

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

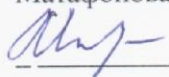
Министерство образования и науки Республики Бурятия

МАМО "Баунтовский эвенкийский район"

МАОУ «Багдаринская средняя общеобразовательная школа»

РАССМОТРЕНО
ШМО

Матафонова ЛФ

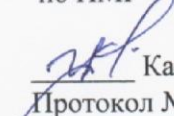


Протокол № 1

от 29.08.22

СОГЛАСОВАНО
заместитель директора

по НМР



Каошантин ИД
Протокол № 1

от 9.09.2022 г.

УТВЕРЖДЕНО
Директор



Очиров ДБ

Приказ №

от 9.09.2022 г.



**Рабочая программа
(ID 4742879)**

учебного предмета

«Физическая культура»

для 5 класса основного общего образования

на 2022 - 2023 учебный год

Составитель: Михайлов Андрей Владимирович

учитель физической культуры

Пояснительная записка

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

При создании рабочей программы учитывались потребности современного российского общества в физическом поколении, способном активно включаться в разнообразные формы здорового образа жизни, умеющем исполнять свои обязанности, способном к самоопределению, саморазвития и самоактуализации. В рабочей программе нашли свои отражения объективные условия социокультурного развития российского общества, условия деятельности образовательных организаций, возросшие требования методистов к совершенствованию содержания школьного образования, внедрению новых методик и технологий.

В своей социально-ценностной ориентации рабочая программа сохраняет исторически сложившееся предназначение в качестве средства подготовки учащихся к предстоящей жизнедеятельности, укрепления их здоровья, повышения возможностей систем организма, развития жизненно важных физических качеств. Программа обеспечивает реализацию рабочей программой начального среднего общего образования, предусматривает возможность активной подготовки учащихся к участию в «Президентских состязаниях» и «Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО».

ЦЕЛИ ИЗУЧЕНИЯ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА»

Общей целью школьного образования по физической культуре является формирование разносторонне физически подготовленного человека, способного использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации жизнедеятельности и организации активного отдыха. В рабочей программе для 5 класса данная цель конкретизируется и связывается с потребностями школьников в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических, психических и социальных качеств, эффективном использовании ценностей физической культуры в организации здорового образа жизни, регулярных занятиях спортом.

Развивающая направленность рабочей программы определяется вектором развития физических качеств и способностей учащихся, являющихся основой укрепления их здоровья, повышения надёжности и активности адаптивных систем организма. Данная ориентация является приобретением школьниками знаний и умений в организации самостоятельных физических занятий, прикладно-ориентированной физической культурой, возможностью познания своих физических способностей и их совершенствования.

Воспитывающее значение рабочей программы заключается в содействии активной социализации школьников, формирования уважительного отношения к традициям и значению мирового и российского олимпийского движения, приобщения к их культурным ценностям, использованию практических результатов данного направления входит формирование положительных навыков и умений в организации самостоятельных занятий физической культурой, организации совместной учебной и консультативной деятельности.

Центральной идеей конструирования учебного содержания и планируемых результатов образования в основной школе является формирование личности учащихся, обеспечение единства в развитии их физической, психической и социальной природы. Реализация этой идеи на основе содержания учебной дисциплины «Физическая культура», которое представляется двигательной деятельностью, направленной на получение информации (знания о физической культуре), операциональным (способы самостоятельной деятельности) и оценочным (физическое совершенствование).

В целях усиления мотивационной составляющей учебного предмета, придания ей личностно значимого содержания, программа представляется системой модулей, которые входят структурными компонентами в раздел «Физическое совершенствование».

Инвариантные модули включают в себя содержание базовых видов спорта: гимнастика, лёгкая атлетика, зимние виды спорта (на примере лыжной подготовки), спортивные игры, плавание. Данные модули в своём предметном содержании обеспечивают формирование физической подготовленности учащихся, освоение ими технических действий и физических упражнений, приобретение опыта.

Вариативные модули объединены в рабочей программе модулем «Спорт», содержание которого разработано на основе Примерных модульных программ по физической культуре для общеобразовательных организаций, реализующих программы среднего общего образования.

Российской Федерации. Основной содержательной направленностью вариативных модулей является подготовка к выполнению требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО, активное вовлечение их в соревнованиях.

Исходя из интересов учащихся, традиций конкретного региона или образовательной организации, модуль «Физическая культура на основе содержания базовой физической подготовки, национальных видов спорта» включается в настоящую рабочую программу в помощь учителям физической культуры в рамках данного модуля, предметной области «Физическая подготовка».

МЕСТО УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА «ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА» В УЧЕБНОМ ПЛАНЕ

В 5 классе на изучение предмета отводится 3 часа в неделю, суммарно 102 часа.

Вариативные модули (не менее 1 часа в неделю) могут быть реализованы во внеурочной деятельности, в том числе в форме занятий с организациями системы дополнительного образования детей.

При подготовке рабочей программы учитывались личностные и метапредметные результаты, зафиксированные в Федеральном государственном стандарте основного общего образования и в «Универсальном кодификаторе элементов содержания и требований к результатам освоения программы основного общего образования».

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

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

Физическая культура и здоровый образ жизни: характеристика основных форм занятий физической культурой; организация организации отдыха и досуга.

Исторические сведения об Олимпийских играх Древней Греции, характеристика их содержания и правил проведения; история Олимпийских игр древности.

Способы самостоятельной деятельности. Режим дня и его значение для учащихся школы, связь с умственной деятельностью; индивидуальный режим дня; определение основных индивидуальных видов деятельности, их временных характеристик и условий выполнения.

Физическое развитие человека, его показатели и способы измерения. Осанка как показатель физического развития; нарушения осанки в условиях учебной и бытовой деятельности. Способы измерения и оценивания осанки. Составление программы коррекционной направленности и правил их самостоятельного проведения.

Проведение самостоятельных занятий физическими упражнениями на открытых площадках и в домашних условиях; организация занятий в одежде и обуви; предупреждение травматизма.

Оценивание состояния организма в покое и после физической нагрузки в процессе самостоятельных занятий физическими упражнениями.

Составление дневника физической культуры.

Физическое совершенствование. Физкультурно-оздоровительная деятельность. Роль и значение физической культуры в здоровом образе жизни современного человека. Упражнения утренней зарядки и физкультминуток, дыхательных упражнений; закаливающие процедуры после занятий утренней зарядкой. Упражнения на развитие гибкости, координации; формирование телосложения с использованием внешних отягощений.

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

Модуль «Гимнастика». Кувырки вперед и назад в группировке; кувырки вперед ноги «скрестно»; кувырки назад; опорные прыжки через гимнастического козла ноги врозь (мальчики); опорные прыжки на гимнастическом козле (девочки).

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

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

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

Модуль «Зимние виды спорта». Передвижение на лыжах попеременным двухшажным ходом; повороты на лыжах по учебной дистанции; подъём по пологому склону способом «лесенка» и спуск в основной стойке; преодоление препятствия 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; 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 действия с мячом.

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

Совершенствование техники ранее разученных гимнастических и акробатических упражнений, упражнений с гимнастическими действиями спортивных игр.

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

ПЛАНИРУЕМЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

Готовность проявлять интерес к истории и развитию физической культуры и спорта в Российской Федерации и олимпийскому движению;

готовность отстаивать символы Российской Федерации во время спортивных соревнований, уважать традиции и олимпийского движения;

готовность ориентироваться на моральные ценности и нормы межличностного взаимодействия при организации совместных занятий физической культурой и спортом, оздоровительных мероприятий в условиях активного отдыха;

готовность оценивать своё поведение и поступки во время проведения совместных занятий физической культурой и спортом в соревнованиях;

готовность оказывать первую медицинскую помощь при травмах и ушибах, соблюдать правила техники безопасности при занятиях физической культурой и спортом;

стремление к физическому совершенствованию, формированию культуры движения и телосложения, самовыражению

готовность организовывать и проводить занятия физической культурой и спортом на основе научных предположений о развитии и физической подготовленности с учётом самостоятельных наблюдений за изменением их показателей

осознание здоровья как базовой ценности человека, признание объективной необходимости в его укреплении занятий физической культурой и спортом;

осознание необходимости ведения здорового образа жизни как средства профилактики пагубного влияния психического и социального здоровья человека;

способность адаптироваться к стрессовым ситуациям, осуществлять профилактические мероприятия по активному восстановлению организма после значительных умственных и физических нагрузок;

готовность соблюдать правила безопасности во время занятий физической культурой и спортом, проводить 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 вред окружающей среде;

освоение опыта взаимодействия со сверстниками, форм общения и поведения при выполнении учебных заданий и соревновательной деятельности;

повышение компетентности в организации самостоятельных занятий физической культурой, планировании зависимости от индивидуальных интересов и потребностей;

формирование представлений об основных понятиях и терминах физического воспитания и спортивной тренировки 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;

осмысливать Олимпийскую хартию как основополагающий документ современного олимпийского движения направленности;

анализировать влияние занятий физической культурой и спортом на воспитание положительных качеств профилактики вредных привычек;

характеризовать туристские походы как форму активного отдыха, выявлять их целевое предназначение, 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, составлять комплексы упражнений по профилактике и коррекции выявляемых нарушений;

устанавливать причинно-следственную связь между уровнем развития физических качеств, состоянием здоровья и функционированием основных систем организма;

устанавливать причинно-следственную связь между качеством владения техникой физического упражнения и количеством ошибок во время самостоятельных занятий физической культурой и спортом;

устанавливать причинно-следственную связь между подготовкой мест занятий на открытых площадках и правилами безопасности;

Универсальные коммуникативные действия:

выбирать, анализировать и систематизировать информацию из разных источников об образцах техники выполнения планирования самостоятельных занятий физической и технической подготовкой;

вести наблюдения за развитием физических качеств, сравнивать их показатели с данными возрастно-половой основе определённых правил и регулировать нагрузку по частоте пульса и внешним признакам утомления;

описывать и анализировать технику разучиваемого упражнения, выделять фазы и элементы движений, планировать последовательность решения задач обучения; оценивать эффективность обучения посредством ср

наблюдать, анализировать и контролировать технику выполнения физических упражнений другими учащим выявлять ошибки и предлагать способы их устранения;

изучать и коллективно обсуждать технику «иллюстративного образца» разучиваемого упражнения, рассма анализировать возможные причины их появления, выяснять способы их устранения.

Универсальные учебные регулятивные действия:

составлять и выполнять индивидуальные комплексы физических упражнений с разной функциональной на воздействия на состояние организма, развитие его резервных возможностей с помощью процедур контроля и ф

составлять и выполнять акробатические и гимнастические комплексы упражнений, самостоятельно разучива на спортивных снарядах;

активно взаимодействовать в условиях учебной и игровой деятельности, ориентироваться на указания уч конфликтных и нестандартных ситуаций, признавать своё право и право других на ошибку, право на её совме

разучивать и выполнять технические действия в игровых видах спорта, активно взаимодействуют при совм нападении, терпимо относится к ошибкам игроков своей команды и команды соперников;

организовывать оказание первой помощи при травмах и ушибах во время самостоятельных занятий физическо и приёмы помощи в зависимости от характера и признаков полученной травмы.

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

К концу обучения в 5 классе обучающийся научится:

выполнять требования безопасности на уроках физической культуры, на самостоятельных занятиях физичес отдыха и досуга;

проводить измерение индивидуальной осанки и сравнивать её показатели со стандартами, составлять профилактике её нарушения, планировать их выполнение в режиме дня;

составлять дневник физической культуры и вести в нём наблюдение за показателями физического развития и содержание и регулярность проведения самостоятельных занятий;

осуществлять профилактику утомления во время учебной деятельности, выполнять комплексы упражнений ф гимнастики;

выполнять комплексы упражнений оздоровительной физической культуры на развитие гибкости, координации

выполнять опорный прыжок с разбега способом «ноги врозь» (мальчики) и способом «напрыгивания с послед

выполнять упражнения в висах и упорах на низкой гимнастической перекладине (мальчики); в передвижен 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 сверху);

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);

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

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Дата изучения	Виды деятельности	Виды, формы контроля	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		всего	контрольные работы	практические работы				
Раздел 1. ЗНАНИЯ О ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ								
1.1.	Знакомство с программным материалом и требованиями к его освоению	1	0	1		обсуждают задачи и содержание занятий физической культурой на предстоящий учебный год;;	Устный опрос; Объяснение.;	http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru/
1.2.	Знакомство с системой дополнительного обучения физической культуре и организацией спортивной работы в школе	1	0	1		интересуются работой спортивных секций и их расписанием;;	Объяснение;	http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru/
1.3.	Знакомство с понятием «здоровый образ жизни» и значением здорового образа жизни в жизнедеятельности современного человека	1	0	1		приводят примеры содержательного наполнения форм занятий физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной направленности;; Знакомство с понятием «здоровый образ жизни» и значением здорового образа жизни в жизнедеятельности современного человека;	Объяснение.;	http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru/
1.4.	Знакомство с историей древних Олимпийских игр	1	0	1		характеризуют Олимпийские игры как яркое культурное событие Древнего мира; излагают версию их появления и причины завершения;;	Беседа.;	http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru/
Итого по разделу		4						
Раздел 2. СПОСОБЫ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ								
2.1.	Режим дня и его значение для современного школьника	1	0	1		составляют индивидуальный режим дня и оформляют его в виде таблицы.;	Беседа;	http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru/
2.2.	Самостоятельное составление индивидуального режима дня	1	0	1		составляют индивидуальный режим дня и оформляют его в виде таблицы.;	Практическая работа;	http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru/
2.3.	Физическое развитие человека и факторы, влияющие на его показатели	1	0	1		знакомятся с понятием «физическое развитие» в значении «процесс взросления организма под влиянием наследственных программ»;;	Практическая работа;	http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru/
2.4.	Осанка как показатель физического развития и здоровья школьника	1	0	1		знакомятся с понятиями «правильная осанка» и «неправильная осанка», видами осанки и возможными причинами нарушения;;	Практическая работа;	http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru/
2.5.	Измерение индивидуальных показателей физического развития	1	0	1		выявляют соответствие текущих индивидуальных показателей стандартным показателям с помощью стандартных таблиц;;	Практическая работа;	http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru/

2.6.	Упражнения для профилактики нарушения осанки	1	0	1		устанавливают причинно-следственную связь между нарушением осанки и состоянием здоровья (защемление нервов, смещение внутренних органов, нарушение кровообращения).;	Практическая работа; Практическое занятие;	http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru/
2.7.	Организация и проведение самостоятельных занятий	1	0	1		рассматривают возможные виды самостоятельных занятий на открытых площадках и в домашних условиях, приводят примеры их целевого предназначения (оздоровительные мероприятия в режиме дня, спортивные игры и развлечения с использованием физических упражнений и др.);;	Практическая работа; Практическое занятие;	http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru/
2.8.	Процедура определения состояния организма с помощью одномоментной функциональной пробы	1	0	1		разучивают способ проведения одномоментной пробы в состоянии относительного покоя, определяют состояние организма по определённой формуле;	Практическая работа; Практическое занятие;	http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru/
2.9.	Исследование влияния оздоровительных форм занятий физической культурой на работу сердца	1	0	1		проводят анализ нагрузок самостоятельных занятий и делают вывод о различии их воздействий на организм.;	Практическая работа; Практическое занятие;	http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru/
2.10	Ведение дневника физической культуры	1	0	1		составляют дневник физической культуры;	Тестирование;	http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru/
Итого по разделу		10						
Раздел 3. ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ								
3.1.	Знакомство с понятием «физкультурно-оздоровительная деятельность»	1	0	1		знакомятся с понятием «физкультурно-оздоровительная деятельность», ролью и значением физкультурно-оздоровительной деятельности в здоровом образе жизни современного человека.;	Практическая работа; Практическое занятие;	http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru/
3.2.	Упражнения утренней зарядки	1	0	1		отбирают и составляют комплексы упражнений утренней зарядки и физкультминуток для занятий в домашних условиях без предметов, с гимнастической палкой и гантелями, с использованием стула.;	Практическая работа; Практическое занятие;	http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru/
3.3.	Упражнения дыхательной и зрительной гимнастики	1	0	1		разучивают упражнения дыхательной и зрительной гимнастики для профилактики утомления во время учебных занятий.;	Практическая работа; Практическое занятие;	http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru/
3.4.	Водные процедуры после утренней зарядки	1	0	1		закрепляют и совершенствуют навыки проведения закаляющей процедуры способом обливания.;	Практическая работа; Практическое занятие;	http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru/
3.5.	Упражнения на развитие гибкости	1	0	1		разучивают упражнения на подвижность суставов, выполняют их из разных исходных положений, с одноимёнными и разноимёнными движениями рук и ног, вращением туловища с большой амплитудой.;	Практическая работа; Практическое занятие;	http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru/

3.6.	Упражнения на развитие координации	1	0	1		записывают в дневник физической культуры комплекс упражнений для занятий на развитие координации и разучивают его;;	Практическая работа; Практическое занятие;;	http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru/
3.7.	Упражнения на формирование телосложения	1	0	1		разучивают упражнения в равновесии, точности движений, жонглировании малым (теннисным) мячом;;	Практическая работа; Практическое занятие;;	http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru/
3.8.	Модуль «Гимнастика». Знакомство с понятием «спортивно-оздоровительная деятельность»	1	0	1		знакомятся с понятием «спортивно-оздоровительная деятельность», ролью и значением спортивно-оздоровительной деятельности в здоровом образе жизни современного человека.;	Беседа;	http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru/
3.9.	Модуль «Гимнастика». Кувырок вперёд в группировке	1	0	1		рассматривают, обсуждают и анализируют иллюстративный образец техники выполнения кувырка вперёд в группировке;;	Практическая работа; Практическое занятие;;	http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru/
3.10.	Модуль «Гимнастика». Кувырок назад в группировке	1	1	0		рассматривают, обсуждают и анализируют иллюстративный образец техники выполнения кувырка назад в группировке;;	Контрольная работа; Контрольное занятие;	http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru/
3.11.	Модуль «Гимнастика». Кувырок вперёд ноги «скрестно»	1	1	0		рассматривают, обсуждают и анализируют иллюстративный образец техники выполнения кувырка вперёд, ноги «скрестно»;;	Контрольная работа; Контрольное занятие;	http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru/
3.12.	Модуль «Гимнастика». Кувырок назад из стойки на лопатках	1	1	0		описывают технику выполнения кувырка из стойки на лопатках по фазам движения;;	Контрольная работа; Контрольное занятие;	http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru/
3.13.	Модуль «Гимнастика». Опорный прыжок на гимнастического козла	1	1	0		определяют задачи и последовательность самостоятельного обучения технике опорного прыжка;;	Контрольная работа; Контрольное занятие;	http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru/
3.14.	Модуль «Гимнастика». Гимнастическая комбинация на низком гимнастическом бревне	2	1	1		Разучивают гимнастические комбинации на гимнастическом бревне.;	Практическая работа; Практическое занятие;;	http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru/
3.15.	Модуль «Гимнастика». Лазанье и перелезание на гимнастической стенке	2	1	1		закрепляют и совершенствуют технику лазанья по гимнастической стенке разноимённым способом, передвижение приставным шагом;;	Практическая работа; Практическое занятие;;	http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru/
3.16.	Модуль «Гимнастика». Расхождение на гимнастической скамейке в парах	2	1	1		разучивают технику расхождения правым и левым боком при передвижении на полу и на гимнастической скамейке (обучение в парах);;	Практическая работа; Практическое занятие;;	http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru/

3.17.	Модуль «Лёгкая атлетика». Бег с равномерной скоростью на длинные дистанции	1	0	1		закрепляют и совершенствуют технику высокого старта;	Контрольная работа; Практическое занятие;	http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru/
3.18.	Модуль «Лёгкая атлетика». Знакомство с рекомендациями по технике безопасности во время выполнения беговых упражнений на самостоятельных занятиях лёгкой атлетикой	1	0	1		знакомятся с рекомендациями по технике безопасности во время выполнения беговых упражнений на самостоятельных занятиях лёгкой атлетикой;	Практическое занятие;	http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru/
3.19.	Модуль «Лёгкая атлетика». Бег с максимальной скоростью на короткие дистанции	2	1	1		разучивают бег с максимальной скоростью с высокого старта по учебной дистанции в 60 м.;	Практическое занятие;	http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru/
3.20.	Модуль «Лёгкая атлетика». Прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги»	1	0	1		закрепляют и совершенствуют технику прыжка в длину с разбега способом «согнув ноги»;	Практическое занятие;	http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru/
3.21.	Модуль «Лёгкая атлетика». Знакомство с рекомендациями учителя по технике безопасности на занятиях прыжками и со способами их использования для развития скоростно-силовых способностей	1	0	1		знакомятся с рекомендациями учителя по технике безопасности на занятиях прыжками и со способами их использования для развития скоростно-силовых способностей;	Практическое занятие;	http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru/
3.22.	Модуль «Лёгкая атлетика». Метание малого мяча в неподвижную мишень	2	1	1		разучивают технику метания малого мяча в неподвижную мишень по фазам движения и в полной координации.;	Контрольное занятие;	http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru/
3.23.	Модуль «Лёгкая атлетика». Знакомство с рекомендациями по технике безопасности при выполнении упражнений в метании малого мяча и со способами их использования для развития точности движения	1	0	1		знакомятся с рекомендациями по технике безопасности при выполнении упражнений в метании малого мяча и со способами их использования для развития точности движения;	Беседа;	http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru/
3.24.	Модуль «Лёгкая атлетика». Метание малого мяча на дальность	2	1	1		разучивают технику метания малого мяча на дальность с трёх шагов разбега, с помощью подводящих и имитационных упражнений;;	Практическое занятие; контрольное занятие;	http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru/
3.25.	Модуль «Зимние виды спорта». Передвижение на лыжах попеременным двухшажным ходом	2	1	1		закрепляют и совершенствуют технику передвижения на лыжах попеременным двухшажным ходом;;	Практическое занятие; контрольное занятие;;	http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru/
3.26.	Модуль «Зимние виды спорта». Знакомство с рекомендациями учителя по технике безопасности на занятиях лыжной подготовкой; способами использования упражнений в передвижении на лыжах для развития выносливости	1	0	1		знакомятся с рекомендациями учителя по технике безопасности на занятиях лыжной подготовкой; способами использования упражнений в передвижении на лыжах для развития выносливости».;	Практическое занятие;	http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru/
3.27.	Модуль «Зимние виды спорта». Повороты на лыжах способом переступания	2	1	1		разучивают технику переступания шагом на лыжах правым и левым боком по ровной поверхности и по небольшому пологому склону;;	Практическое занятие;	http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru/
3.28.	Модуль «Зимние виды спорта». Подъём в гору на лыжах способом «лесенка»	1	0	1		разучивают технику подъёма на лыжах способом «лесенка» на небольшую гору;;	Практическое занятие;	http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru/
3.29.	Модуль «Зимние виды спорта». Спуск на лыжах с пологого склона	2	1	1		закрепляют и совершенствуют технику спуска на лыжах с пологого склона в основной стойке;;	Практическое занятие;	http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru/

3.42.	Модуль «Спортивные игры. Футбол». Ведение футбольного мяча	1	0	1		рассматривают, обсуждают и анализируют иллюстративный образец техники ведения футбольного мяча «по прямой», «по кругу», «змейкой», выделяют отличительные элементы в технике такого ведения, делают выводы;;	Практическое задание;	http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru/
3.43.	Модуль «Спортивные игры. Футбол». Обводка мячом ориентиров	1	0	1		рассматривают, обсуждают и анализируют образец техники учителя, определяют отличительные признаки в технике ведения мяча «змейкой» и техники обводки учебных конусов, делают выводы;;	Практическое задание;	http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru/
Итого по разделу		58						
Раздел 4. СПОРТ								
4.1.	Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО	30	10	20		демонстрируют приросты в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО;	Практическое задание; Контрольное задание;	http://www.fizkulturavshkole.ru/ http://fizkultura-na5.ru/
Итого по разделу		30						
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		102	29	73				

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

№ п/п	Темаурока	Количество часов			Дата изучения	Виды, формы контроля
		всего	контрольные работы	практические работы		
1.	Знакомство с программным материалом и требованиями к его освоению	1	0	1		Устный опрос; Объяснение
2.	Знакомство с системой дополнительного обучения физической культуре и организацией спортивной работы в школе	1	0	1		Объяснение
3.	Знакомство с понятием «здоровый образ жизни» и значением здорового образа жизни в жизнедеятельности современного человека	1	0	1		Объяснение
4.	Знакомство с историей древних Олимпийских игр	1	0	1		Беседа
5.	Режим дня и его значение для современного школьника	1	0	1		Беседа
6.	Самостоятельное составление индивидуального режима дня	1	0	1		Практическая работа
7.	Физическое развитие человека и факторы, влияющие на его показатели	1	0	1		Практическая работа
8.	Осанка как показатель физического развития и здоровья школьника	1	0	1		Практическая работа
9.	Измерение индивидуальных показателей физического развития	1	0	1		Практическая работа
10.	Упражнения для профилактики нарушения осанки	1	0	1		Практическая работа

11.	Организация и проведение самостоятельных занятий	1	0	1		Практическая работа
12.	Процедура определения состояния организма с помощью одномоментной функциональной пробы	1	0	1		Практическая работа
13.	Исследование влияния оздоровительных форм занятий физической культурой на работу сердца	1	0	1		Практическая работа
14.	Ведение дневника физической культуры	1	0	1		Тестирование
15.	Знакомство с понятием «физкультурно-оздоровительная деятельность»	1	0	1		Практическая работа
16.	Упражнения утренней зарядки	1	0	1		Практическая работа
17.	Упражнения дыхательной и зрительной гимнастики	1	0	1		Практическая работа
18.	Водные процедуры после утренней зарядки	1	0	1		Практическая работа
19.	Упражнения на развитие гибкости	1	0	1		Практическая работа
20.	Упражнения на развитие координации	1	0	1		Практическая работа

21.	Упражнения на формирование сложенности	1	0	1		Практическая работа
22.	Модуль «Гимнастика». Знакомство с понятием «спортивно-оздоровительная деятельность»	1	0	1		Беседа
23.	Модуль «Гимнастика». Кувырок вперёд в группировке	1	0	1		Практическая работа
24.	Модуль «Гимнастика». Кувырок назад в группировке	1	1	0		Контрольная работа
25.	Модуль «Гимнастика». Кувырок вперёд ноги «скрестно»	1	1	0		Контрольная работа
26.	Модуль «Гимнастика». Кувырок назад из стойки на лопатках	1	1	0		Контрольная работа
27.	Модуль «Гимнастика». Опорный прыжок на гимнастического козла	1	1	0		Контрольная работа
28.	Модуль «Гимнастика». Гимнастическая комбинация на низком гимнастическом бревне	1	1	0		Контрольная работа
29.	Модуль «Гимнастика». Гимнастическая комбинация на низком гимнастическом бревне	1	0	1		Практическая работа
30.	Модуль «Гимнастика». Лазанье и перелезание на гимнастической стенке	1	1	0		Контрольная работа

31.	Модуль «Гимнастика». Лазанье и перелезание на гимнастической стенке	1	0	1		Практическая работа
32.	Модуль «Гимнастика». Расхождение на гимнастической скамейке в парах	1	0	1		Практическая работа
33.	Модуль «Гимнастика». Расхождение на гимнастической скамейке в парах	1	1	0		Контрольная работа
34.	Модуль «Лёгкая атлетика». Бег с равномерной скоростью на длинные дистанции	1	0	1		Практическое занятие
35.	Модуль «Лёгкая атлетика». Знакомство с рекомендациями по технике безопасности во время выполнения беговых упражнений на самостоятельных занятиях лёгкой атлетикой	1	0	1		Практическое занятие
36.	Модуль «Лёгкая атлетика». Бег с максимальной скоростью на короткие дистанции	1	0	1		Контрольное занятие
37.	Модуль «Лёгкая атлетика». Бег с максимальной скоростью на короткие дистанции	1	1	0		Практическое занятие
38.	Модуль «Лёгкая атлетика». Прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги»	1	0	1		Практическое занятие
39.	Модуль «Лёгкая атлетика». Знакомство с рекомендациями учителя по технике безопасности на занятиях прыжками и способами их использования для развития скоростно-силовых способностей	1	0	1		Практическое занятие

40.	Модуль «Лёгкая атлетика». Метание малого мяча в неподвижную мишень	1	0	1		Практическое занятие
41.	Модуль «Лёгкая атлетика». Метание малого мяча в неподвижную мишень	1	1	0		Контрольное занятие
42.	Модуль «Лёгкая атлетика». Знакомство с рекомендациями по технике безопасности при выполнении упражнений в метании малого мяча и со способами их использования для развития точности движения	1	0	1		Беседа
43.	Модуль «Лёгкая атлетика». Метание малого мяча на дальность	1	0	1		Практическое занятие
44.	Модуль «Лёгкая атлетика». Метание малого мяча на дальность	1	1	0		Контрольное занятие
45.	Модуль «Зимние виды спорта». Передвижение на лыжах попеременным двухшажным ходом	1	0	1		Практическое занятие
46.	Модуль «Зимние виды спорта». Передвижение на лыжах попеременным двухшажным ходом	1	1	0		Контрольное занятие
47.	Модуль «Зимние виды спорта». Знакомство с рекомендациями учителя по технике безопасности на занятиях лыжной подготовкой; способами использования упражнений в передвижении на лыжах для развития выносливости	1	0	1		Практическое занятие
48.	Модуль «Зимние виды спорта». Повороты на лыжах способом переступания	1	0	1		Практическое занятие

49.	Модуль «Зимние виды спорта». Повороты на лыжах способом переступания	1	1	0		Контрольное занятие
50.	Модуль «Зимние виды спорта». Подъём в горку на лыжах способом «лесенка»	1	0	1		Практическое занятие
51.	Модуль «Зимние виды спорта». Спуск на лыжах с пологого склона	1	0	1		Практическое занятие
52.	Модуль «Зимние виды спорта». Спуск на лыжах с пологого склона	1	1	0		Контрольное занятие
53.	Модуль «Зимние виды спорта». Преодоление небольших препятствий при спуске с пологого склона	1	0	1		Практическое занятие
54.	Модуль «Спортивные игры. Баскетбол». Передача баскетбольного мяча двумя руками от груди	1	0	1		Практическое занятие
55.	Модуль «Спортивные игры. Баскетбол». Передача баскетбольного мяча двумя руками от груди	1	1	0		Контрольное занятие
56.	Модуль «Спортивные игры. Баскетбол». Знакомство с рекомендациями учителя по использованию подготовительных и подводящих упражнений для освоения технических действий игры баскетбол	1	0	1		Практическое занятие
57.	Модуль «Спортивные игры. Баскетбол». Ведение баскетбольного мяча	1	0	1		Практическое занятие
58.	Модуль «Спортивные игры. Баскетбол». Ведение баскетбольного мяча	1	1	0		Контрольное занятие
59.	Модуль «Спортивные игры. Баскетбол». Бросок баскетбольного мяча в корзину двумя руками от груди с места	1	0	1		Практическое занятие

60.	Модуль «Спортивные игры. Волейбол». Прямая нижняя подача мяча в волейболе	1	0	1		Практическое занятие
61.	Модуль «Спортивные игры. Волейбол». Прямая нижняя подача мяча в волейболе	1	1	0		Контрольное занятие
62.	Модуль «Спортивные игры. Волейбол». Знакомство с рекомендациями учителя по использованию подготовительных и подводящих упражнений для освоения технических действий игры волейбол	1	0	1		Беседа
63.	Модуль «Спортивные игры. Волейбол». Приём и передача волейбольного мяча двумя руками снизу	1	0	1		Практическое занятие
64.	Модуль «Спортивные игры. Волейбол». Приём и передача волейбольного мяча двумя руками снизу	1	1	0		Контрольное занятие
65.	Модуль «Спортивные игры. Волейбол». Приём и передача волейбольного мяча двумя руками сверху	1	0	1		Практическое занятие
66.	Модуль «Спортивные игры. Футбол». Удар по неподвижному мячу	1	0	1		Практическое занятие
67.	Модуль «Спортивные игры. Футбол». Удар по неподвижному мячу	1	1	0		Контрольное занятие
68.	Модуль «Спортивные игры. Футбол». Знакомство с рекомендациями учителя по использованию подготовительных и подводящих упражнений для освоения технических действий игры футбол	1	0	1		Беседа

69.	Модуль «Спортивные игры. Футбол». Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы	1	0	1		Практическое занятие
70.	Модуль «Спортивные игры. Футбол». Остановка катящегося мяча внутренней стороной стопы	1	1	0		Контрольное занятие
71.	Модуль «Спортивные игры. Футбол». Ведение футбольного мяча	1	0	1		Практическое занятие
72.	Модуль «Спортивные игры. Футбол». Обводка мячом ориентиров	1	0	1		Практическое занятие
73.	Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО	1	0	1		Практическое занятие
74.	Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО	1	0	1		Практическое занятие
75.	Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО	1	0	1		Практическое занятие
76.	Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО	1	0	1		Практическое занятие

77.	Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО	1	0	1		Практическое анятие
78.	Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО	1	0	1		Практическое анятие
79.	Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО	1	0	1		Практическое анятие
80.	Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО	1	0	1		Практическое анятие
81.	Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО	1	0	1		Практическое анятие
82.	Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО	1	0	1		Практическое анятие

83.	Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО	1	0	1		Практическое анятие
84.	Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО	1	0	1		Практическое анятие
85.	Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО	1	0	1		Практическое анятие
86.	Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО	1	0	1		Практическое анятие
87.	Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО	1	0	1		Практическое анятие
88.	Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО	1	0	1		Практическое анятие

89.	Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО	1	0	1		Практическое занятие
90.	Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО	1	0	1		Практическое занятие
91.	Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО	1	0	1		Практическое занятие
92.	Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО	1	0	1		Практическое занятие
93.	Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО	1	1	0		Контрольное занятие
94.	Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО	1	1	0		Контрольное занятие

95.	Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО	1	1	0		Контрольное занятие
96.	Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО	1	1	0		Контрольное занятие
97.	Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО	1	1	0		Контрольное занятие
98.	Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО	1	1	0		Контрольное занятие
99.	Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и нормативных требований комплекса ГТО	1	1	0		Контрольное занятие
100.	100. Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и	1	1	0		Контрольное занятие

101.	101. Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и	1	1	0		Контрольное занятие
102.	102. Физическая подготовка: освоение содержания программы, демонстрация приростов в показателях физической подготовленности и	1	1	0		Контрольное занятие
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		102	29	73		

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА

Физическая культура, 5 класс/Матвеев А.П., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»;
Введите свой вариант:

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

Печатные пособия

1. Таблицы по стандартам физического развития и физической подготовленности, и ВФСК ГТО.
2. Учебно – методические фильмы по методике обучения двигательным действиям.

Список литературы

Программно-нормативные документы

1. Федеральный государственный образовательный стандарт основного общего образования /М-во образования и науки России. Федерации – М.: Просвещение, 2011.
2. Примерная основная образовательная программа образовательного учреждения. Основная школа. - М.: Просвещение, 2011.
3. Лях В.И. Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников Виленского М.Я., Ляха В.И. 5-9 классы. Пособие для учителей общеобразовательных учреждений. - М: Просвещение , 2013.

Учебники и справочные издания

1. Виленский М.А., Туревский И.М., Торочкова Т.Ю., Соколкина В.А., Баландин Г.А., Назарова Н.Н., Казакова Т.Н., Алёшина Н.С., Гребенщикова З.В., Крайнов А.Н.. Физическая культура 5 – 6 – 7 классы. Учебник для общеобразовательных учреждений / под редакцией М.Я. Виленского. - М.: Просвещение, 2012.
2. Коваленко М.И., Пекшева А.Г. Справочник учителя 1-11 классов. - Ростов н/Д: Феникс, 2004.
3. Лях В. И. Физическая культура: 8–9 кл.: учеб. для общеобразоват. учреждений / В. И. Лях, А. А. Зданевич; под общ. ред. В. И. Ляха. — М.: Просвещение, 2009.
4. Матвеев Л.П. Теория и методика физической культуры: . – М.: Физкультура и спорт, 2014. 5. Настольная книга учителя физической культуры: Справ. – метод. пособие / Сост. Б.И. Мишин. – М.:«Издательство АСТ; ООО «Издательство Астрель», 2003.

Методические пособия

5. Бершадский М. Е. Дидактические и психологические основания образовательной технологии / М. Е. Бершадский, В. В. Гузеев. — М.: Центр «Педагогический поиск», 2003.
6. Виленский М.А., Чичикин В.Т., Торочкова Т.Ю. Физическая культура. 5-6-7 классы. Методические рекомендации. - М.: Просвещение, 2012.
7. Залетаев И. П. Анализ проведения и планирования уроков физической культуры / И. П. Залетаев, В. А. Муравьев. — М.: Физкультура и спорт, 2005.
8. Киселёв П. А. Меры безопасности на уроках физической культуры / П. А. Киселёв. — Волгоград: Экстремум, 2004.
9. Кулагина И. Ю. Возрастная психология: учеб. пособие / И. Ю. Кулагина, В. Н. Колюцкий. — М.: Сфера, 2001.
10. Маркова А. К. Мотивация учения и её воспитание у школьников / А. К. Маркова, А. Б. Орлов, Л. М. Фридман. — М.: Педагогика, 1983.
11. Мейксон Г. Б. Оценка техники движений на уроках физической культуры / Г. Б. Мейксон, Г. П. Богданов. — М.: Просвещение, 1975.

12. Морева Н. А. Технологии профессионального образования / Н. А. Морева. — М.: Академия, 2005.
13. Смирнова Л. А. Общеразвивающие упражнения для младших школьников / Л. А. Смирнова. — М.: Владос, 2002.
14. Тер-Ованесян А. А. Педагогические основы физического воспитания / А. А. Тер-Ованесян. — М.: Физкультура и спорт, 1978.
15. Холодов Ж.К., Кузнецов В.С. Теория и методика физического воспитания и спорта: Учеб. пособие для студентов высших учеб заведений. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: Издательский дом «Академия», 2001.
16. Чичикин В. Т. Конспект урока по физической культуре / В. Т. Чичикин. — Горький: ГГПИ, 1983.
17. Чичикин В. Т. Методика разработки учебных задач / В. Т. Чичикин. — Горький: ГГПИ, 1984.
18. Чичикин В. Т. Социальная регуляция профессиональной готовности преподавателя физической культуры / В. Т. Чичикин. — Н. Новгород: Китеж, 1998.
19. Чичикин В. Т. Контроль эффективности физического воспитания учащихся в образовательных учреждениях / В.Т. Чичикин. — Н. Новгород: НГЦ, 2001.
20. Чичикин В. Т. Проектирование учебного процесса по физической культуре в общеобразовательном учреждении / В.Т. Чичикин, П.В. Игнатъев. — Н. Новгород: НГЦ, 2005.
21. Чичикин В. Т. Регуляция физкультурно-оздоровительной деятельности в образовательном учреждении / В.Т. Чичикин, П.В. Игнатъев, Е.Е. Конюхов. — Н. Новгород: НГЦ, 2007.

ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

<http://www.fizkulturavshkole.ru/>

<http://fizkultura-na5.ru/>

МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА

УЧЕБНОЕ ОБОРУДОВАНИЕ

Материально – техническое обеспечение учебного процесса:№

п/п Материально – техническое обеспечение Кол-во

1 Мячи для метания 3

2 Гранаты учебные (500, 700 гр.) 3

3 Ядро 1

4 Гиря (16 кг) 1

5 Скамейки гимнастическая 1

6 Набор гимнастических матов 1

7 Гимнастический козел 1

8 Гимнастический конь 1

9 Канат для перетягивания 1

10 Скакалки 10

11 Мостик гимнастический подкидной 1

12 Щит баскетбольный игровой 2

13 Кольца баскетбольные 2

14 Волейбольные стойки 2

15 Волейбольная сетка 2

- 16 Мячи волейбольные 2
- 17 Ворота для минифутбола 2
- 18 Мячи футбольные 2
- 19 Теннисные столы 2
- 20 Ракетки для настольного тенниса 6
- 21 Лыжи беговые 8 пар
- 22 Крепления жесткие 8 пар
- 23 Палки лыжные
8 пар
- 24 Штанга тренировочная 1
- 25 Секундомер электронный 1
- 26 Рулетки 2
- 27 Игровое поле для футбола (мини-футбола) 1
- 28 Игровое поле для баскетбола (стритбола) 1
- 29 Игровое поле для волейбола 1

