Государственное бюджетное общеобразовательное учреждение
Самарской области
средняя общеобразовательная школа с. Беловка
муниципального района Богатовский
Самарской области

Соколова Галина Григорьевна

Подписан: Соколова Галина Григорьевна
DN: C=RU, O=ГБОУ СОШ с. Беловка, CN=Соколова Галина Григорьевна, E=sokolova.galina1952@yandex.ru
Основание: я подтверждаю этот документ своей удостоверяющей подписью
Местоположение: место подписания
Дата: 2021.09.07 15:02:26+04'00'
Foxit PDF Reader Версия: 11.0.1

УТВЕРЖДАЮ:

Приказ от 30.08.21 г. № 108/2-од

Директор _____ /Г.Г.Соколова/

АДАПТИРОВАННАЯ РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДЛЯ ДЕТЕЙ С ЗАДЕРЖКОЙ ПСИХИЧЕСКОГО РАЗВИТИЯ

АДАПТИВНАЯ ФИЗИЧЕСКАЯ КУЛЬТУРА
(полное наименование)

5-9
(классы)

Основное общее образование
(уровень обучения)

2021-2028
(срок реализации)

Составитель (разработчик)

Должность : учитель

ФИО: Воеводин Андрей Владимирович

«ПРОВЕРЕНО»

Заместитель директора по УВР, или лицо, курирующее данное направление работы:

30 08 2021 г. _____ (Лунина И.Г.)
дата подпись расшифровка подписи

«СОГЛАСОВАНО НА ЗАСЕДАНИИ ПС»

Рекомендуется к утверждению

Протокол № 1 от 30.08.21 г.

Председатель ПС: _____ /Г.Г.Соколова/
подпись расшифровка подписи

Планируемые результаты освоения учебного предмета, курса.

При организации обучения детей с ЗПР и заболеванием соматического характера необходимо адаптировать содержание учебного материала, выделяя в каждой теме базовый материал, подлежащий многократному закреплению, дифференцировать задания в зависимости от коррекционных задач. Обучающимся с ЗПР и заболеваниями соматического характера необходим хорошо структурированный материала, а также тщательно отбирать и комбинировать методы и приемы обучения с целью смены видов деятельности детей, изменения доминантного анализатора, включения в работу большинства анализаторов; использовать ориентировочную основу действий: опорные сигналы, алгоритмы, образцы выполнения задания). Для детей с ЗПР и заболеваниями соматического характера важно обучение без принуждения, основанное на интересе, успехе, доверии, рефлексии изученного. Важно, чтобы школьники через выполнение доступных по темпу и характеру, личностно ориентированных заданий поверили в свои возможности, испытали чувство успеха, которое должно стать сильнейшим мотивом, вызывающим желание учиться. При организации учебного процесса следует исходить из возможностей ребёнка – задание должно лежать в зоне умеренной трудности, но быть доступным, так как на первых этапах коррекционной работы необходимо обеспечить ученику субъективные переживания успеха на фоне определённой затраты усилий. В дальнейшем трудность заданий следует 10 увеличивать пропорционально возрастающим возможностям ребёнка. Необходимым условием организации успешного обучения и воспитания детей с ограниченными возможностями здоровья в нашем образовательном учреждении является создание адаптивной среды, позволяющей обеспечить их полноценную интеграцию и личностную самореализацию.

Личностные результаты освоения учебного курса

Личностные результаты освоения адаптированной основной образовательной программы основного общего образования включают индивидуально-личностные качества и социальные (жизненные) компетенции обучающегося, социально значимые ценностные установки, необходимые для достижения основной цели современного образования — введения обучающихся с ЗПР в физическую культуру и овладении ими определённого опытом.

Личностные результаты освоения адаптированной основной образовательной программы основного общего образования **должны** отражать:

1) осознание себя как гражданина России; формирование чувства гордости за свою Родину, российский народ и историю России;

2) формирование целостного, социально ориентированного взгляда на мир в его органичном единстве природной и социальной частей;

3) формирование уважительного отношения к иному мнению, истории и культуре других народов;

4)развитие адекватных представлений о собственных возможностях, о насущно необходимом жизнеобеспечении;

5)овладение начальными навыками адаптации в динамично изменяющемся и развивающемся мире;

6) овладение социально-бытовыми умениями, используемыми в повседневной жизни;

7) владение навыками коммуникации и принятыми ритуалами социального взаимодействия;

8) способность к осмыслению и дифференциации картины мира, ее временно-пространственной организации;

9) способность к осмысление социального окружения, своего места в нем, принятие соответствующих возрасту ценностей и социальных ролей;

10) принятие и освоение социальной роли обучающегося, формирование и развитие социально значимых мотивов учебной деятельности;

11) развитие навыков сотрудничества со взрослыми и сверстниками в разных социальных ситуациях;

12) формирование эстетических потребностей, ценностей и чувств;

13) развитие этических чувств, доброжелательности и эмоционально-нравственной отзывчивости, понимания и сопереживания чувствам других людей;

14) формирование установки на безопасный, здоровый образ жизни, наличие мотивации к творческому труду, работе на результат, бережному отношению к материальным и духовным ценностям.

Метапредметные результаты освоения учебного курса

Метапредметные результаты освоения адаптированной основной образовательной программы основного общего образования, включающие освоенные обучающимися универсальные учебные действия (познавательные, регулятивные и коммуникативные), обеспечивающие овладение ключевыми компетенциями (составляющими основу умения учиться) имежпредметными знаниями, а также способность решать учебные и жизненные задачи и готовность к овладению в дальнейшем АООП основного общего образования

Познавательные УУД:

1) овладение способностью принимать и сохранять цели и задачи практических задач;

2) формирование умения планировать, контролировать и оценивать учебные действия.

3) формирование умения понимать причины успеха/неуспеха учебной деятельности;

4) освоение начальных форм познавательной и личностной рефлексии;

Коммуникативные УУД:

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

2) уважительное отношение к окружающим, проявление культуры взаимодействия, терпимости и толерантности в достижении общих целей при совместной деятельности;

3) ответственное отношение к порученному делу, проявление осознанной дисциплинированности, отвечать за результаты собственной деятельности.

Регулятивные УУД:

1) рациональное планирование учебной деятельности;

2) поддержание оптимального уровня работоспособности в процессе учебной деятельности, активное использование занятий физической культурой для профилактики психического и физического утомления.

3) добросовестное выполнение учебных заданий, осознанное стремление к освоению новых знаний и умений, качественно повышающих результативность выполнения заданий;

4) рациональное планирование учебной деятельности, умение организовывать места занятий и обеспечивать их безопасность;

5) поддержание оптимального уровня работоспособности в процессе учебной деятельности, активное использование занятий физической культурой для профилактики психического и физического утомления.

Предметные результаты:

Обучающийся 5 класса научится:

1) рассматривать физическую культуру как явление культуры, выделять исторические этапы ее развития, характеризовать основные направления и формы ее организации в современном обществе;

2) характеризовать содержательные основы здорового образа жизни, раскрывать его взаимосвязь со здоровьем, гармоничным физическим развитием и физической подготовленностью, формированием качеств личности и профилактикой вредных привычек;

3) раскрывать базовые понятия и термины физической культуры, применять их в процессе совместных занятий физическими упражнениями со своими сверстниками, излагать с их помощью особенности техники двигательных действий и физических упражнений, развития физических качеств;

4) разрабатывать содержание самостоятельных занятий с физическими упражнениями, определять их направленность и формулировать задачи, рационально планировать режим дня и учебной недели;

5) руководствоваться правилами профилактики травматизма и подготовки мест занятий, правильного выбора обуви и формы одежды в зависимости от времени года и погодных условий;

6) руководствоваться правилами оказания первой помощи при травмах и ушибах во время самостоятельных занятий физическими упражнениями; использовать занятия физической культурой, спортивные игры и спортивные соревнования для организации индивидуального отдыха и досуга, укрепления собственного здоровья, повышения уровня физических кондиций;

7) составлять комплексы физических упражнений оздоровительной, тренирующей и корригирующей направленности, подбирать индивидуальную нагрузку с учетом функциональных особенностей и возможностей собственного организма;

8) классифицировать физические упражнения по их функциональной направленности, планировать их последовательность и дозировку в процессе самостоятельных занятий по укреплению здоровья и развитию физических качеств;

9) самостоятельно проводить занятия по обучению двигательным действиям, анализировать особенности их выполнения, выявлять ошибки и своевременно устранять их;

10) выполнять комплексы упражнений по профилактике утомления и перенапряжения организма, повышению его работоспособности в процессе трудовой и учебной деятельности;

11) выполнять общеразвивающие упражнения, целенаправленно воздействующие на развитие основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, гибкости и координации движений);

Обучающийся 5 класса получит возможность научиться:

1) характеризовать цель возрождения Олимпийских игр и роль Пьера де Кубертена в становлении современного олимпийского движения, объяснять смысл символики и ритуалов Олимпийских игр;

2) характеризовать исторические вехи развития отечественного спортивного движения, великих спортсменов, принесших славу российскому спорту;

3) определять признаки положительного влияния занятий физической подготовкой на укрепление здоровья, устанавливать связь между развитием физических качеств и основных систем организма;

4) вести дневник по физкультурной деятельности, включать в него оформление планов проведения самостоятельных занятий с физическими упражнениями разной функциональной направленности, данные контроля динамики индивидуального физического развития и физической подготовленности;

5) проводить занятия физической культурой с использованием оздоровительной ходьбы, прогулок обеспечивать их оздоровительную направленность;

6) проводить восстановительные мероприятия с использованием банных процедур и сеансов оздоровительного массажа;

7) выполнять комплексы упражнений лечебной физической культуры с учетом имеющихся индивидуальных отклонений в показателях здоровья;

Обучающийся 6 класса научится:

1) рассматривать физическую культуру как явление культуры, выделять исторические этапы ее развития, характеризовать основные направления и формы ее организации в современном обществе;

2) характеризовать содержательные основы здорового образа жизни, раскрывать его взаимосвязь со здоровьем, гармоничным физическим развитием и физической подготовленностью, формированием качеств личности и профилактикой вредных привычек;

3) раскрывать базовые понятия и термины физической культуры, применять их в процессе совместных занятий физическими упражнениями со своими сверстниками, излагать с их помощью особенности техники двигательных действий и физических упражнений, развития физических качеств;

4) разрабатывать содержание самостоятельных занятий с физическими упражнениями, определять их направленность и формулировать задачи, рационально планировать режим дня и учебной недели;

5) руководствоваться правилами профилактики травматизма и подготовки мест занятий, правильного выбора обуви и формы одежды в зависимости от времени года и погодных условий;

6) руководствоваться правилами оказания первой помощи при травмах и ушибах во время самостоятельных занятий физическими упражнениями; использовать занятия физической культурой, спортивные игры и спортивные соревнования для организации индивидуального отдыха и досуга, укрепления собственного здоровья, повышения уровня физических кондиций;

7) составлять комплексы физических упражнений оздоровительной, тренирующей и корригирующей направленности, подбирать индивидуальную нагрузку с учетом функциональных особенностей и возможностей собственного организма;

8) классифицировать физические упражнения по их функциональной направленности, планировать их последовательность и дозировку в процессе самостоятельных занятий по укреплению здоровья и развитию физических качеств;

9) самостоятельно проводить занятия по обучению двигательным действиям, анализировать особенности их выполнения, выявлять ошибки и своевременно устранять их;

10) выполнять комплексы упражнений по профилактике утомления и перенапряжения организма, повышению его работоспособности в процессе трудовой и учебной деятельности;

Обучающийся 6 класса получит возможность научиться:

1) характеризовать цель возрождения Олимпийских игр и роль Пьера де Кубертена в становлении современного олимпийского движения, объяснять смысл символики и ритуалов Олимпийских игр;

2) характеризовать исторические вехи развития отечественного спортивного движения, великих спортсменов, принесших славу российскому спорту;

3) определять признаки положительного влияния занятий физической подготовкой на укрепление здоровья, устанавливать связь между развитием физических качеств и основных систем организма;

4) вести дневник по физкультурной деятельности, включать в него оформление планов проведения самостоятельных занятий с физическими упражнениями разной функциональной направленности, данные контроля динамики индивидуального физического развития и физической подготовленности;

5) проводить занятия физической культурой с использованием оздоровительной ходьбы, лыжных прогулок, обеспечивать их оздоровительную направленность;

6) проводить восстановительные мероприятия с использованием банных процедур и сеансов оздоровительного массажа;

7) выполнять комплексы упражнений лечебной физической культуры с учетом имеющихся индивидуальных отклонений в показателях здоровья;

Обучающийся 7 класса научится:

1) раскрывать понятие о физическом развитии, давать характеристику его основным показателям;

2) характеризовать осанку как показатель физического развития человека;

3) раскрывать понятие силы, быстроты, выносливости, гибкости, координации движений и ловкости;

4) соблюдать правила гигиены во время закаливающих процедур;

5) руководствоваться правилами оказания доврачебной помощи во время занятий физической культурой;

6) характеризовать типовые травмы и причины их возникновения;

7) выбирать упражнения и составлять индивидуальные комплексы для утренней гимнастики;

Обучающийся 7 класса получит возможность научиться:

1) характеризовать виды спорта, входящие в школьную программу по физической культуре, историю их возникновения и современного развития;

2) самостоятельно проводить самонаблюдение за индивидуальными показателями физической подготовленности.

3) выпускник научится - составлять совместно с учителем простейшие комбинации упражнений, направленные на развитие физических качеств.

Обучающийся 8 класса научится:

1) раскрывать понятие о физическом развитии, давать характеристику его основным показателям;

2) характеризовать осанку как показатель физического развития человека;

3) раскрывать понятие силы, быстроты, выносливости, гибкости, координации движений и ловкости;

4) соблюдать правила гигиены во время закаливающих процедур;

5) руководствоваться правилами оказания доврачебной помощи во время занятий физической культурой и спортом;

6) выбирать упражнения и составлять индивидуальные комплексы для утренней гимнастики;

Обучающийся 8 класса получит возможность научиться:

1) характеризовать виды спорта, входящие в школьную программу по физической культуре, историю их возникновения.

2) самостоятельно проводить самонаблюдение за индивидуальными показателями физической подготовленности

3) выпускник научится - составлять совместно с учителем простейшие комбинации упражнений, направленные на развитие физических качеств.

Обучающийся 9 класса научится:

1) рассматривать физическую культуру как явление культуры, выделять исторические этапы её развития, характеризовать основные направления и формы её организации в современном обществе;

2) характеризовать содержательные основы здорового образа жизни, раскрывать его взаимосвязь со здоровьем, гармоничным физическим развитием и физической подготовленностью, формированием качеств личности и профилактикой вредных привычек;

3) определять базовые понятия и термины физической культуры, применять их в процессе совместных занятий физическими упражнениями со своими сверстниками, излагать с их помощью особенности выполнения техники двигательных действий и физических упражнений, развития физических качеств;

4) разрабатывать содержание самостоятельных занятий физическими упражнениями, определять их направленность и формулировать задачи, рационально планировать режим дня и учебной недели;

5) руководствоваться правилами профилактики травматизма и подготовки мест занятий, правильного выбора обуви и формы одежды в зависимости от времени года и погодных условий;

6) руководствоваться правилами оказания первой помощи при травмах и ушибах во время самостоятельных занятий физическими упражнениями.

7) использовать занятия физической культурой, спортивные игры для организации индивидуального отдыха и досуга, укрепления собственного здоровья, повышения уровня физических кондиций;

8) составлять комплексы физических упражнений оздоровительной, тренирующей и корригирующей направленности, подбирать индивидуальную нагрузку с учётом функциональных особенностей и возможностей собственного организма;

9) классифицировать физические упражнения по их функциональной направленности, планировать их последовательность и дозировку в процессе самостоятельных занятий по укреплению здоровья и развитию физических качеств;

10) взаимодействовать со сверстниками в условиях самостоятельной учебной деятельности, оказывать помощь в организации и проведении занятий, освоении новых двигательных действий, развитии физических качеств,

11) выполнять комплексы упражнений по профилактике утомления и перенапряжения организма, повышению его работоспособности в процессе трудовой и учебной деятельности;

Обучающийся 9 класса получит возможность научиться:

1) характеризовать цель возрождения Олимпийских игр и роль Пьера де Кубертена в становлении современного олимпийского движения, объяснять смысл символики и ритуалов Олимпийских игр;

2) характеризовать исторические вехи развития отечественного спортивного движения, великих спортсменов, принесших славу российскому спорту;

3) определять признаки положительного влияния занятий физической подготовкой на укрепление здоровья, устанавливать связь между развитием физических качеств и основных систем организма.

4) вести дневник по физкультурной деятельности, включать в него оформление планов проведения самостоятельных занятий физическими упражнениями разной функциональной направленности, данные контроля динамики индивидуального физического развития и физической подготовленности;

5) проводить занятия физической культурой с использованием оздоровительной ходьбы и бега, лыжных прогулок и туристских походов, обеспечивать их оздоровительную направленность;

6) проводить восстановительные мероприятия с использованием банных процедур и сеансов оздоровительного массажа.

7) выполнять комплексы упражнений лечебной физической культуры с учётом имеющихся индивидуальных нарушений в показателях здоровья;

Содержание учебного предмета, курса.

Основы знаний

История физической культуры. Олимпийские игры древности. Возрождение Олимпийских игр и олимпийского движения.

История зарождения олимпийского движения в России. Олимпийское движение в России (СССР). Выдающиеся достижения отечественных спортсменов на Олимпийских играх.

Характеристика видов спорта, входящих в программу Олимпийских игр.

Физическая культура в современном обществе.

Организация и проведение пеших туристских походов. Требования к технике безопасности и бережному отношению к природе (экологические требования).

Физическая культура (основные понятия). Физическое развитие человека.

Физическая подготовка и её связь с укреплением здоровья, развитием физических качеств.

Организация и планирование самостоятельных занятий по развитию физических качеств.

Техническая подготовка. Техника движений и её основные показатели.

Всестороннее и гармоничное физическое развитие.

Спортивная подготовка.

Здоровье и здоровый образ жизни. Допинг. Концепция честного спорта.

Профессионально-прикладная физическая подготовка.

Физическая культура человека. Режим дня и его основное содержание.

Закаливание организма. Правила безопасности и гигиенические требования.

Влияние занятий физической культурой на формирование положительных качеств личности.

Проведение самостоятельных занятий по коррекции осанки и телосложения.

Восстановительный массаж.

Первая помощь во время занятий физической культурой и спортом.

Способы двигательной физкультурной деятельности

Организация и проведение самостоятельных занятий физической культурой. Подготовка к занятиям физической культурой.

Выбор упражнений и составление индивидуальных комплексов для утренней зарядки, физкультминуток и физкультпауз (подвижных перемен).

Планирование занятий физической подготовкой.

Проведение самостоятельных занятий прикладной физической подготовкой.

Организация досуга средствами физической культуры.

Оценка эффективности занятий физической культурой. Самонаблюдение и самоконтроль.

Оценка эффективности занятий физкультурно-оздоровительной деятельностью.

Оценка техники движений, способы выявления и устранения ошибок в технике выполнения упражнений (технических ошибок).

Измерение резервов организма и состояния здоровья с помощью функциональных проб.

Физическое совершенствование

Физкультурно-оздоровительная деятельность. Оздоровительные формы занятий в режиме учебного дня и учебной недели.

Индивидуальные комплексы адаптивной (лечебной) и корригирующей физической культуры.

Спортивно-оздоровительная деятельность с общеразвивающей направленностью.

На материале гимнастики. ОРУ его цели и задачи, Основные упражнения для подготовки организма к деятельности (гимнастика для глаз, дыхательная, на формирование мышечного корсета), формирование комплекса физических упражнений и ОРУ, теоретическое обоснование и значение развития физических качеств

На материале лёгкой атлетики*:*Технические дисциплины легкой атлетики История развития легкой атлетики. Теоретическое обоснование структуры и содержания легкой атлетики. Беговые виды легкой атлетики Особенности техники кроссового бега

На материале лыжной подготовке:Краткая характеристика лыжного спорта. Теоретическое обоснование основ техники лыжных ходов. Влияние лыжных прогулок на здоровье школьника. Состояние лыжного спорта в России.

На материале спортивные игры:Краткая характеристика баскетбола. Теоретическое обоснование основ техники перемещений, передач и бросков мяча в баскетболе, тактические действия в баскетболе. Теоретическое обоснование основ техники подвижных игр. Взаимодействие в команде Краткая характеристика волейбола. Теоретическое обоснование основ техники перемещений, передач и подач мяча в волейболе, тактические действия в волейболе.Теоретическое обоснование основ техники подвижных игр

Прикладно-ориентированная подготовка. Прикладно-ориентированные упражнения.

Программа коррекционной работы обеспечивает:

1) выявление особых образовательных потребностей обучающихся с задержкой психического развития, обусловленных недостатками в их физическом и психическом развитии;

2) осуществление индивидуально ориентированной психолого-медико-педагогической помощи обучающимся с задержкой психического развития с учетом особенностей их психофизического развития и индивидуальных возможностей (в соответствии с рекомендациями психолог медико-педагогической комиссии);

3) разработку и реализацию индивидуальных учебных планов, организацию индивидуальных и групповых коррекционно-развивающих занятий для обучающихся с учетом индивидуальных и типологических особенностей психофизического развития и индивидуальных возможностей;

4) возможность освоения обучающимися с задержкой психического развития и заболеваниями соматического характера, адаптированной основной образовательной программы основного общего образования и их интеграции в образовательном учреждении.

Тематическое планирование 5 класс.

№	Название раздела (темы)	Основное содержание	Количество часов
1	Основы знаний	Исторические сведения об Олимпийских играх. Физкультура и спорт в РФ на современном этапе. Познай себя. Здоровье и здоровый образ жизни. Правила техники безопасности на урока	В процессе урока
2	На материале лёгкой атлетики	Технические дисциплины легкой атлетики История развития легкой атлетики. Теоретическое обоснование структуры и содержания легкой атлетики.Беговые виды легкой атлетикиОсобенности техники кроссового бега	**1**
3	На материале волейбола, подвижных игр	Краткая характеристика волейбола. Теоретическое обоснование основ техники перемещений, передач и подач мяча в волейболе, тактические действия в волейболе. Теоретическое обоснование основ техники подвижных игр	1
4	На материале гимнастики	ОРУ его цели и задачи, Основные упражнения для подготовки организма к деятельности (гимнастика для глаз, дыхательная, на формирование мышечного корсета), формирование комплекса физических упражнений и ОРУ, теоретическое обоснование и значение развития физических качеств	**1**
5	На материале баскетбола	Краткая характеристика баскетбола. Теоретическое обоснование основ техники перемещений, передач и бросков мяча в баскетболе, тактические действия в баскетболе. Теоретическое обоснование основ техники подвижных игр. Взаимодействие в команде	**1**
6	На материале лыжной подготовки	Краткая характеристика лыжного спорта. Теоретическое обоснование основ техники лыжных ходов. Влияние лыжных прогулок на здоровье школьника. Состояние лыжного спорта в России.	**1,25**
7	На материале баскетбола, подвижных игр.	Краткая характеристика баскетбола. Теоретическое обоснование основ техники перемещений, передач и подач мяча в баскетболе, тактические действия в баскетболе. Теоретическое обоснование основ техники подвижных игр Взаимодействие в команде	**1,25**
8	На материале волейбола, подвижных игр	Краткая характеристика волейбола. Теоретическое обоснование основ техники перемещений, передач и подач мяча в волейболе, тактические действия в волейболе. . Теоретическое обоснование основ техники подвижных игр	1
9	На материале лёгкой атлетика	Технические дисциплины легкой атлетики История развития легкой атлетики. Теоретическое обоснование структуры и содержания легкой атлетики. Беговые виды легкой атлетики. Особенности техники кроссового бега.Прикладно-ориентированные упражнения	1

Тематическое планирование 6 класс

№	Название раздела (темы)	Основное содержание	Количество часов
1	Основы знаний	Исторические сведения об Олимпийских играх. Физкультура и спорт в РФ на современном этапе. Познай себя. Здоровье и здоровый образ жизни. Правила техники безопасности на урока	В процессе урока
2	На материале лёгкой атлетики	Технические дисциплины легкой атлетики История развития легкой атлетики. Теоретическое обоснование структуры и содержания легкой атлетики.Беговые виды легкой атлетикиОсобенности техники кроссового бега	**1**
3	На материале волейбола, подвижных игр	Краткая характеристика волейбола. Теоретическое обоснование основ техники перемещений, передач и подач мяча в волейболе, тактические действия в волейболе. Теоретическое обоснование основ техники подвижных игр	1
4	На материале гимнастики	ОРУ его цели и задачи, Основные упражнения для подготовки организма к деятельности (гимнастика для глаз, дыхательная, на формирование мышечного корсета), формирование комплекса физических упражнений и ОРУ, теоретическое обоснование и значение развития физических качеств	**1**
5	На материале баскетбола	Краткая характеристика баскетбола. Теоретическое обоснование основ техники перемещений, передач и бросков мяча в баскетболе, тактические действия в баскетболе. Теоретическое обоснование основ техники подвижных игр. Взаимодействие в команде	**1**
6	На материале лыжной подготовки	Краткая характеристика лыжного спорта. Теоретическое обоснование основ техники лыжных ходов. Влияние лыжных прогулок на здоровье школьника. Состояние лыжного спорта в России.	**1,25**
7	На материале баскетбола, подвижных игр.	Краткая характеристика баскетбола. Теоретическое обоснование основ техники перемещений, передач и подач мяча в баскетболе, тактические действия в баскетболе. Теоретическое обоснование основ техники подвижных игр Взаимодействие в команде	**1,25**
8	На материале волейбола, подвижных игр	Краткая характеристика волейбола. Теоретическое обоснование основ техники перемещений, передач и подач мяча в волейболе, тактические действия в волейболе. . Теоретическое обоснование основ техники подвижных игр	1
9	На материале лёгкой атлетика	Технические дисциплины легкой атлетики История развития легкой атлетики. Теоретическое обоснование структуры и содержания легкой атлетики. Беговые виды легкой атлетики. Особенности техники кроссового бега.Прикладно-ориентированные упражнения	1

Тематическое планирование 7 класс

№	Название раздела (темы)	Основное содержание	Количество часов
1	Основы знаний	Исторические сведения об Олимпийских играх. Физкультура и спорт в РФ на современном этапе. Познай себя. Здоровье и здоровый образ жизни. Правила техники безопасности на урока	В процессе урока
2	На материале лёгкой атлетики	Технические дисциплины легкой атлетики История развития легкой атлетики. Теоретическое обоснование структуры и содержания легкой атлетики.Беговые виды легкой атлетикиОсобенности техники кроссового бега	**1**
3	На материале волейбола, подвижных игр	Краткая характеристика волейбола. Теоретическое обоснование основ техники перемещений, передач и подач мяча в волейболе, тактические действия в волейболе. Теоретическое обоснование основ техники подвижных игр	1
4	На материале гимнастики	ОРУ его цели и задачи, Основные упражнения для подготовки организма к деятельности (гимнастика для глаз, дыхательная, на формирование мышечного корсета), формирование комплекса физических упражнений и ОРУ, теоретическое обоснование и значение развития физических качеств	**1**
5	На материале баскетбола	Краткая характеристика баскетбола. Теоретическое обоснование основ техники перемещений, передач и бросков мяча в баскетболе, тактические действия в баскетболе. Теоретическое обоснование основ техники подвижных игр. Взаимодействие в команде	**1**
6	На материале лыжной подготовки	Краткая характеристика лыжного спорта. Теоретическое обоснование основ техники лыжных ходов. Влияние лыжных прогулок на здоровье школьника. Состояние лыжного спорта в России.	**1,25**
7	На материале баскетбола, подвижных игр.	Краткая характеристика баскетбола. Теоретическое обоснование основ техники перемещений, передач и подач мяча в баскетболе, тактические действия в баскетболе. Теоретическое обоснование основ техники подвижных игр Взаимодействие в команде	**1,25**
8	На материале волейбола, подвижных игр	Краткая характеристика волейбола. Теоретическое обоснование основ техники перемещений, передач и подач мяча в волейболе, тактические действия в волейболе. . Теоретическое обоснование основ техники подвижных игр	1
9	На материале лёгкой атлетика	Технические дисциплины легкой атлетики История развития легкой атлетики. Теоретическое обоснование структуры и содержания легкой атлетики. Беговые виды легкой атлетики. Особенности техники кроссового бега.Прикладно-ориентированные упражнения	1

Тематическое планирование 8 класс

№	Название раздела (темы)	Основное содержание	Количество часов
1	Основы знаний	Исторические сведения об Олимпийских играх. Физкультура и спорт в РФ на современном этапе. Познай себя. Здоровье и здоровый образ жизни. Правила техники безопасности на урока	В процессе урока
2	На материале лёгкой атлетики	Технические дисциплины легкой атлетики История развития легкой атлетики. Теоретическое обоснование структуры и содержания легкой атлетики.Беговые виды легкой атлетикиОсобенности техники кроссового бега	**1**
3	На материале волейбола, подвижных игр	Краткая характеристика волейбола. Теоретическое обоснование основ техники перемещений, передач и подач мяча в волейболе, тактические действия в волейболе. Теоретическое обоснование основ техники подвижных игр	1
4	На материале гимнастики	ОРУ его цели и задачи, Основные упражнения для подготовки организма к деятельности (гимнастика для глаз, дыхательная, на формирование мышечного корсета), формирование комплекса физических упражнений и ОРУ, теоретическое обоснование и значение развития физических качеств	**1**
5	На материале баскетбола	Краткая характеристика баскетбола. Теоретическое обоснование основ техники перемещений, передач и бросков мяча в баскетболе, тактические действия в баскетболе. Теоретическое обоснование основ техники подвижных игр. Взаимодействие в команде	**1**
6	На материале лыжной подготовки	Краткая характеристика лыжного спорта. Теоретическое обоснование основ техники лыжных ходов. Влияние лыжных прогулок на здоровье школьника. Состояние лыжного спорта в России.	**1,25**
7	На материале баскетбола, подвижных игр.	Краткая характеристика баскетбола. Теоретическое обоснование основ техники перемещений, передач и подач мяча в баскетболе, тактические действия в баскетболе. Теоретическое обоснование основ техники подвижных игр Взаимодействие в команде	**1,25**
8	На материале волейбола, подвижных игр	Краткая характеристика волейбола. Теоретическое обоснование основ техники перемещений, передач и подач мяча в волейболе, тактические действия в волейболе. . Теоретическое обоснование основ техники подвижных игр	1
9	На материале лёгкой атлетика	Технические дисциплины легкой атлетики История развития легкой атлетики. Теоретическое обоснование структуры и содержания легкой атлетики. Беговые виды легкой атлетики. Особенности техники кроссового бега.Прикладно-ориентированные упражнения	1

Тематическое планирование 9 класс

№	Название раздела (темы)	Основное содержание	Количество часов
1	Основы знаний	Исторические сведения об Олимпийских играх. Физкультура и спорт в РФ на современном этапе. Познай себя. Здоровье и здоровый образ жизни. Правила техники безопасности на урока	В процессе урока
2	На материале лёгкой атлетики	Технические дисциплины легкой атлетики История развития легкой атлетики. Теоретическое обоснование структуры и содержания легкой атлетики.Беговые виды легкой атлетикиОсобенности техники кроссового бега	**1**
3	На материале волейбола, подвижных игр	Краткая характеристика волейбола. Теоретическое обоснование основ техники перемещений, передач и подач мяча в волейболе, тактические действия в волейболе. Теоретическое обоснование основ техники подвижных игр	1
4	На материале гимнастики	ОРУ его цели и задачи, Основные упражнения для подготовки организма к деятельности (гимнастика для глаз, дыхательная, на формирование мышечного корсета), формирование комплекса физических упражнений и ОРУ, теоретическое обоснование и значение развития физических качеств	**1**
5	На материале баскетбола	Краткая характеристика баскетбола. Теоретическое обоснование основ техники перемещений, передач и бросков мяча в баскетболе, тактические действия в баскетболе. Теоретическое обоснование основ техники подвижных игр. Взаимодействие в команде	**1**
6	На материале лыжной подготовки	Краткая характеристика лыжного спорта. Теоретическое обоснование основ техники лыжных ходов. Влияние лыжных прогулок на здоровье школьника. Состояние лыжного спорта в России.	**1,25**
7	На материале баскетбола, подвижных игр.	Краткая характеристика баскетбола. Теоретическое обоснование основ техники перемещений, передач и подач мяча в баскетболе, тактические действия в баскетболе. Теоретическое обоснование основ техники подвижных игр Взаимодействие в команде	**1,25**
8	На материале волейбола, подвижных игр	Краткая характеристика волейбола. Теоретическое обоснование основ техники перемещений, передач и подач мяча в волейболе, тактические действия в волейболе. . Теоретическое обоснование основ техники подвижных игр	1
9	На материале лёгкой атлетика	Технические дисциплины легкой атлетики История развития легкой атлетики. Теоретическое обоснование структуры и содержания легкой атлетики. Беговые виды легкой атлетики. Особенности техники кроссового бега.Прикладно-ориентированные упражнения	1