносливости и быстроты на самостоятельных занятиях лёгкой атлетикой с помощью гладкого равномерного и спринтерского бега, прыжки в длину с места и с разбега</p>	2	0	2	знакомятся с рекомендациями учителя по развитию выносливости, скоростной силы, быстроты на самостоятельных занятиях лёгкой атлетикой с помощью гладкого равномерного и спринтерского бега; прыжков в длину с места и с разбега	устный опрос; Практическая работа;	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/

3.7	<p>Модуль «Лёгкая атлетика».</p> <p>Метание малого (теннисного) мяча в подвижную мишень (раскачивающийся с разной скоростью гимнастический обруч с уменьшающимся диаметром)</p> <p>Кроссовый бег на средние дистанции</p> <p>Прыжки в длину с места и с разбега</p> <p>Самостоятельная подготовка к выполнению нормативов Всероссийского комплекса ГТО в беге, метании, прыжках в длину с места</p>	8	0	8	<p>Повторяют ранее разученные способы метания малого (теннисного) мяча стоя на месте и с разбега, в неподвижную мишень и на дальность;;</p> <p>наблюдают и анализируют образец учителя, сравнивают с техникой ранее разученных способов метания, находят отличительные признаки;;</p> <p>разучивают технику броска малого мяча в подвижную мишень, акцентируют внимание на технике выполнения выявленных отличительных признаков;;</p> <p>контролируют технику метания малого мяча другими учащимися, выявляют возможные ошибки и предлагают способы их устранения (работа в группах).;</p> <p>Повторить технику и тактику бега на средние дистанции</p>	Практическая работа;	<p>www.edu.ru</p> <p>www.school.edu.ru</p> <p>https://uchi.ru/</p>

3.8	<p>Модуль «Спортивные игры. Баскетбол». Технические действия баскетболиста без мяча</p>	6	0	6	<p>совершенствуют ранее разученные технические действия игры баскетбол;; знакомятся с образцами технических действий игрока без мяча (передвижения в стойке баскетболиста; прыжок вверх толчком одной и приземление на другую, остановка двумя шагами, остановка прыжком, повороты на месте);; анализируют выполнение технических действий без мяча, выделяют их трудные элементы и акцентируют внимание на их выполнении;; разучивают технические действия игрока без мяча по элементам и в полной координации;; контролируют выполнение технических действий другими учащимися, анализируют их и определяют ошибки, дают рекомендации по их устранению (работа</p>	<p>Практическая работа;</p>	<p>www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/</p>
-----	---	---	---	---	--	---------------------------------	---

						в парах);; изучают правила и играют с использованием разученных технических действий.;		
3.9	<p><i>Модуль «Спортивные игры. Баскетбол».</i></p> <p>Знакомство с рекомендациями учителя по использованию подводящих и подготовительных упражнений для самостоятельного обучения техническим действиям баскетболиста без мяча</p>	2	0	2		знакомятся с рекомендациями учителя по использованию подводящих и подготовительных упражнений для самостоятельного обучения техническим действиям баскетболиста без мяча	Практическая работа;	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/

3.10	<p>Модуль «Спортивные игры. Волейбол». Игровые действия в волейболе</p>	8	0	8		<p>совершенствуют технику ранее разученных технических действий игры волейбол; разучивают и совершенствуют передачу мяча двумя руками снизу и сверху в разные зоны площадки соперника; разучивают правила игры в волейбол и знакомятся с игровыми действиями в нападении и защите; играют в волейбол по правилам с использованием разученных технических действий;</p>	<p>Практическая работа;</p>	<p>www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/</p>
3.11	<p>Модуль «Спортивные игры. Футбол». Удар по катящемуся мячу с разбега</p>	6	0	6		<p>совершенствуют технику ранее разученных технических действий игры футбол;; знакомятся с образцом удара по катящемуся мячу с разбега, демонстрируемого учителем, выделяют его фазы и технические</p>	<p>Практическая работа;</p>	<p>www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/</p>

						<p>элементы;; описывают технику удара по катящемуся мячу с разбега и сравнивают её с техникой удара по неподвижному мячу, выявляют имеющиеся различия, делают выводы по способам обучения;; разучивают технику удара по катящемуся мячу с разбега по фазам и в полной координации;; контролируют технику выполнения удара по катящемуся мячу другими учащимися, выявляют возможные ошибки и предлагают способы их устранения (работа в парах);; совершенствуют технику передачи катящегося мяча на разные расстояния и направления (обучение в парах);;</p>		
3.12	<p>Модуль «Спортивные игры. Футбол». Знакомство с</p>	2	0	2	;	<p>знакомятся с рекомендациями учителя по использованию</p>	<p>Практическая работа;</p>	<p>www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/</p>

	рекомендациями учителя по использованию подводящих и подготовительных упражнений для самостоятельного обучения техники удара по катящемуся мячу с разбега и его передачи на разные расстояния					подводящих и подготовительных упражнений для самостоятельного обучения техники удара по катящемуся мячу с разбега и его передачи на разные расстояния			
Итого по разделу		53							

Раздел 4. СПОРТ

4.1	Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО	3	0	3	осваивают содержания Примерных модульных программ по физической культуре или рабочей программы базовой физической подготовки; демонстрируют приросты в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО;	Практическая работа;	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
4.2	Физическая подготовка: освоение	4	0	4	осваивают содержания Примерных модульных программ по	Практическая работа;	www.edu.ru www.school.edu.ru

	содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО				физической культуре или рабочей программы базовой физической подготовки; демонстрируют приросты в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО;		https://uchi.ru/
Итого по разделу		7					
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	68			

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 7 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Виды, формы контроля
		всего	Контрольные работы	Практические работы		
1	Возрождение Олимпийских игр.	1	0	1	7А,7Б – 05.09.2023	Практическая работа
2	Символика и ритуалы первых Олимпийских игр.	1	0	1	7А – 06.09.2023 7Б – 06.09.2023	Практическая работа
3	История первых Олимпийских игр современности	1	0	1	7А,7Б – 12.09.2023	Практическая работа
4	Составление дневника физической культуры. Физическая подготовка человека.	1	0	1	7А – 13.09.2023 7Б – 14.09.2023	Практическая работа
5	Правила развития физических качеств.	1	0	1	7А,7Б – 19.09.2023	Практическая работа
6	Определение индивидуальной физической нагрузки для самостоятельных занятий физической подготовкой.	1	0	1	7А – 20.09.2023 7Б – 21.09.2023	Практическая работа

7	Определение индивидуальной физической нагрузки для самостоятельных занятий физической подготовкой.	1	0	1	7А,7Б – 26.09.2023	Практическая работа
8	Закаливающие процедуры с помощью воздушных и солнечных ванн, купания в естественных водоёмах	1	0	1	7А – 27.09.2023 7Б – 28.09.2023	Практическая работа
9	Модуль «Лёгкая атлетика». Техника безопасности на уроках. Беговые упражнения. Старт с опорой на одну руку и последующим ускорением.	1	0	1	7А,7Б – 03.10.2023	Практическая работа
10	Модуль «Лёгкая атлетика». Спринтерский и гладкий равномерный бег по учебной дистанции; ранее разученные беговые упражнения.	1	0	1	7А – 04.10.2023 7Б – 05.10.2023	Практическая работа
11	Модуль «Лёгкая атлетика». Спринтерский и гладкий равномерный бег по учебной дистанции; ранее разученные беговые упражнения.	1	0	1	7А,7Б – 10.10.2023	Практическая работа
12	Модуль «Лёгкая атлетика». Беговые упражнения. Правила развития физических качеств. Зачет. Бег 30 м.	1	0	1	7А – 11.10.2023 7Б – 12.10.2023	Практическая работа
13	Модуль «Лёгкая атлетика». Беговые упражнения. Прыжковые упражнения: прыжок в длину с места. Определение индивидуальной физической	1	0	1	7А,7Б – 17.10.2023	Практическая работа

	нагрузки для самостоятельных занятий физической подготовкой.					
14	Модуль «Лёгкая атлетика». Беговые упражнения. Прыжковые упражнения: прыжок в длину с места. Определение индивидуальной физической нагрузки для самостоятельных занятий физической подготовкой.	1	0	1	7А – 18.10.2023 7Б – 19.10.2023	Практическая работа
15	Модуль «Лёгкая атлетика». Беговые упражнения. Зачет. Прыжок в длину с места. Правила измерения показателей физической подготовленности. Составление плана самостоятельных занятий физической подготовкой.	1	0	1	7А,7Б – 24.10.2023	Практическая работа
16	Модуль «Лёгкая атлетика». Беговые упражнения. Зачет. Прыжок в длину с места. Правила измерения показателей физической подготовленности. Составление плана самостоятельных занятий физической подготовкой.	1	0	1	7А – 25.10.2023 7Б – 26.10.2023	Практическая работа
17	Модуль «Гимнастика». Правила техники безопасности на уроках. Акробатическая комбинация. Строевой шаг, размыкание и смыкание на месте.	1	0	1	7А,7Б – 07.11.2023	Практическая работа

18	Модуль «Гимнастика». Правила техники безопасности на уроках. Акробатическая комбинация. Строевой шаг, размыкание и смыкание на месте.	1	0	1	7А – 08.11.2023 7Б – 09.11.2023	Практическая работа
19	Модуль «Гимнастика». Правила техники безопасности на уроках. Акробатическая комбинация. Строевой шаг, размыкание и смыкание на месте.	1	0	1	7А,7Б – 14.11.2023	Практическая работа
20	Модуль «Гимнастика». Упражнения на низком гимнастическом бревне. Акробатическая комбинация из общеразвивающих и сложно координированных упражнений, стоек и кувырков, ранее разученных акробатических упражнений.	1	0	1	7А – 15.11.2023 7Б – 16.11.2023	Практическая работа
21	Модуль «Гимнастика». Упражнения на низком гимнастическом бревне. Акробатическая комбинация из общеразвивающих и сложно координированных упражнений, стоек и кувырков, ранее разученных акробатических упражнений.	1	0	1	7А,7Б – 21.11.2023	Практическая работа
22	Модуль «Гимнастика». Упражнения на низком гимнастическом бревне. Акробатическая комбинация из общеразвивающих и сложно координированных упражнений, стоек и кувырков, ранее разученных акробатических упражнений.	1	0	1	7А – 22.11.2023 7Б – 23.11.2023	Практическая работа

23	Модуль «Гимнастика». Висы и упоры на невысокой гимнастической перекладине. Прыжки через скакалку.	1	0	1	7А,7Б – 28.11.2023	Практическая работа
24	Модуль «Гимнастика». Висы и упоры на невысокой гимнастической перекладине. Прыжки через скакалку.	1	0	1	7А – 29.11.2023 7Б – 30.11.2023	Практическая работа
25	Модуль «Гимнастика». Висы и упоры на невысокой гимнастической перекладине. Прыжки через скакалку.	1	0	1	7А,7Б – 05.12.2023	Практическая работа
26	Модуль «Гимнастика». Упражнения ритмической гимнастики. Упражнения с партнером, акробатические, на гимнастической стенке. Упражнения с предметами.	1	0	1	7А – 06.12.2023 7Б – 07.12.2023	Практическая работа
27	Модуль «Гимнастика». Упражнения ритмической гимнастики. Упражнения с партнером, акробатические, на гимнастической стенке. Упражнения с предметами.	1	0	1	7А,7Б – 12.12.2023	Практическая работа

28	Модуль «Гимнастика». Упражнения ритмической гимнастики. Упражнения с партнером, акробатические, на гимнастической стенке. Упражнения с предметами.	1	0	1	7А – 13.12.2023 7Б – 14.12.2023	Практическая работа
29	Модуль «Гимнастика». Упражнения ритмической гимнастики. Упражнения с партнером, акробатические, на гимнастической стенке. Упражнения с предметами.	1	0	1	7А,7Б – 19.12.2023	Практическая работа
30	Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО	1	0	1	7А – 20.12.2023 7Б – 21.12.2023	Практическая работа
31	Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО	1	0	1	7А,7Б – 26.12.2023	Практическая работа
32	Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО	1	0	1	7А – 27.12.2023 7Б – 28.12.2023	Практическая работа

33	Модуль «Спортивные игры. Правила техники безопасности на уроках Баскетбол. Технические действия игрока без мяча: передвижение в стойке баскетболиста.	1	0	1	7А,7Б – 09.01.2024	Практическая работа
34	Модуль «Спортивные игры. Баскетбол. Технические действия баскетболиста. Остановка двумя шагами, остановка прыжком в баскетболе.	1	0	1	7А – 10.01.2024 7Б – 11.01.2024	Практическая работа
35	Модуль «Спортивные игры. Баскетбол. Технические действия баскетболиста. Прыжок вверх толчком одной и приземление на другую в баскетболе.	1	0	1	7А,7Б – 16.01.2024	Практическая работа
36	Модуль «Спортивные игры. Баскетбол. Тактические действия баскетболиста. Ранее разученные упражнения в ведении баскетбольного мяча в разных направлениях и по разной траектории.	1	0	1	7А – 17.01.2024 7Б – 18.01.2024	Практическая работа
37	Модуль «Спортивные игры. Баскетбол. Тактические действия баскетболиста. Ранее разученные упражнения в ведении баскетбольного мяча в разных направлениях и по разной траектории.	1	0	1	7А,7Б – 23.01.2024	Практическая работа
38	Модуль «Спортивные игры. Баскетбол. Тактические действия баскетболиста. Зачет. Передачи и броски мяча в корзину.	1	0	1	7А – 24.01.2024 7Б – 25.01.2024	Практическая работа

39	Знакомство с рекомендациями учителя по использованию подводящих и подготовительных упражнений для самостоятельного обучения техническим действиям баскетболиста без мяча	1	0	1	7А,7Б – 30.01.2024	Практическая работа
40	Знакомство с рекомендациями учителя по использованию подводящих и подготовительных упражнений для самостоятельного обучения техническим действиям баскетболиста без мяча	1	0	1	7А – 31.01.2024 7Б – 01.02.2024	Практическая работа
41	Модуль «Спортивные игры. Правила техники безопасности на уроках. Волейбол. Приём и передача мяча двумя руками снизу и сверху в разные зоны площадки команды соперника в волейболе.	1	0	1	7А,7Б – 06.02.2024	Практическая работа
42	Модуль «Спортивные игры. Правила техники безопасности на уроках. Волейбол. Приём и передача мяча двумя руками снизу и сверху в разные зоны площадки команды соперника в волейболе.	1	0	1	7А – 07.02.2024 7Б – 08.02.2024	Практическая работа
43	Модуль «Спортивные игры. Волейбол. Правила игры и игровая деятельность по правилам с использованием разученных технических приёмов в подаче мяча.	1	0	1	7А,7Б – 13.02.2024	Практическая работа
44	Модуль «Спортивные игры. Волейбол. Правила игры и игровая деятельность по правилам с использованием разученных технических приёмов в подаче мяча.	1	0	1	7А – 14.02.2024 7Б – 15.02.2024	Практическая работа

45	Модуль «Спортивные игры. Волейбол. Правила игры и игровая деятельность по правилам с использованием разученных технических приёмов в подаче мяча.	1	0	1	7А,7Б – 20.02.2024	Практическая работа
46	Модуль «Спортивные игры. Волейбол. Игровая деятельность в приёме и передаче двумя руками снизу в волейболе.	1	0	1	7А – 21.02.2024 7Б – 22.02.2024	Практическая работа
47	Модуль «Спортивные игры. Волейбол. Игровая деятельность в приёме и передаче двумя руками снизу в волейболе.	1	0	1	7А,7Б – 27.02.2024	Практическая работа
48	Модуль «Спортивные игры. Волейбол. Зачет. Волейбол по правилам с использованием разученных технических действий.	1	0	1	7А –28.02.2024 7Б – 29.02.2024	Практическая работа
49	Модуль «Спортивные игры. Футбол. удары по катящемуся мячу с разбега в футболе.	1	0	1	7А,7Б – 05.03.2024	Практическая работа
50	Модуль «Спортивные игры. Футбол. Игровая деятельность по правилам с использованием разученных технических приёмов в ведении и в передаче мяча в футболе.	1	0	1	7А –06.03.2024 7Б – 07.03.2024	Практическая работа
51	Модуль «Спортивные игры. Футбол. Игровая деятельность по правилам с использованием разученных технических приёмов в ведении и в передаче мяча в футболе.	1	0	1	7А,7Б – 12.03.2024	Практическая работа
52	Модуль «Спортивные игры. Футбол. Игровая деятельность по правилам с	1	0	1	7А –13.03.2024 7Б – 14.03.2024	Практическая работа

	использованием разученных технических приёмов в ведении и в передаче мяча в футболе.					
53	Модуль «Спортивные игры. Футбол. Игровая деятельность по правилам с использованием разученных технических приёмов в ведении и в передаче мяча в футболе.	1	0	1	7А,7Б – 19.03.2024	Практическая работа
54	Модуль «Спортивные игры. Футбол. Игровая деятельность по правилам с использованием разученных технических приёмов в ведении и в передаче мяча в футболе.	1	0	1	7А –20.03.2024 7Б – 21.03.2024	Практическая работа
55	Модуль «Спортивные игры. Футбол. Игровая деятельность по правилам с использованием разученных технических приёмов в ведении и в передаче мяча в футболе.	1	0	1	7А,7Б – 02.04.2024	Практическая работа
56	Модуль «Спортивные игры. Футбол. Игровая деятельность по правилам с использованием разученных технических приёмов в ведении и в передаче мяча в футболе.	1	0	1	7А –03.04.2024 7Б – 04.04.2024	Практическая работа
57	Модуль «Лёгкая атлетика». Прыжковые упражнения: прыжки и много скоки Зачет. Прыжок в длину с места.	1	0	1	7А,7Б – 09.04.2024	Практическая работа
58	Модуль «Лёгкая атлетика». Прыжковые упражнения: прыжки и много скоки Зачет. Прыжок в длину с места.	1	0	1	7А –10.04.2024 7Б – 11.04.2024	Практическая работа
59	Модуль «Лёгкая атлетика». Метание малого (теннисного) мяча на дальность.	1	0	1	7А,7Б – 16.04.2024	Практическая работа

60	Модуль «Лёгкая атлетика». Метание малого (теннисного) мяча на дальность.	1	0	1	7А – 17.04.2024 7Б – 18.04.2024	Практическая работа
61	Модуль «Лёгкая атлетика». Метание малого (теннисного) мяча на дальность. Зачет. Метание малого (теннисного) мяча на дальность.	1	0	1	7А,7Б – 23.04.2024	Практическая работа
62	Модуль «Лёгкая атлетика». Смешанное передвижение. Кроссовый бег. Бег на средние дистанции	1	0	1	7А – 24.04.2024 7Б – 25.04.2024	Практическая работа
63	Модуль «Лёгкая атлетика». Смешанное передвижение. Кроссовый бег. Бег на средние дистанции	1	0	1	7А,7Б – 30.04.2024	Практическая работа
64	Модуль «Лёгкая атлетика». Смешанное передвижение. Кроссовый бег. Бег на средние дистанции	1	0	1	7А – 07.05.2024 7Б – 02.05.2024	Практическая работа
65	Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО	1	0	1	7А,7Б – 08.05.2024	Практическая работа
66	Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО	1	0	1	7А – 14.05.2024 7Б – 15.05.2024	Практическая работа
67	Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО	1	0	1	7А,7Б – 21.05.2024	Практическая работа

68	Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО	1	0	1	7А – 22.05.2024 7Б – 23.05.2024	Практическая работа
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	68		

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 9 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Дата изучения	Виды деятельности	Виды, формы контроля	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
Раздел 1. ЗНАНИЯ О ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ								
1.1	Здоровье и здоровый образ жизни, вредные привычки и их пагубное влияние на здоровье человека.	1	0	1		осознание необходимости ведения здорового образа жизни как средства	Практическая работа;	www.edu.ru www.school.edu.ru и https://uchi.ru/
	Туристские походы как форма организации здорового образа жизни.	1	0	1		Профилактики пагубного влияния вредных привычек на физическое, психическое и социальное		
	Профессионально-прикладная физическая культура.	1	0	1		здоровье; характеризовать туристские походы как форму активного отдыха, выявлять их целевое предназначение в сохранении и укреплении здоровья; руководствоваться требованиями; знать, что такое прикладная физическая культура		
Итого по разделу		3						

Раздел 2. СПОСОБЫ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

2.1	Восстановительный массаж, как средство оптимизации работоспособности, его правила и приёмы во время самостоятельных занятий физической подготовкой.	1	0	1	Способность адаптироваться к стрессовым ситуациям, осуществлять профилактические мероприятия по регулированию эмоциональных напряжений, активному восстановлению организма после значительных умственных и физических нагрузок; устанавливать причинно следственную связь между качеством владения техникой физического упражнения и возможностью возникновения травм и ушибов во время самостоятельных занятий физической культурой и спортом; готовность оказывать первую медицинскую помощь при травмах и ушибах, соблюдать правила техники безопасности во время совместных занятий физической культурой и спортом	Практическая работа;	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
	Банные процедуры как средство укрепления здоровья. Измерение функциональных резервов организма.	1	0	1			
	Оказание первой помощи на самостоятельных занятиях физическими упражнениями и во время активного отдыха.	1	0	1			

2.2	Занятия физической культурой и режим питания. Упражнения для снижения избыточной массы тела. Оздоровительные, коррекционные и профилактические мероприятия в режиме двигательной активности старшеклассников.	1 1	0 0	1 1	устанавливать причинно следственную связь между планированием режима дня и изменениями показателей работоспособности; составлять и выполнять индивидуальные комплексы физических упражнений с разной функциональной направленностью, выявлять особенности их воздействия на состояние	Практическая работа;	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
Итого по разделу		5					

Раздел 3. ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ

3.1	<i>Модуль «Гимнастика».</i> Акробатическая комбинация	3	0	3	повторяют ранее разученные акробатические упражнения и комбинации; разучивают стилизованные общеразвивающие упражнения, выполняемые с разной амплитудой движения, ритмом и темпом	Практическая работа;	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
3.2	<i>Модуль «Гимнастика».</i> <i>Гимнастическая комбинация.</i>	6	0	6	повторяют технику ранее разученных упражнений; составлять и выполнять акробатические и гимнастические комплексы упражнений, самостоятельно разучивать сложно координированные упражнения на спортивных снарядах;	Практическая работа;	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/

					контролируют технику выполнения упражнений другими учащимися, сравнивают их с образцами и выявляют возможные ошибки, предлагают способы их устранения (обучение в парах)		
3.3	<i>Модуль «Гимнастика». Черлидинг: композиция упражнений с построением пирамид, элементами степ аэробики, акробатики и ритмической гимнастики.</i>	4	0	4	Контролируют технику выполнения упражнения другими учащимися, сравнивают её с образцом и выявляют возможные ошибки, предлагают способы их устранения (обучение в группах); составлять и выполнять композицию упражнений черлидинга с построением пирамид, элементами степ аэробики и акробатики (девушки); составлять и выполнять комплексы упражнений из разученных акробатических упражнений с повышенными требованиями к технике их выполнения (юноши)	Практическая работа;	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
3.5	<i>Модуль «Лёгкая атлетика». Беговые упражнения Прыжковые упражнения Прыжки в длину с места Прыжки в длину с разбега, способом «согнув ноги», «прогнувшись»</i>	6	0	6	наблюдает и анализирует образец техники старта, уточняет её фазы и элементы, делают выводы;; описывают технику выполнения старта и разучивают её в единстве с последующим ускорением;; контролируют технику выполнения старта другими учащимися, выявляют возможные ошибки и предлагают способы их устранения (работа в парах);; наблюдают и	Практическая работа;	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/

					анализируют образец техники спринтерского бега, уточняют её фазы и элементы, делают выводы;; описывают технику спринтерского бега, разучивают её по фазам и в полной координации;; наблюдают и анализируют образец техники гладкого равномерного бега, уточняют её фазы и элементы, делают выводы;; описывают технику гладкого равномерного бега, определяют его отличительные признаки от техники спринтерского бега; то же по отношению к прыжкам		
3.6	<i>Модуль «Лёгкая атлетика». Знакомство с рекомендациями учителя по развитию выносливости и быстроты, скоростной силы на самостоятельных занятиях лёгкой атлетикой с помощью гладкого равномерного и спринтерского бега</i>	2	0	2	знакомятся с рекомендациями учителя по развитию выносливости и быстроты, скоростной силы на самостоятельных занятиях лёгкой атлетикой с помощью гладкого равномерного и спринтерского бега; прыжков в длину	Устный опрос; Практическая работа;	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
3.7	<i>Модуль «Лёгкая атлетика». Метание малого (теннисного) мяча на дальность, бег на средние дистанции</i>	8	0	8	повторяют ранее разученные способы метания малого (теннисного) мяча на месте и с разбега, в неподвижную мишень и на дальность;; наблюдают и анализируют образец учителя, сравнивают с техникой ранее разученных способов метания, находят	Практическая работа;	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/

	<i>Кроссовый бег</i>				отличительные признаки;; разучивают технику броска малого мяча в подвижную мишень, акцентируют внимание на технике выполнения выявленных отличительных признаков;; контролируют технику метания малого мяча другими учащимися, выявляют возможные ошибки и предлагают способы их устранения (работа в группах).; тоже по отношению к бегу на средние дистанции		
3.8	<i>Модуль «Спортивные игры. Баскетбол». Технические действия баскетболиста без мяча</i>	6	0	6	Совершенствуют ранее разученные технические действия игры баскетбол;; знакомятся с образцами технических действий игрока без мяча (передвижения в стойке баскетболиста; прыжок вверх толчком одной и приземление на другую, остановка двумя шагами, остановка прыжком, повороты на месте);; анализируют выполнение технических действий без мяча, выделяют их трудные элементы и акцентируют внимание на их выполнении;; разучивают технические действия игрока без мяча по элементам и в полной координации;; контролируют выполнение технических действий другими учащимися, анализируют их и определяют ошибки, дают рекомендации по их устранению (работа в парах);; изучают правила и играют с использованием разученных технических действий.;	Практическая работа;	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/

3.9	<i>Модуль «Спортивные игры. Баскетбол». Знакомство с рекомендациями учителя по использованию подводящих и подготовительных упражнений для самостоятельного обучения техническим действиям баскетболиста без мяча</i>	2	0	2	знакомятся с рекомендациями учителя по использованию подводящих и подготовительных упражнений для самостоятельного обучения техническим действиям баскетболиста без мяча;	Практическая работа;	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
3.10	<i>Модуль «Спортивные игры. Волейбол». Игровые действия в волейболе</i>	8	0	8	Совершенствуют технику ранее разученных технических действий игры волейбол; разучивают и совершенствуют передачу мяча двумя руками снизу и сверху в разные зоны площадки соперника; разучивают правила игры в волейбол и знакомятся с игровыми действиями в нападении и защите; играют в волейбол по правилам с использованием разученных технических действий;	Практическая работа;	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
3.11	<i>Модуль «Спортивные игры. Футбол». Удар по катящемуся мячу с разбега</i>	6	0	6	Совершенствуют технику ранее разученных технических действий игры футбол;; знакомятся с образцом удара по катящемуся мячу с разбега, демонстрируемого учителем, выделяют его фазы и технические элементы;; описывают технику удара по катящемуся	Практическая работа;	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/

					<p>мячу с разбега и сравнивают её с техникой удара по неподвижному мячу, выявляют имеющиеся различия, делают выводы по способам обучения;; разучивают технику удара по катящемуся мячу с разбега по фазам и в полной координации;; контролируют технику выполнения удара по катящемуся мячу другими учащимися, выявляют возможные ошибки и предлагают способы их устранения (работа в парах);; совершенствуют технику передачи катящегося мяча на разные расстояния и направления (обучение в парах);;</p>		
3.12	<p><i>Модуль «Спортивные игры. Футбол». Знакомство с рекомендациями учителя по использованию подводящих и подготовительных упражнений для самостоятельного обучения техники удара по катящемуся мячу с разбега и его передачи на разные расстояния</i></p>	2	0	2	<p>знакомятся с рекомендациями учителя по использованию подводящих и подготовительных упражнений для самостоятельного обучения техники удара по катящемуся мячу с разбега и его передачи на разные расстояния;</p>	<p>Практическая работа;</p>	<p>www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/</p>
Итого по разделу		53					

Раздел 4. СПОРТ

4.1	Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО	3	0	3	Осваивают содержания Примерных модульных программ по физической культуре или рабочей программы базовой физической подготовки; демонстрируют приросты в показателях физической подготовленности и нормативных тренировок комплекса ГТО;	Практическая работа;	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
4.2	Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО	4	0	4	Осваивают содержания Примерных модульных программ по физической культуре или рабочей программы базовой физической подготовки; демонстрируют приросты в показателях физической подготовленности и нормативных тренировок комплекса ГТО;	Практическая работа;	www.edu.ru www.school.edu.ru https://uchi.ru/
Итого по разделу		8					
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	68			

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 9 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Виды, формы контроля
		всего	Контрольные работы	Практические работы		
1	Здоровье и здоровый образ жизни, вредные привычки и их пагубное влияние на здоровье человека.	1	0	1	04.09.2023	1 Практические работы
2	Туристские походы как форма организации здорового образа жизни.	1	0	1	07.09.2023	Практическая работа
3	Профессионально прикладная физическая культура.	1	0	1	11.09.2023	Практическая работа
4	Восстановительный массаж. Банные процедуры, как средство укрепления здоровья.	1	0	1	14.09.2023	Практическая работа
5	Измерение функциональных резервов организма.	1	0	1	18.09.2023	Практическая работа
6	Оказание первой помощи на самостоятельных занятиях физическими упражнениями и во время активного отдыха.	1	0	1	21.09.2023	Практическая работа

7	Занятия физической культурой и режим питания. упражнения для снижения избыточной массы тела.	1	0	1	25.09.2023	Практическая работа
8	Оздоровительные, коррекционные и профилактические мероприятия в режиме двигательной активности старшеклассников.	1	0	1	28.09.2023	Практическая работа
9	Модуль «Лёгкая атлетика». Техника безопасности на уроках. Беговые упражнения. старт с опорой на одну руку и последующим ускорением.	1	0	1	05.10.2023	Практическая работа
10	Модуль «Лёгкая атлетика». спринтерский и гладкий равномерный бег по учебной дистанции; ранее разученные беговые упражнения.	1	0	1	09.10.2023	Практическая работа
11	Модуль «Лёгкая атлетика». спринтерский и гладкий равномерный бег по учебной дистанции; ранее разученные беговые упражнения.	1	0	1	12.10.2023	Практическая работа
12	Модуль «Лёгкая атлетика». Беговые упражнения. Правила развития физических качеств. Зачет. Бег 30 м.	1	0	1	16.10.2023	Практическая работа
13	Модуль «Лёгкая атлетика». Беговые упражнения. Прыжковые упражнения: прыжок в длину с места. Определение индивидуальной физической нагрузки для самостоятельных занятий физической подготовкой.	1	0	1	19.10.2023	Практическая работа
14	Модуль «Лёгкая атлетика». Беговые упражнения. Прыжковые упражнения:	1	0	1	23.10.2023	Практическая работа

	прыжок в длину с места. Определение индивидуальной физической нагрузки для самостоятельных занятий физической подготовкой.					
15	Модуль «Лёгкая атлетика». Беговые упражнения. Прыжковые упражнения: прыжок в длину с места. Определение индивидуальной физической нагрузки для самостоятельных занятий физической подготовкой.	1	0	1	26.10.2023	Практическая работа
16	Модуль «Лёгкая атлетика». Беговые упражнения. Зачет. Прыжок в длину с места. Правила измерения показателей физической подготовленности. составление плана самостоятельных занятий физической подготовкой.	1	0	1	09.11.2023	Практическая работа
17	Модуль «Гимнастика». Правила техники безопасности на уроках. Акробатическая комбинация. Строевой шаг, размыкание и смыкание на месте.	1	0	1	13.11.2023	Практическая работа
18	Модуль «Гимнастика». Правила техники безопасности на уроках. Акробатическая комбинация. Строевой шаг, размыкание и смыкание на месте.	1	0	1	16.11.2023	Практическая работа
19	Модуль «Гимнастика». Правила техники безопасности на уроках. Акробатическая комбинация. Строевой шаг, размыкание и смыкание на месте.	1	0	1	20.11.2023	Практическая работа
20	Модуль «Гимнастика». Гимнастическая комбинация. упражнения ритмической гимнастики. упражнения с партнером, акробатические, на гимнастической стенке. упражнения с предметами	1	0	1	23.11.2023	Практическая работа

21	Модуль «Гимнастика». Гимнастическая комбинация. упражнения ритмической гимнастики. упражнения с партнером, акробатические, на гимнастической стенке. упражнения с предметами	1	0	1	27.11.2023	Практическая работа
22	Модуль «Гимнастика». Гимнастическая комбинация. упражнения ритмической гимнастики. упражнения с партнером, акробатические, на гимнастической стенке. упражнения с предметами	1	0	1	30.11.2023	Практическая работа
23	Модуль «Гимнастика». Гимнастическая комбинация. упражнения ритмической гимнастики. упражнения с партнером, акробатические, на гимнастической стенке. упражнения с предметами	1	0	1	04.12.2023	Практическая работа
24	Модуль «Гимнастика». Гимнастическая комбинация. упражнения ритмической гимнастики. упражнения с партнером, акробатические, на гимнастической стенке. упражнения с предметами	1	0	1	07.12.2023	Практическая работа
25	Модуль «Гимнастика». Гимнастическая комбинация. упражнения ритмической гимнастики. упражнения с партнером, акробатические, на гимнастической стенке. упражнения с предметами	1	0	1	11.12.2023	Практическая работа
26	Модуль «Гимнастика». Черлидинг: композиция упражнений с построением пирамид, элементами степ-аэробики, акробатики и ритмической гимнастики.	1	0	1	14.12.2023	Практическая работа

27	Модуль «Гимнастика». Черлидинг: композиция упражнений с построением пирамид, элементами степ-аэробики, акробатики и ритмической гимнастики.	1	0	1	18.12.2023	Практическая работа
28	Модуль «Гимнастика». Черлидинг: композиция упражнений с построением пирамид, элементами степ-аэробики, акробатики и ритмической гимнастики.	1	0	1	21.12.2023	Практическая работа
29	Модуль «Гимнастика». Черлидинг: композиция упражнений с построением пирамид, элементами степ-аэробики, акробатики и ритмической гимнастики.	1	0	1	25.12.2023	Практическая работа
30	Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО	1	0	1	28.12.2023	Практическая работа
31	Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО	1	0	1	28.12.2023	Практическая работа
32	Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО	1	0	1	28.12.2023	Практическая работа
33	Модуль «Спортивные игры. Баскетбол. Правила техники безопасности на уроках. Технические действия игрока без мяча: передвижение в стойке баскетболиста.	1	0	1	11.01.2024	Практическая работа

34	Модуль «спортивные игры. Баскетбол. технические действия баскетболиста. остановка двумя шагами, остановка прыжком в баскетболе	1	0	1	15.01.2024	Практическая работа
34	Модуль «спортивные игры. Баскетбол. технические действия баскетболиста. прыжок вверх толчком одной и приземление на другую в баскетболе	1	0	1	18.01.2024	Практическая работа
36	Модуль «спортивные игры. Баскетбол. тактические действия баскетболиста. ранее разученные упражнения в ведении баскетбольного мяча в разных направлениях и по разной траектории	1	0	1	22.01.2024	Практическая работа
37	Модуль «спортивные игры. Баскетбол. тактические действия баскетболиста. ранее разученные упражнения в ведении баскетбольного мяча в разных направлениях и по разной траектории	1	0	1	25.01.2024	Практическая работа
38	Модуль «спортивные игры. Баскетбол. тактические действия баскетболиста. ранее разученные упражнения в ведении баскетбольного мяча в разных направлениях и по разной траектории	1	0	1	29.01.2024	Практическая работа
39	Модуль «спортивные игры. Баскетбол. тактические действия баскетболиста. ранее разученные упражнения в ведении баскетбольного мяча в разных направлениях и по разной	1	0	1	01.02.2024	Практическая работа

	траектории					
40	Модуль «спортивные игры. Баскетбол. тактические действия баскетболиста. Зачет. передачи и броски мяча в корзину.	1	0	1	05.02.2024	Практическая работа
41	Модуль «спортивные игры. Правила техники безопасности на уроках. Волейбол. приём и передача мяча двумя руками снизу и сверху в разные зоны площадки команды соперника в волейболе.	1	0	1	08.02.2024	Практическая работа
42	Модуль «спортивные игры. Правила техники безопасности на уроках. Волейбол. приём и передача мяча двумя руками снизу и сверху в разные зоны площадки команды соперника в волейболе.	1	0	1	13.02.2024	Практическая работа
43	Модуль «Спортивные игры. Волейбол. Правила игры и игровая деятельность по правилам с использованием разученных технических приёмов в подаче мяча.	1	0	1	15.02.2024	Практическая работа
44	Модуль «Спортивные игры. Волейбол. Правила игры и игровая деятельность по правилам с использованием разученных технических приёмов в подаче мяча.	1	0	1	20.02.2024	Практическая работа
45	Модуль «Спортивные игры. Волейбол. Правила игры и игровая деятельность по правилам с использованием разученных технических приёмов в подаче мяча.	1	0	1	22.02.2024	Практическая работа
46	Модуль «спортивные игры. Волейбол. Игровая деятельность в приёме и передаче двумя руками снизу в волейболе.	1	0	1	27.02.2024	Практическая работа

47	Модуль «спортивные игры. Волейбол. Игровая деятельность в приёме и передаче двумя руками снизу в волейболе.	1	0	1	29.02.2024	Практическая работа
48	Модуль «спортивные игры. Волейбол. Зачет. Волейбол по правилам с использованием разученных технических действий.	1	0	1	05.03.2024	Практическая работа
49	Модуль «Спортивные игры. Футбол. удары по катящемуся мячу с разбега в футболе.	1	0	1	07.03.2024	Практическая работа
50	Модуль «Спортивные игры. Футбол. удары по катящемуся мячу с разбега в футболе.	1	0	1	12.03.2024	Практическая работа
51	Модуль «спортивные игры. Футбол. игровая деятельность по правилам с использованием разученных технических приёмов в передаче и в ведении мяча в футболе	1	0	1	14.03.2024	Практическая работа
52	Модуль «спортивные игры. Футбол. игровая деятельность по правилам с использованием разученных технических приёмов в передаче и в ведении мяча в футболе	1	0	1	19.03.2024	Практическая работа
53	Модуль «спортивные игры. Футбол. игровая деятельность по правилам с использованием разученных технических приёмов	1	0	1	21.03.2024	Практическая работа

54	Модуль «спортивные игры. Футбол. игровая деятельность по правилам с использованием разученных технических приёмов	1	0	1	02.04.2024	Практическая работа
55	Модуль «спортивные игры. Футбол. игровая деятельность по правилам с использованием разученных технических приёмов	1	0	1	04.04.2024	Практическая работа
56	Модуль «спортивные игры. Футбол. игровая деятельность по правилам с использованием разученных технических приёмов	1	0	1	09.04.2024	Практическая работа
57	Модуль «Лёгкая атлетика». Правила техники безопасности на уроках. Прыжковые упражнения: прыжки и многоскоки. Прыжковые упражнения: прыжок в длину с места. Прыжковые упражнения: прыжки и многоскоки. Прыжковые упражнения: прыжок в длину с места и с разбега. Бег на средние дистанции	1	0	1	11.04.2024	Практическая работа
58	Модуль «Лёгкая атлетика». Правила техники безопасности на уроках. Прыжковые упражнения: прыжки и многоскоки. Прыжковые упражнения: прыжок в длину с места. Прыжковые упражнения: прыжки и многоскоки. Прыжковые упражнения: прыжок в длину с места и с разбега. Бег на средние дистанции	1	0	1	16.04.2024	Практическая работа

59	Модуль «Лёгкая атлетика». Правила техники безопасности на уроках. Прыжковые упражнения: прыжки и многоскоки. Прыжковые упражнения: прыжок в длину с места. Прыжковые упражнения: прыжки и многоскоки. Прыжковые упражнения: прыжок в длину с места и с разбега. Бег на средние дистанции	1	0	1	18.04.2024	Практическая работа
60	Модуль «Лёгкая атлетика». Прыжковые упражнения: прыжки и многоскоки. Зачет. Прыжок в длину с места. Кросс.	1	0	1	23.04.2024	Практическая работа
61	Модуль «Лёгкая атлетика». Метание малого (теннисного) мяча на дальность.	1	0	1	25.04.2024	Практическая работа
62	Модуль «Лёгкая атлетика». Метание малого (теннисного) мяча на дальность.	1	0	1	30.04.2024	Практическая работа
63	Модуль «Лёгкая атлетика». Метание малого (теннисного) мяча на дальность.	1	0	1	02.05.2024	Практическая работа
64	Модуль «Лёгкая атлетика». Метание малого (теннисного) мяча на дальность. Зачет. Смешанное передвижение	1	0	1	07.05.2024	Практическая работа
65	Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической	1	0	1	14.05.2024	Практическая работа

	подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО					
66	Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО	1	0	1	16.05.2024	Практическая работа
67	Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО	1	0	1	21.05.2024	Практическая работа
68	Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО	1	0	1	23.05.2024	Практическая работа
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	68		