

Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
«Берёзовологская основная общеобразовательная школа»

«Рассмотрено»
на методическом совете
МБОУ «Берёзовологская
ООШ»
протокол №1
от «28» 08 2021г.

«Согласовано»
Leof /Леонова А.А.
зам. директора
по УВР
«28» 08 2021г.

«Утверждаю»
Николаева Н.В.
директор МБОУ
«Берёзовологская ООШ»
Приказ №01-12-168
«31» августа 2021г.



**Рабочая программа
по физической культуре
для 5-9 классов
на 522 часа**

Программу составила
Лопатина Юлия Ивановна,
учитель физической культуры

д. Берёзовый Лог
2021 г.

Пояснительная записка

Рабочая программа по физической культуре составлена на основе:

- Федерального государственного стандарта основного общего образования, утверждённого приказом Министерства образования и науки РФ от 17.12.2010г. № 1897;
- Примерных программ по учебным предметам. Физическая культура. 5-9 классы. Основная школа. М, Просвещение 2011;
- Программы «Физическая культура, 5-9 кл., Лях В.И., Зданевич А.А., Просвещение, 2011г.

Изменения в рабочей программе есть: 3 час физической культуры направлен на занятия шахматами, исходя из этого в рабочих программах составлено 2 календарно - тематических планирования.

Целью школьного физического воспитания является формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха.

Образовательный процесс учебного предмета «Физическая культура» направлен на решение следующих задач:

- содействовать гармоничному физическому развитию, закреплять навыки правильной осанки, развивать устойчивость организма к неблагоприятным условиям внешней среды, воспитывать ценностные ориентации на здоровый образ жизни и привычки соблюдения личной гигиены;
- обучать основам базовых видов двигательных действий;
- формировать основы знаний о личной гигиене, о влиянии занятий физическими упражнениями на основные системы организма, развитие волевых и нравственных качеств;
- вырабатывать представления о физической культуре личности и приемах самоконтроля;
- углублять представления об основных видах спорта, соревнованиях, снарядах и инвентаре, соблюдение правил техники безопасности во время занятий, оказание первой помощи при травмах;
- воспитывать привычки к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, избранными видами спорта в свободное время;
- вырабатывать организаторские навыки проведения занятий в качестве командира отделения, капитана команды, судьи;
- формировать адекватную оценку собственных физических возможностей;
- воспитывать инициативность, самостоятельность, взаимопомощь, дисциплинированность, чувство ответственности;
- содействовать развитию психических процессов и обучение основам психической саморегуляции.

Программный материал усложняется по разделам каждый год за счет увеличения сложности элементов на базе ранее пройденных. Для прохождения теоретических сведений можно выделять время как в процессе уроков, так и отдельными уроками.

Важной особенностью образовательного процесса в основной школе является оценивание учащихся. Оценивание учащихся предусмотрено как по окончании раздела, так и по мере освоения умений и навыков.

В работе использую следующий УМК:

Физическая культура 5-9 классы: учебник для общеобразовательных организаций/ (М. Я. Виленский, И. М. Туревский, Т. Ю. Торочкова и др.); под ред. М. Я. Виленского.- 3-е изд.- М.: Просвещение, 2014г.;

Программа «Физическая культура, 5-9 кл., Лях В.И., Зданевич А.А., Просвещение, 2011г.;

Примерные программы по учебным предметам. Физическая культура. 5-9 классы. Основная школа. М, Просвещение 2011 г.

Курс «Физическая культура» изучается с 5 по 9 класс из расчёта 3 ч в неделю. Третий час на преподавание учебного предмета «Физическая культура» был введён приказом Минобрнауки от 30 августа 2010г. №889.

Личностные, метапредметные и предметные результаты освоения физической культуры

Личностные результаты:

- воспитание российской гражданской идентичности: патриотизма, любви и уважения к Отечеству, чувства гордости за свою Родину, прошлое и настоящее многонационального народа России;
- знание истории физической культуры своего народа, своего края как части наследия народов России и человечества;
- усвоение гуманистических, демократических и традиционных ценностей многонационального российского общества;
- воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;
- формирование ответственного отношения к учению, готовности и способности обучающихся к саморазвитию и самообразованию на основе мотивации к обучению и познанию, осознанному выбору и построению дальнейшей индивидуальной траектории образования на базе ориентировки в мире профессий и профессиональных предпочтений, с учетом устойчивых познавательных интересов;
- формирование целостного мировоззрения, соответствующего современному уровню развития науки и общественной практики, учитывающего социальное, культурное, языковое, духовное многообразие современного мира;
- формирование осознанного, уважительного и доброжелательного отношения к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции, к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира;
- готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать взаимопонимания;
- освоение социальных норм, правил поведения, ролей и форм социальной жизни в группах и сообществах, включая взрослые социальные сообщества;
- участие в школьном самоуправлении и общественной жизни в пределах возрастной компетенции с учетом региональных, этнокультурных, социальных и экономических особенностей;
- развитие морального сознания и компетентности в решении моральных проблем на основе личного выбора, формирование нравственных чувств и нравственного поведения, осознанного и ответственного отношения к собственным поступкам;
- формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, старшими и младшими в процессе образовательной, общественно-полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;
- формирование ценности здорового и безопасного образа жизни; усвоение правил индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях, угрожающих жизни и здоровью людей, правил поведения на транспорте и на дорогах;
- осознание значения семьи в жизни человека и общества, принятие ценности семейной жизни, уважительное и заботливое отношение к членам своей семьи.

Личностные результаты отражаются в готовности обучающихся к саморазвитию индивидуальных свойств личности, которые приобретаются в процессе освоения учебного предмета «Физическая культура».

Метапредметные результаты

Регулятивные

- понимать цель выполняемых действий;

- выполнять действия, руководствуясь инструкцией учителя;
- адекватно оценивать правильность выполнения задания; использовать технические приёмы при выполнении физических упражнений;
- анализировать результаты выполненных заданий по заданным критериям (под руководством учителя);
- вносить коррективы в свою работу;
- продумывать последовательность упражнений, составлять комплексы упражнений утренней гимнастики, по профилактике нарушений осанки, физкультминуток;
- объяснять, какие технические приёмы были использованы при выполнении задания;
- самостоятельно выполнять комплексы упражнений, направленные на развитие физических качеств;
- координировать взаимодействие с партнёрами в игре;
- организовывать и проводить подвижные игры во время прогулок и каникул.

Познавательные

- осуществлять поиск необходимой информации для выполнения учебных заданий, используя справочные материалы учебника;
- различать, группировать подвижные и спортивные игры;
- характеризовать основные физические качества;
- группировать игры по видам спорта;
- устанавливать причины, которые приводят к плохой осанке;
- осуществлять поиск необходимой информации, используя различные справочные материалы;
- свободно ориентироваться в книге, используя информацию форзацев, оглавления, справочного бюро;
- сравнивать, классифицировать виды спорта летних и зимних Олимпийских игр;
- устанавливать взаимосвязь между занятиями физической культурой и воспитанием характера человека

Коммуникативные

- рассказывать об истории Олимпийских игр и спортивных соревнований, о профилактике нарушений осанки;
- высказывать собственное мнение о влиянии занятий физической культурой на воспитание характера человека;
- договариваться и приходить к общему решению, работая в паре, в команде.
- выражать собственное эмоциональное отношение к разным видам спорта;
- задавать вопросы уточняющего характера по выполнению физических упражнений;
- понимать действия партнёра в игровой ситуации.

Предметные результаты (5класс)

- понимание роли и значения физической культуры в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;
- овладение системой знаний о физическом совершенствовании человека, освоение умений отбирать физические упражнения и регулировать физический нагрузки для самостоятельных систематических занятий с различной функциональной направленностью (оздоровительной, тренировочной, коррекционной, рекреативной и лечебной) с учетом индивидуальных возможностей и особенностей организма, планировать содержание этих занятий, включать их в режим учебного дня и учебной недели;
- приобретение опыта организации самостоятельных систематических занятий физической культурой с соблюдением правил техники безопасности и профилактики травматизма;
- освоение умения оказывать первую помощь при легких травмах; обогащение опыта совместной деятельности в организации и проведении занятий физической культурой, форм активного отдыха и досуга;

- расширение опыта организации и мониторинга физического развития и физической подготовленности;

Предметные результаты (6 класс)

- формирование умения вести наблюдение за динамикой развития своих основных физических качеств: оценивать текущее состояние организма и определять тренирующее воздействие на него занятий физической культурой посредством использования стандартных физических нагрузок и функциональных проб, определять индивидуальные режимы физической нагрузки, контролировать направленность ее воздействия на организм во время самостоятельных занятий физическими упражнениями с разной целевой ориентацией;

- формирование умений выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корректирующих упражнений, учитывающих индивидуальные способности и особенности, состояние здоровья и режим учебной деятельности;

- овладение основами технических действий, приемами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умение использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности.

Предметные результаты (7 класс)

- понимание роли и значения физической культуры в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;

- бережное отношение к собственному здоровью и здоровью окружающих, проявление доброжелательности и отзывчивости к людям, имеющим ограниченные возможности и нарушения в состоянии здоровья;

- проявление уважительного отношения к окружающим, товарищам по команде и соперникам, проявление культуры взаимодействия, терпимости и толерантности в достижении общих целей при совместной деятельности;

- профилактика нарушения осанки, улучшение физической подготовки.

Содержание учебного предмета 5 класс (70+35ч)

Знания о физической культуре (в процессе обучения)

Физическая культура у народов Древней Руси. Связь физических упражнений с трудовой деятельностью. Виды физических упражнений (подводящие, общеразвивающие, соревновательные). Спортивные игры: футбол, волейбол, баскетбол. Физическая нагрузка и ее влияние на частоту сердечных сокращений (ЧСС). Закаливание организма (обливание, душ).

Способы физкультурной деятельности (в процессе обучения)

Освоение комплексов общеразвивающих физических упражнений для развития основных физических качеств. Освоение подводящих упражнений для закрепления и совершенствования двигательных действий игры в футбол, волейбол, баскетбол. Развитие выносливости во время лыжных прогулок. Измерение частоты сердечных сокращений во время и после выполнения физических упражнений. Проведение элементарных соревнований.

Физическое совершенствование (70+35 ч)

Гимнастика с элементами акробатики (20 ч)

Организуемые команды и приёмы. Строевые действия в шеренге и колонне; выполнение строевых команд. Акробатические упражнения. Упоры; седы; упражнения в группировке; перекаты; стойка на лопатках; кувырки вперед и назад; гимнастический мост. Акробатические комбинации. Упражнения на низкой гимнастической перекладине: висы, перемахи. Гимнастическая комбинация. Опорный прыжок. Гимнастические упражнения прикладного характера. Передвижение по гимнастической стенке. Преодоление полосы препятствий с элементами лазанья и перелезания, переползания, передвижение по наклонной гимнастической скамейке.

Лёгкая атлетика (17 ч)

Беговые упражнения: с высоким подниманием бедра, прыжками и с ускорением, с изменяющимся направлением движения, из разных исходных положений; челночный бег; высокий старт с последующим ускорением. Прыжковые упражнения: на одной ноге и двух ногах на месте и с продвижением; в длину и высоту; спрыгивание и запрыгивание; прыжки со скакалкой.

Броски: набивного мяча (1 кг) на дальность разными способами.

Метание: малого мяча в вертикальную цель и на дальность.

Лыжные гонки (8 ч)

Передвижение на лыжах разными способами. Повороты; спуски; подъёмы; торможение.

Подвижные и спортивные игры (25ч)

На материале гимнастики с основами акробатики: игровые задания с использованием строевых упражнений, упражнений на внимание, силу, ловкость и координацию.

На материале лёгкой атлетики: прыжки, бег, метания и броски; упражнения на координацию, выносливость и быстроту.

На материале лыжной подготовки: эстафеты в передвижении на лыжах, упражнения на выносливость и координацию.

На материале спортивных игр: футбол – удар по неподвижному и катящемуся мячу; остановка мяча; ведение мяча; подвижные игры на материале футбола.

Баскетбол – специальные передвижения без мяча; ведение мяча; броски мяча в корзину; подвижные игры на материале баскетбола.

Волейбол – подбрасывание мяча; подача мяча; приём и передача мяча; подвижные игры на материале волейбола.

Шахматы (35ч)

Шахматная доска. Шахматная нотация. Обозначение горизонталей, вертикалей, полей. Шахматная нотация. Обозначение шахматных фигур и терминов. Ценность шахматных фигур. Ценность фигур. Сравнительная сила фигур. Ценность шахматных фигур. Достижение материального перевеса. Ценность шахматных фигур. Способы защиты.

Ценность шахматных фигур. Защита. Техника матования одинокого короля. Две ладьи против короля.

Содержание учебного предмета 6 класс (70+35ч)

Подвижные и спортивные игры (15 ч)

На материале гимнастики с основами акробатики: игровые задания с использованием строевых упражнений, упражнений на внимание, силу, ловкость и координацию.

На материале лёгкой атлетики: прыжки, бег, метания и броски; упражнения на координацию, выносливость и быстроту.

На материале лыжной подготовки: эстафеты в передвижении на лыжах, упражнения на выносливость и координацию.

На материале спортивных игр: футбол – удар по неподвижному и катящемуся мячу; остановка мяча; ведение мяча; подвижные игры на материале футбола.

Баскетбол – специальные передвижения без мяча; ведение мяча; броски мяча в корзину; подвижные игры на материале баскетбола.

Волейбол – подбрасывание мяча; подача мяча; приём и передача мяча; подвижные игры на материале волейбола.

Гимнастика с элементами акробатики (17 ч)

Организующие команды и приемы: перестроение в движении из колонны по одному в колонну по 2 и 4 дроблением и сведением; перестроение в движении из колонны по 2 и 4 в колонну по одному разведением и слиянием.

Упражнения на перекладине (мальчики) висы прогнувшись согнувшись; подтягивание в висе; поднимание прямых ног в висе. Девочки ; смешанные висы; подтягивание в висе лежа.

Кувырок вперед (назад) в группировке; кувырок вперед ноги скрестно с последующим поворотом на 180°; кувырок назад из стойки на лопатках в полушпагат.

Опорные прыжки: прыжок ноги врозь через гимнастического козла в ширину (*мальчики*); прыжок на гимнастического козла в упор присев и соскок (*девочки*). Ритмическая гимнастика (*девочки*): простейшие композиции, включающие в себя стилизованные общеразвивающие упражнения и танцевальные движения (мягкий, широкий и приставной шаги, шаг галопа и польки).

Передвижения по напольному гимнастическому бревну (*девочки*): ходьба с различной амплитудой движений и ускорениями, поворотами и подскоками (на месте и в движении). Прикладные упражнения: передвижения ходьбой, бегом, прыжками по наклонной гимнастической скамейке; спрыгивание и напрыгивание на ограниченную площадку; преодоление прыжком боком гимнастического бревна с опорой на левую (правую) руку. Расхождение при встрече на гимнастическом бревне (низком). Упражнения и комбинации на гимнастических брусьях: упражнения на параллельных брусьях (*мальчики*); упражнения на разновысоких брусьях (*девочки*). Упражнения общей физической подготовки.

Легкая атлетика (27ч)

Высокий старт. Бег с ускорением. Бег на короткие дистанции (30 м и 60 м). Гладкий равномерный бег на учебные дистанции (протяженность дистанций регулируется учителем или учащимися). Прыжки: в длину с разбега способом «согнув ноги» и в высоту способом «перешагивание». Метание малого мяча с места в вертикальную цель и на дальность с разбега. бег с преодолением искусственных и естественных препятствий (по типу кроссового бега). Упражнения общей физической подготовки.

Лыжные гонки (10ч)

Попеременный двухшажный и одновременный бесшажный ходы. Подъём «полуелочкой». Торможение «плугом». Повороты переступанием. Передвижение на лыжах 3 км.

Шахматы (35ч)

Организационное занятие. Из истории шахмат. Шахматы – это спорт. Шахматы – наука, искусство. Правила игры. Цель игры. Понятие о плане в игре. Сравнительная сила

фигур. Влияние позиции на состояние сил. Ходы фигур и их особенности. Организация подвижности. Заграждение, отрезание полей. Защищающая фигура. Связка. Отсутствие времени. Форсирующие ходы. Шах. Двойной удар. Взятие. Превращение пешек. Угроза. Взаимодействие фигур.

Содержание учебного предмета 7 класс (70+35ч)

Гимнастика с элементами акробатики (16ч)

Организуемые команды и приёмы: построения и перестроения на месте и в движении; передвижение строевым шагом одной, двумя и тремя колоннами.

Акробатические упражнения: кувырок вперёд в группировке; кувырок назад в упор присев; кувырок назад из стойки на лопатках в полушпагат; из упора присев перекат назад в стойку на лопатках; перекат вперёд в упор присев; зачётные комбинации (составляются из числа освоенных упражнений с учётом технической и физической **подготовленности** занимающихся).

Ритмическая гимнастика (девочки): стилизованные общеразвивающие упражнения; танцевальные шаги (мягкий шаг; высокий шаг, приставной шаг; шаг галопа; шаг польки); упражнения ритмической и аэробной гимнастики; зачётные композиции (составляются из числа освоенных упражнений с учётом технической и физической подготовленности занимающихся).

Опорные прыжки: прыжок на гимнастического козла с последующим спрыгиванием; опорный прыжок через гимнастического козла ноги врозь.

Упражнения на гимнастическом бревне (девочки): передвижения ходьбой, приставными шагами, **повороты** стоя на месте; танцевальные шаги; зачётные комбинации (составляются из числа освоенных упражнений с учётом технической и физической подготовленности занимающихся).

Упражнения на гимнастической перекладине (мальчики): из виса стоя толчком двумя переход в упор; из упора, опираясь на левую (правую) руку, перемах правой (левой) вперёд; из упора правая (левая) впереди, опираясь на левую (правую) руку, перемах правой (левой) назад; из упора махом назад, переход в вис на согнутых руках; зачётные комбинации (составляются из числа освоенных упражнений с учётом технической и физической подготовленности занимающихся).

Лёгкая атлетика (22ч)

Беговые упражнения: бег на длинные, средние и короткие дистанции; высокий старт; низкий старт; ускорения с высокого старта; спринтерский бег; гладкий равномерный бег на учебные дистанции; эстафетный бег.

Прыжковые упражнения: прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги»; прыжок в высоту с разбега способом «перешагивание».

Упражнения в метании малого мяча: метание малого мяча с места в вертикальную неподвижную мишень; метание малого мяча на дальность с разбега (трёх шагов).

Лыжные гонки (15ч)

Передвижение на лыжах: попеременный двухшажный ход; одновременный одношажный ход; одновременный бесшажный ход; передвижения с чередованием ходов, переходом с одного способа на другой; перешагивание на лыжах небольших препятствий.

Подъёмы, спуски, повороты, торможение: поворот переступанием; подъём «лесенкой»; подъём «ёлочкой»; подъём «полуёлочкой»; спуск в основной, высокой и низкой стойках, по ровной поверхности; торможение плугом; торможение упором.

Технические приемы игры в баскетбол, волейбол – 17 часов

Баскетбол: ведение мяча шагом, бегом, змейкой, с обеганием стоек; ловля и передача мяча двумя руками от груди; передача мяча одной рукой от плеча; передача мяча при встречном движении; передача мяча двумя руками с отскока от пола; бросок мяча двумя руками от груди с места; штрафной бросок; повороты с мячом на месте; элементы тактических действий. Игра по упрощённым правилам.

Волейбол: Терминология избранной игры. Правила и организация проведения соревнований по волейболу. Техника безопасности при проведении соревнований и занятий. Подготовка места занятий. Стойки игрока, передвижения; верхняя передача мяча; прием снизу; нижняя подача; игра в пионербол с элементами волейбола.

Шахматы (35ч)

Организационный момент. Знакомство. Повторение материала изученного за год. Разбор дебютов. «Силовые» методы в шахматах. Три правила дебюта. Нападение и защита. Размен. Основные цели дебюта. Активность – важнейший принцип игры шахмат. Как разыгрывать дебют. Дебютные ловушки. Расположение пешек и пешечные слабости. Три стадии шахматной партии. Стратегические цели. Быстрое развитие фигур. Направленная борьба за центр.

Календарно-тематическое планирование по физической культуре для 5 класса на 2021-2022 учебный год

Тематическое планирование по физической культуре для 5 - го класса составлено с учетом рабочей программы воспитания. Воспитательный потенциал данного учебного предмета обеспечивает реализацию следующих целевых приоритетов воспитания обучающихся ООО:

- устанавливать доверительные отношения между учителем и обучающимися, способствующих позитивному восприятию учащимися требований и просьб учителя;
- побуждать обучающихся соблюдать на уроке общепринятые нормы поведения, правила общения со старшими (учителями) и сверстниками (обучающимися);
- поддерживать в детском коллективе деловую, дружелюбную атмосферу;
- инициировать обучающихся к обсуждению, высказыванию своего мнения, выработке своего отношения по поводу получаемой на уроке социально значимой информации;
- строить воспитательную деятельность с учетом культурных различий детей, половых возрастных и индивидуальных особенностей;
- находить ценностный аспект учебного знания и информации, обеспечить его понимание переживание обучающимися;
- привлекать внимание обучающихся к обсуждаемой на уроке информации, активизации познавательной деятельности обучающихся.

№	дата		Тема урока	Форма урока
	План.	Факт		
Легкая атлетика 4 ч				
1			Организационно-методические требования на уроках физической культуры. Строевые упражнения	Урок – демонстрация достижений
2			Тестирование бега на 30 м с высокого старта. Урок - эстафета.	Урок - здоровье
3			Тестирование челночного бега 3 x 10 м. Урок - эстафета.	Урок - эстафета
4			Тестирование бега на 60 м с высокого старта. Урок - соревнование.	Урок - соревнование.
Подвижные и спортивные игры 2ч				
5			Техника паса в футболе. Передача мяча. Урок - игра.	Урок - игра
6			Пас. Техника пасов в футболе. Урок - конкурс.	Урок - конкурс
Легкая атлетика 6 ч				
7			Прыжок в длину с разбега на результат. Урок - соревнование.	Урок - соревнование.
8			Контрольный урок по прыжкам в длину с разбега	Контрольный урок
9			Техника метания малого мяча на точность. Урок - соревнование.	Урок - соревнование.
10			Техника наклона вперед из положения стоя.	Урок – демонстрация достижений
11			Техника прыжка в длину с места. Урок - конкурс.	Урок - конкурс
12			Подтягивания, отжимания. Техника. Урок - соревнование.	Урок - соревнование.
Спортивные и подвижные игры 6 ч				
13			Броски и ловля мяча в парах.	Урок - здоровье

14		Броски мяча в парах на точность. Урок - демонстрация достижений.	Урок - демонстрация достижений.
15		Броски и ловля мяча в парах у стены.	Урок - соревнование
16		Броски и ловля мячей в парах у стены. Разучивание подвижной игры «Осада города»	Урок - конкурс
17		Упражнения с мячом. Урок-игра.	Урок - игра
18		Ведение мяча. Урок- конкурс.	Урок - конкурс
Гимнастика с элементами акробатики 15 ч			
19		Техника кувырка вперед.	Урок - здоровье
20		Кувырок вперед с разбега и через препятствие	Урок –демонстрация достижений
21		Техника кувырка назад.	Урок - здоровье
22		Игровое упражнение на внимание. Круговая тренировка. Урок- игра.	Урок - игра
23		Гимнастика, ее история и значение в жизни человека. Зарядка с гимнастическими палками.	Урок – демонстрация достижений
24		Совершенствование техники выполнения гимнастических упражнений.	Урок - здоровье
25		Лазанье по гимнастической стенке и висы.	Урок - эстафета
26		Разминка с гимнастическими палками. Круговая тренировка	Урок - соревнование.
27		Прыжки в скакалку в тройках. Урок- конкурс.	Урок – конкурс
28		Лазанье по канату в два приема.	Урок - здоровье
29		Упражнения на гимнастическом бревне.	Урок - эстафета
30		Упражнения на гимнастическом бревне в парах.	Урок - соревнование.
31		Лазанье по наклонной гимнастической скамейке. Круговая тренировка.	Урок – круговая тренировка
32		Техника вращения обруча.	Урок - здоровье
33		Наклон вперед из положения стоя.	Урок – демонстрация достижений
Лыжные гонки 8 ч			
34		Урок - экскурсия. Ступающий и скользящий шаг на лыжах.	Урок - экскурсия
35		Попеременный одношажный ход на лыжах. Урок- викторина.	Урок - викторина
36		Попеременный одношажный, двухшажный ход на лыжах. Подвижные игры на лыжах.	Урок - игра
37		Одновременный одношажный ход на лыжах. Техника обгона на лыжне.	Урок – демонстрация достижений

38		Подъем на склон «елочкой» и спуск в основной стойке на лыжах. Подвижные игры на лыжах.	Урок - здоровье
39		Подъем на склон «лесенкой», торможение «плугом» на лыжах. Урок- экскурсия.	Урок - экскурсия
40		Подъем на склон «лесенкой», торможение «плугом» на лыжах. Подвижные игры на лыжах.	Урок - соревнование.
41		Лыжные ходы, подъемы на склон и спуски со склона.	Урок - экскурсия
Спортивные и подвижные игры 5 ч			
42		Броски и ловля мяча в парах.	Урок - игра
43		Броски мяча в парах на точность. Урок- демонстрация достижений.	Урок - демонстрация достижений.
44		Броски и ловля мяча в парах у стены.	Урок – демонстрация достижений
45		Броски и ловля мячей в парах у стены. Разучивание подвижной игры «Осада города»	Урок - здоровье
46		Упражнения с мячом. Урок-игра.	Урок - экскурсия
Гимнастика с элементами акробатики 1ч			
47		Полоса препятствий. Техника опорного прыжка. Урок - конкурс.	Урок - конкурс
Легкая атлетика 3 ч			
48		Усложненная полоса препятствий. Подвижные игры	Урок - игра
49		Прыжок в высоту способом «перешагивание». Урок - конкурс.	Урок - конкурс
50		Физкультминутка. Прыжок в высоту способом «перешагивания». Подвижные игры	Урок - демонстрация достижений.
Гимнастика с элементами акробатики 2 ч			
51		Опорный прыжок. Урок - здоровья.	Урок - здоровье
52		Опорный прыжок, подвижная игра «Ловишка на хопках»	Урок - игра
Спортивные и подвижные игры 4 ч			
53		Совершенствование техники бросков мяча через волейбольную сетку.	Урок – демонстрация достижений
54		Упражнения с мячом. Подвижные игры	Урок - здоровье
55		Контрольный урок по волейболу	Урок - экскурсия
56		Броски набивного мяча способами «от груди», «снизу» и «из-за головы». Подвижные игры	Урок - игра
Гимнастика с элементами акробатики 2 ч			
57		Тестирование вися на время	Урок - конкурс
58		Тестирование наклона из положения стоя. Урок - соревнование	Урок - соревнование

			Подвижные игры.	
Легкая атлетика 3 ч				
59			Тестирование подтягиваний и отжиманий. Урок - конкурс	Урок - конкурс
60			Тестирование подъема туловища из положения лежа за 30 с. Спортивные игры	Урок - демонстрация достижений.
61			Тестирование метания малого мяча на точность. Урок - конкурс	Урок - конкурс
Спортивные и подвижные игры 1 ч				
62			Спортивная игра «Баскетбол». Урок - соревнование.	Урок - соревнование.
Легкая атлетика 1 ч				
63			Тестирование челночного бега 3 x 10 м	Урок - здоровье
Спортивные и подвижные игры 7 ч				
64			Беговые упражнения. Упражнения с мячом. Подвижные игры	Урок - демонстрация достижений.
65			Разучивание разминки с мячами. Футбольные упражнения. Урок-игра.	Урок - игра
66			Техника паса. Спортивная игра «футбол»	Урок - викторина
67			Урок- игра. Спортивные игры. Игры по выбору учащихся.	Урок - игра
68			Разминка в движение с мячами. Подвижные и спортивные игры.	Урок – соревнование
69			Спортивная игра «футбол»	Урок - демонстрация достижений.
70			Подвижные и спортивные игры.	Урок - игра

Календарно-тематическое планирование по физической культуре для 5 класса на 2021-2022 учебный год

№	дата		Тема урока	Форма урока
	План.	Факт		
Шахматы (35 ч)				
1			Шахматная доска. Урок - игра.	Урок - игра
2			Шахматная нотация. Обозначение горизонталей, вертикалей, полей.	Урок - викторина
3			Шахматная нотация. Обозначение шахматных фигур и терминов.	Урок - конкурс
4			Ценность шахматных фигур. Ценность фигур. Сравнительная	Урок - соревнование

		сила фигур.	
5		Ценность шахматных фигур. Достижение материального перевеса.	Урок - игра
6		Ценность шахматных фигур. Способы защиты. Урок - викторина.	Урок - викторина
7		Ценность шахматных фигур. Защита. Урок - конкурс	Урок - конкурс
8		Техника матования одинокого короля. Две ладьи против короля.	Урок -соревнование
9		Техника матования одинокого короля. Ферзь и ладья против короля.	Урок - игра
10		Техника матования одинокого короля. Ферзь и король против короля.	Урок - викторина
11		Техника матования одинокого короля. Ладья и король против короля.	Урок - конкурс
12		Достижение мата без жертвы материала. Учебные положения на мат в два хода в эндшпиле.	Урок -соревнование
13		Достижение мата без жертвы материала. Учебные положения на мат в два хода в миттельшпиле.	Урок - игра
14		Достижение мата без жертвы материала. Учебные положения на мат в два хода в дебюте.	Урок - викторина
15		Матовые комбинации. Темы комбинаций. Тема отвлечения. Урок – конкурс.	Урок - конкурс
16		Матовые комбинации. Тема завлечения. Урок – соревнование	Урок - соревнование
17		Матовые комбинации. Тема блокировки. Урок – игра.	Урок - игра
18		Матовые комбинации. Тема разрушения королевского прикрытия.	Урок - викторина
19		Матовые комбинации. Тема освобождения пространства Тема уничтожения защиты. Тема «рентгена».	Урок - конкурс
20		Матовые комбинации. Другие шахматные комбинации и сочетание приемов.	Урок -соревнование

21		Комбинации, ведущие к достижению материального перевеса. Тема отвлечения. Тема завлечения.	Урок - игра
22		Комбинации, ведущие к достижению материального перевеса. Тема уничтожения защиты. Тема связи.	Урок - викторина
23		Комбинации, ведущие к достижению материального перевеса. Тема освобождения пространства. Тема перекрытия.	Урок - конкурс
24		Комбинации, ведущие к достижению материального перевеса. Тема превращения пешки.	Урок - соревнование
25		Комбинации, ведущие к достижению материального перевеса. Сочетание тактических приемов.	Урок - игра
26		Комбинации для достижения ничьей. Патовые комбинации. Урок –викторина	Урок - викторина
27		Комбинации для достижения ничьей. Комбинации на вечный шах.	Урок - конкурс
28		Типичные комбинации в дебюте. Урок - соревнование	Урок - соревнование
29		Типичные комбинации в дебюте (более сложные примеры).	Урок - игра
30		Решение задания “Мат в 1 ход”. Урок - викторина	Урок - викторина
31		Невыгодность раннего ввода в игру ладей и ферзя.	Урок - конкурс
32		Решение заданий “Поймай ладью”, “Поймай ферзя”.	Урок -соревнование
33		Игра “на мат” с первых ходов партии. Детский мат. Защита.	. Урок - конкурс
34		Вариации на тему детского мата. Другие угрозы быстрого мата в дебюте. Защита. Как отражать скороспелый дебютный наскок противника.	Урок - игра
35		Повторение программного материала.	Контрольный урок

Календарно-тематическое планирование по физической культуре для 6 класса на 2021-2022 учебный год

Тематическое планирование по физической культуре для 6-го класса составлено с учетом рабочей программы воспитания. Воспитательный потенциал данного учебного предмета обеспечивает реализацию следующих целевых приоритетов воспитания обучающихся ООО:

- побуждать обучающихся соблюдать на уроке принципы учебной дисциплины и самоорганизации;
- сотрудничать с другими педагогическими работниками и другими специалистами в решении воспитательных задач;
- создавать в учебных группах (классе, кружке, секции и т.п.) разновозрастные детско-взрослые общности обучающихся;
- управлять учебными группами с целью вовлечения обучающихся в процесс обучения и воспитания, мотивируя их учебно-познавательную деятельность;
- организовывать экскурсии, походы и экспедиции и т.п.;
- защищать достоинство и интересы обучающихся, помогать детям оказавшимся в конфликтной ситуации;
- инициировать и поддерживать исследовательскую деятельность обучающихся в рамках реализации ими индивидуальных и групповых исследовательских проектов, что даст обучающимся возможность приобрести навык самостоятельного решения теоретической проблемы;
- реализовывать воспитательные возможности в различных видах деятельности обучающихся со словесной (знаковой) основой: слушание и анализ выступлений своих товарищей.

№	дата		Тема урока	Форма урока
	Пла н.	Фак т		
Подвижные и спортивные игры (1ч)				
1			Разучивание разминки с мячами. Футбольные упражнения. Урок - игра.	Урок - игра
Легкая атлетика (13ч)				
2			Спринтерский бег. Бег с ускорением (30 – 60 м). Круговая тренировка. Урок - конкурс	Урок - конкурс
3			Бег с ускорением Прыжок через 2 или 4 шага. Прыжок в длину с места.	Урок – демонстрация достижений
4			Спринтерский бег. Высокий старт и скоростной бег до 50 метров. Урок - соревнование.	Урок - соревнование
5			Высокий старт и скоростной бег до 50 метров.	Урок - игра
6			Эстафеты, встречная эстафета. Урок - эстафета	Урок - эстафета
7			Спринтерский бег. Встречная эстафета. Круговая тренировка.	Урок – круговая тренировка

8		Прыжки в длину с 5 – 7 шагов разбега.	Урок – демонстрация достижений
9		Прыжок через 2 или 4 шага. Урок - соревнование	Урок - соревнование
10		Прыжки с места, с разбега, многоскоки, тройной прыжок.	Урок - игра
11		Бег с изменением направления по сигналу. Прыжок в длину с разбега.	Урок - эстафета
12		Развитие координационных движений и ориентации в пространстве в строевых упражнениях. Урок - викторина.	Урок - викторина
13		Медленный бег. Контроль за развитием двигательных качеств.	Урок - игра
14		Бег 1000м – контроль на результат.	Урок - контроль
Подвижные и спортивные игры (7ч)			
15		Броски и толчки набивных мячей. Метание на заданное расстояние.	Урок - эстафета
16		Броски и ловля мяча в парах.	Урок - игра
17		Броски мяча в парах на точность. Урок - демонстрация достижений.	Урок - демонстрация достижений.
18		Броски и ловля мяча в парах у стены.	Урок - эстафета
19		Броски и ловля мячей в парах у стены. Разучивание подвижной игры «Осада города»	Урок - викторина
20		Упражнения с мячом. Урок-игра.	Урок - игра
21		Ведение мяча. Урок - конкурс.	Урок - конкурс
Гимнастика с элементами акробатики (7ч)			
22		Гимнастика. Строевые упражнения. Инструктаж по ТБ.	Урок – круговая тренировка
23		Висы. Вис согнувшись, вис прогнувшись (м), смешанные висы (д).	Урок – демонстрация достижений
24		Вис согнувшись, вис прогнувшись (м), смешанные висы(д).	Урок - соревнование

25		Висы. Строевые упражнения. Урок - игра	Урок - игра
26		Упражнения для мышц брюшного пресса на гимнастической скамейке и стенке. Подтягивания.	Урок - эстафета
27		Разучивание лазания по канату в два приема. Прыжки со скакалкой.	Урок - викторина
28		Метание набивного мяча из – за головы (сидя, стоя), назад. Урок - соревнование.	Урок - соревнование
Лыжные гонки (10ч)			
29		Построение на лыжах. Скользящий шаг. Повороты на месте вокруг пяток, вокруг носков. Урок - экскурсия.	Урок - экскурсия
30		Попеременный двухшажный ход. Передвижение по дистанции до 1км.	Урок – круговая тренировка
31		Спуск в высокой стойке. Подъем наискось «полуелочкой». Игры на лыжах.	Урок – демонстрация достижений
32		Подъем наискось «полуелочкой». Спуск в высокой стойке. Передвижение по дистанции до 1км.	Урок - соревнование
33		Подъем наискось «полуелочкой». Передвижение по дистанции до 1.5км.	Урок - игра
34		Одновременный бесшажный ход. Спуск в высокой стойке. Передвижение по дистанции до 1.5км.	Урок - эстафета
35		Совершенствование попеременного двухшажного хода. Игры на лыжах.	Урок - викторина
36		Совершенствование попеременного двухшажного хода.	Урок – круговая тренировка
37		Закрепление одновременного бесшовного хода. Разучивание техники торможения «плугом».	Урок – демонстрация достижений

38			Одновременный бесшажный ход. Передвижение на лыжах до 2 км.	Урок - соревнование
Гимнастика с элементами акробатики (11ч)				
39			Развитие гибкости. Наклон вперед из положения стоя. Урок - соревнование.	Урок - соревнование
40			Кувырок вперед и назад. Стойка на лопатках. Урок-демонстрация достижений.	Урок - конкурс
41			Кувырок вперед и назад. Стойка на лопатках. Эстафеты. Урок - игра.	Урок - игра.
42			Акробатика. Стойка на лопатках – комбинация элементов. Урок-демонстрация достижений.	Урок-демонстрация достижений.
43			Кувырок вперед и назад. Стойка на лопатках – комбинация элементов.	Урок - соревнование
44			Опорный прыжок. Вскок в упор присев. Акробатическая комбинация.	Урок - конкурс
45			Опорный прыжок. Развитие координационных способностей.	Урок - игра.
46			Опорный прыжок. Развитие координационных способностей. Урок- демонстрация достижений.	Урок-демонстрация достижений.
47			Опорный прыжок. ОРУ с предметами на месте.	Урок - соревнование
48			Сгибание и разгибание рук в упоре лежа. Урок - конкурс	Урок - конкурс
49			Развитие силовых способностей. Круговая тренировка. Урок - игра	Урок - игра.
Подвижные и спортивные игры (7ч)				

50		Упражнения с мячом. Подвижные игры	Урок - конкурс
51		Урок по волейболу.	Урок - игра.
52		Броски набивного мяча способами «от груди», «снизу» и «из-за головы». Подвижные игры	Урок-демонстрация достижений.
53		Упражнения с мячом. Спортивные игры	Урок - соревнование
54		Тестирование виса на время. Подвижные игры.	Урок - конкурс
55		Тестирование наклона из положения стоя. Урок - соревнование Подвижные игры.	Урок - соревнование
56		Тестирование виса на время. Контрольный урок. Подвижные игры.	Контрольный урок
Легкая атлетика (14ч)			
57		Спринтерский бег. Низкий старт. Прыжки с места и с разбега. Урок - демонстрация достижений.	Урок - демонстрация достижений.
58		Старты из различных положений. Подпрыгивание и прыжки на одной ноге.	Урок - игра
59		Спринтерский бег. Круговая тренировка. Урок - соревнование	Урок - соревнование
60		Спринтерский бег. Высокий старт и скоростной бег до 50 метров.	Урок - конкурс
61		Спринтерский бег. Встречная эстафета.	Урок - эстафета
62		Прыжки. Гладкий бег. Урок - соревнование.	Урок - соревнование
63		Прыжки. Прыжок через 2 или 4 шага.	Урок - игра
64		Прыжки. Прыжок через препятствие (с 5 -7 беговых шагов).	Урок - эстафета
65		Метание. Бег по пересеченной местности. Урок - соревнование.	Урок - соревнование
66		Бег с преодолением горизонтальных и вертикальных препятствий с использованием эстафетной палочки. Урок -	Урок - демонстрация достижений.

			демонстрация достижений.	
67			Бег по пересеченной местности. Смешанное передвижение до 3000 метров – мальчики, до 2500 метров – девочки. Подвижные игры	Урок - игра
68			Бег по пересеченной местности. Разнообразные прыжки и многоскоки. Подвижные игры.	Урок - соревнование
69			Бег с преодолением горизонтальных и вертикальных препятствий. Урок- демонстрация достижений.	Урок - демонстрация достижений.
70			Смешанное передвижение до 3000 метров – мальчики, до 2500 метров – девочки. Подвижные игры.	Урок - игра

Календарно-тематическое планирование по физической культуре для 6 класса на 2021-2022 учебный год

№	дата		Тема урока	Форма урока
	План.	Факт		
Шахматы (35 ч)				
1			Игра “на мат” с первых ходов партии. Детский мат. Защита.	Урок - игра
2			Решение заданий “Поймай ладью”, “Поймай ферзя”.	Урок - викторина
3			Шахматы – это спорт. Урок- игра.	Урок - игра
4			Шахматы – наука, искусство	Урок - соревнование
5			Правила игры. Цель игры. Урок – конкурс.	Урок - конкурс
6			Понятие о плане в игре. Урок - викторина	Урок - викторина
7			Сравнительная сила фигур.	Урок - игра
8			Влияние позиции на состояние сил	Урок - соревнование
9			Ходы фигур и их особенности.	Урок - конкурс
10			Организация подвижности. Заграждение, отрезание полей.	Урок - викторина
11			Защищающая фигура. Связка. Отсутствие времени.	Урок - игра
12			Форсирующие ходы. Шах. Двойной удар. Урок- игра.	Урок - соревнование
13			Взятие. Превращение пешек. Угроза.	Урок - конкурс
14			Взаимодействие фигур. Урок - викторина	Урок - викторина
15			Нападение на незащищенного короля.	Урок - игра

16		Централизация. Концентрация сил против важного пункта.	Урок - соревнование
17		Прорыв пешечной позиции. Выигрыш темпа и цугцванг.	Урок - конкурс
18		Противодействие планам противника.	Урок - викторина
19		Техника расчета. Урок - игра.	Урок - игра
20		Правило квадрата. Урок - соревнование	Урок - соревнование
21		Подсчет ходов. Урок - конкурс	Урок - конкурс
22		Подсчет количества ударов.	Урок - викторина
23		«Блуждающий квадрат»	Урок - игра
24		Критические поля проходной пешки.	Урок - соревнование
25		Критические поля заблокированной пешки.	Урок - конкурс
26		Поля соответствия.	Урок - викторина
27		Мотивы и идея комбинации.	Урок - игра
28		Виды комбинаций и их особенности.	Урок - соревнование
29		Техника комбинаций. Урок- игра.	Урок - конкурс
30		Позиция. Слабые пункты.	Урок - викторина
31		Слабости временные и постоянные.	Урок - игра
32		Центр (пешечный и фигурный).	Урок - соревнование
33		Позиция и сила фигур. Два слона.	Урок - конкурс
34		Оценка позиции.	Урок - викторина
35		Дебют и его задачи. Итоговое занятие.	Урок - игра

Календарно-тематическое планирование по физической культуре для 7 класса на 2021-2022 учебный год

Тематическое планирование по физической культуре для 7-го класса составлено с учетом рабочей программы воспитания. Воспитательный потенциал данного учебного предмета обеспечивает реализацию следующих целевых приоритетов воспитания обучающихся ООО:

- реализовывать воспитательные возможности в различных видах деятельности обучающихся на основе восприятия элементов действительности: анализ проблемных ситуаций;
- проектировать ситуации и события, развивающие эмоционально-ценностную сферу обучающегося;
- проектировать ситуации и события, развивающие культуру переживаний и ценностные ориентации ребенка;
- опираться на жизненный опыт обучающихся, уточняя что они читают, что они слушают, во что они играют, о чем говорят на переменах, о чем чатаются в сетях;
- выказать свой интерес к увлечениям, мечтам, жизненным планам, проблемам детей/ обучающихся в контексте содержания учебного предмета;
- формировать у обучающихся культуру здорового и безопасного образа жизни;
- формировать у обучающихся гражданской позиции, способности к труду и жизни в условиях современного мира;
- общаться с обучающимися (в диалоге), признавать их достоинства, понимать и принимать их;
- реализовывать на уроках мотивирующий потенциал юмора, разряжать напряженную обстановку в классе;
- создавать доверительный психологический климат в классе во время урока.

№ п/ п	Дата		Тема урока	Форма урока
	План.	Факт		
Легкая атлетика – 10 часов				
1			Лёгкая атлетика как вид спорта. Техника безопасности на уроках по легкой атлетике. Урок - игра	Урок - игра
2			Спринтерский бег. Низкий старт.	Урок - соревнование
3			Спринтерский бег. Бег с ускорением до 60 м.	Урок - конкурс
4			Бег на средние дистанции. Высокий старт. Бег на 1500м. Урок - викторина	Урок - викторина
5			Спринтерский бег. Скоростной бег до 60 м	Урок - здоровье
6			Прыжок в длину с разбега способом «согнув ноги».	Урок – демонстрация достижений
7			Прыжки в длину с разбега. Подбор разбега, отталкивание.	Урок - игра
8			Метание мяча 150г на дальность с 5 X 6 шагов разбега. Урок - соревнование	Урок - соревнование
9			Метание мяча 150г на дальность с разбега.	Урок - конкурс
10			Бег с преодолением препятствий. Прыжки в длину.	Урок - викторина
Технические приемы игры в баскетбол – 10 часов				

11		Правила игры в баскетбол. Стойки в баскетболе. Урок - игра	Урок - игра
12		Перемещения в баскетболе.	Урок - соревнование
13		Учебная игра в мини-баскетбол. Урок - конкурс	Урок - конкурс
14		Ловля и передача мяча двумя руками, одной рукой. Урок - викторина	Урок - викторина
15		Передача мяча в движении.	Урок - здоровье
16		Техника ведение мяча. Урок – демонстрация достижений	Урок – демонстрация достижений
17		Броски мяча в кольцо.	Урок - конкурс
18		Броски в кольцо. Учебная игра «Стритбол».	Урок - викторина
19		Штрафные броски в кольцо. Урок - здоровье	Урок - здоровье
20		Ведение мяча с последующим броском в кольцо.	Урок – демонстрация достижений
Гимнастика-16часов			
21		Гимнастика как вид спорта. Строевые упражнения.	Урок - игра
22		Упражнения с гимнастическими палками. Урок - соревнование	Урок - соревнование
23		Разучивание развивающих упражнений по станциям. Урок - викторина	Урок - конкурс
24		Комплексы упражнений для формирования стройной фигуры.	Урок - викторина
25		Акробатика. Разучивание комплекса из 7 упражнений.	Урок - здоровье
26		Акробатика. Акробатические упражнения и комбинации. Урок – демонстрация достижений	Урок – демонстрация достижений
27		Акробатика. Техника переворота в сторону «колесо». Урок - игра	Урок - игра
28		Опорный прыжок через спортивного козла «согнув ноги».	Урок - соревнование
29		Опорный прыжок.	Урок - конкурс
30		Акробатические упражнения и комбинации.	Урок - викторина
31		Висы. Подтягивание на перекладине. Урок - здоровье	Урок - здоровье
32		Упражнения на развитие силовых качеств с собственным весом.	Урок – демонстрация достижений
33		Лазание по канату. Урок - игра	Урок - игра
34		Акробатика. Зачет.	Урок - соревнование
35		Зачет. Опорный прыжок ч-з козел в ширину.	Урок - конкурс
36		Гимнастическая полоса препятствий.	Урок - викторина
Лыжная подготовка - 15 часов			
37		Техника безопасности при занятии лыжной подготовкой.	Урок - игра

			Лыжные гонки как вид спорта. Урок - игра	
38			Закрепление техники попеременного двухшажного хода.	Урок - соревнование
39			Прохождение дистанции 2,5 км. Игра на лыжах «Гонки с преследованием». Урок - конкурс	Урок - конкурс
40			Закрепление техники поворота переступанием.	Урок - викторина
41			Закрепление техники одновременного бесшажного хода.	Урок - здоровье
42			Разучивание подвижной игры на лыжах «Эстафета с передачей палок». Урок – демонстрация достижений	Урок – демонстрация достижений
43			Освоение техники одновременного бесшажного хода.	Урок - игра
44			Закрепление техники одновременного двухшажного хода.	Урок - соревнование
45			Прохождение дистанции 3 км.	Урок - конкурс
46			Подъем скользящим шагом.	Урок - викторина
47			Техника преодоления бугров и впадин при спуске с горки. Урок - здоровье	Урок - здоровье
48			Торможение «плугом».	Урок – демонстрация достижений
49			Спуск в основной, низкой и высокой стойке. Урок - игра	Урок - игра
50			Закрепление техники лыжных ходов.	Урок - соревнование
51			Прохождение дистанции 4 км.	Урок - конкурс
Технические приемы игры в волейбол - 7 часов				
52			Т.Б. на уроках волейбола. Правила игры. Передача мяча сверху.	Урок - игра
53			Передача мяча двумя руками сверху. Урок - соревнование	Урок - соревнование
54			Перемещения и остановки в стойке.	Урок - конкурс
55			Перемещения в стойке (боком, лицом и спиной вперед). Урок - викторина	Урок - викторина
56			Передача мяча двумя руками сверху вперед и над собой на месте и после перемещения.	Урок - здоровье
57			Встречные эстафеты. Нижняя прямая подача.	Урок - соревнование
58			Нижняя прямая подача. Прием мяча двумя руками снизу (зачет). Урок - конкурс	Урок - конкурс
Легкая атлетика – 12 часов				
59			Техника безопасности при выполнении легко-атлетических упражнений. Тест: «Прыжок в длину с места». Урок - тест	Урок - тест
60			Спринтерский бег. Тест «Определение гибкости».	Урок - соревнование
61			«Поднимание туловища из положения лежа за 30 сек.»	Урок - конкурс
62			Бег на длинные дистанции.	Урок - викторина

63		Прыжки в высоту с разбега. Тест.	Урок - здоровье
64		Прыжки в длину с разбега. Тест. Урок - игра	Урок - игра
65		Бросок набивного мяча.	Урок - соревнование
66		Прыжки в высоту с разбега. Зачет. Урок - конкурс	Урок - конкурс
67		Закрепление техники метания малого мяча.	Урок - викторина
68		Метание малого мяча.	Урок - здоровье
69		Спринтерский бег. Бег 3х10м.	Урок - соревнование
70		Подведение итогов за учебный год. Урок - конкурс	Урок - конкурс

Календарно-тематическое планирование по физической культуре для 7 класса на 2021-2022 учебный год

№	дата		Тема урока	Форма урока
	План.	Факт		
Шахматы (35 ч)				
1			Организационный момент. Знакомство. Урок - игра	Урок - игра
2			Повторение материала изученного за год.	Урок - викторина
3			Разбор дебютов. Урок - конкурс	Урок - конкурс
4			Три правила дебюта.	Урок - соревнование
5			Нападение и защита. Размен. Урок - игра	Урок - игра
6			«Силовые» методы в шахматах.	Урок - викторина
7			Активность – важнейший принцип игры шахмат.	Урок - конкурс
8			Основные цели дебюта.	Урок - соревнование
9			Как разыгрывать дебют.	Урок - игра
10			Дебютные ловушки.	Урок - викторина
11			Расположение пешек и пешечные слабости.	Урок - конкурс
12			Три стадии шахматной партии. Урок - соревнование	Урок - соревнование
13			Стратегические цели.	Урок - игра
14			Быстрое развитие фигур.	Урок - викторина
15			Направленная борьба за центр. Урок - конкурс	Урок - конкурс
16			Классификация дебютов.	Урок - соревнование
17			Дебют четырех коней.	Урок - игра
18			Шотландская партия. Урок - викторина	Урок - викторина
19			Защита Каро-Канн.	Урок - конкурс
29			Ферзевой Гамбит.	Урок - соревнование
21			Тренировочные партии.	Урок - игра

22		Учебные партии с 1 по 11.	Урок - викторина
23		Развитие фигур.	Урок - конкурс
24		Владение открытыми линиями. Урок - соревнование	Урок - соревнование
25		Слабые и сильные поля.	Урок - игра
26		Ослабление позиции короля. Урок - викторина	Урок - викторина
27		Контрольные упражнения.	Урок - конкурс
28		Как не надо и как надо атаковать короля.	Урок - соревнование
29		Атака на слабый пункт f7 f2.	Урок - игра
30		Атака на не рокированного короля.	Урок - викторина
31		Не рокируй под атаку. Урок - конкурс	Урок - конкурс
32		Атака при односторонних рокировках.	Урок - соревнование
33		Расположение пешек после рокировки. Урок - игра	Урок - игра
34		Фигурная атака.	Урок - викторина
35		Атака по слабым полям. Итоговое занятие. Подведение итогов.	Урок - конкурс

Учебно-методические средства обучения Литература

Основная

Комплексная программа физического воспитания учащихся./ авт.: В.И. Лях, А.А. Физическая культура 1-11классы: комплексная программа физического воспитания учащихся. В.И. Лях, А.А. Зданевич / авт.-сост.: А.Н. Каинов, Г.И. Курьерова – Волгоград: Учитель, 2010.

Зданевич – Москва: «Просвещение» 2011.

Дополнительная

Методическое пособие/авт.-сост.: П.А. Киселёв С.Б. Киселёва – М.: Глобус,2008.

Настольная книга учителя физической культуры: подготовка школьников к олимпиадам.

Начинающему учителю физической культуры/авт.: М.В. Видякин-Волгоград: Учитель, 2004.

Справочник учителя физической культуры/ авт.-сост.: П.А. Киселёв С.Б. Киселёва – Волгоград: Учитель, 2010.

Физическая культура 5-7 классы: учебник для общеобразовательных организаций/ (М. Я. Виленский, И. М. Туревский, Т. Ю. Торочкова и др.); под ред. М. Я. Виленского.- 3-е изд.- М.: Просвещение, 2014. – 239с.: - ISBN 978-5-09-032118-1

Технические средства обучения (ТСО)

Музыкальный центр; ПК.

Учебно – практическое оборудование:

- козел гимнастический;
- мостик гимнастический;
- стенка гимнастическая;
- скамейка гимнастическая жёсткая (2 м);
- комплект навесного оборудования (перекладина, мишени для метания, тренировочные баскетбольные щиты);
- мячи: набивной 1 и 2 кг, мяч малый (мягкий), мячи баскетбольные, волейбольные, футбольные;
- палки гимнастические;
- скакалки детские;
- маты гимнастические;
- коврики: гимнастические, массажные;
- кегли;
- обручи пластиковые детские;
- планка для прыжков в высоту;
- стойка для прыжков в высоту;
- флажки: разметочные с опорой, стартовые;
- лента финишная.

