

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Красноярского края

Управление образования Администрации Нижнеингашского района

МБОУ «РСШ №1 им. Героя Советского Союза В.П. Лаптева»

РАССМОТРЕНО

Руководитель ШМО

Чеботарев А.В.
Протокол № 1 от «29» 08
2023 г.

СОГЛАСОВАНО

Заместитель директора
по УВР

Ботяновская И.В.
Протокол №1 от «30» 08
2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

Директор

Голденко Т.Н.
Приказ №135 от «31» 08
2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

(ID 3746126)

учебного предмета «Физическая культура»

для обучающихся 9 класса

п.Нижняя Пойма 2023

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа по физической культуре представляет собой методически оформленную конкретизацию требований ФГОС ООО и раскрывает их реализацию через конкретное предметное содержание.

При создании программы по физической культуре учитывались потребности современного российского общества в физически крепком и дееспособном подрастающем поколении, способном активно включаться в разнообразные формы здорового образа жизни, умеющем использовать ценности физической культуры для самоопределения, саморазвития и самоактуализации.

В своей социально-ценностной ориентации программа по физической культуре рассматривается как средство подготовки обучающихся к предстоящей жизнедеятельности, укрепления их здоровья, повышения функциональных и адаптивных возможностей систем организма, развития жизненно важных физических качеств. Программа по физической культуре обеспечивает преемственность с федеральными рабочими программами начального общего и среднего общего образования.

Основной целью программы по физической культуре 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. В программе по физической культуре данная цель конкретизируется и связывается с формированием устойчивых мотивов и потребностей обучающихся в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических, психических и нравственных качеств, творческом использовании ценностей физической культуры в организации здорового образа жизни, регулярных занятиях двигательной деятельностью и спортом.

Развивающая направленность программы по физической культуре определяется вектором развития физических качеств и функциональных возможностей организма, являющихся основой укрепления их здоровья, повышения надёжности и активности адаптивных процессов. Существенным достижением данной ориентации является приобретение обучающимися

знаний и умений в организации самостоятельных форм занятий оздоровительной, спортивной и прикладно-ориентированной физической культурой, возможности познания своих физических способностей и их целенаправленного развития.

Воспитывающее значение программы по физической культуре заключается в содействии активной социализации обучающихся на основе осмысления и понимания роли и значения мирового и российского олимпийского движения, приобщения к их культурным ценностям, истории и современному развитию.

В число практических результатов данного направления входит формирование положительных навыков и умений в общении и взаимодействии со сверстниками и учителями физической культуры, организации совместной учебной и консультативной деятельности.

Центральной идеей конструирования учебного содержания и планируемых результатов образования по физической культуре на уровне основного общего образования является воспитание целостной личности обучающихся, обеспечение единства в развитии их физической, психической и социальной природы. Реализация этой идеи становится возможной на основе содержания учебного предмета, которое представляется двигательной деятельностью с её базовыми компонентами: информационным (знания о физической культуре), операциональным (способы самостоятельной деятельности) и мотивационно-процессуальным (физическое совершенствование).

В целях усиления мотивационной составляющей учебного предмета «Физическая культура», придания ей лично значимого смысла, содержание программы по физической культуре 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. Инвариантные модули в своём предметном содержании ориентируются на всестороннюю физическую подготовленность обучающихся, освоение ими технических действий и физических упражнений, содействующих обогащению двигательного опыта.

Вариативные модули объединены модулем «Спорт», содержание которого разрабатывается образовательной организацией на основе модульных программ по физической культуре для общеобразовательных организаций. Основной содержательной направленностью вариативных модулей является подготовка обучающихся к выполнению нормативных требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО, активное вовлечение их в соревновательную деятельность.

Модуль «Спорт» может разрабатываться учителями физической культуры на основе содержания базовой физической подготовки, национальных видов спорта, современных оздоровительных систем. В рамках данного модуля представлено примерное содержание «Базовой физической подготовки».

Содержание программы по физической культуре представлено по годам обучения, для каждого класса предусмотрен раздел «Универсальные учебные действия», в котором раскрывается вклад предмета в формирование познавательных, коммуникативных и регулятивных действий, соответствующих возможностям и особенностям обучающихся данного возраста. Личностные достижения непосредственно связаны с конкретным содержанием учебного предмета и представлены по мере его раскрытия.

Общее число часов, рекомендованных для изучения физической культуры на уровне основного общего образования в 9 классе – 68 часов (2 часа в неделю).

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

9 КЛАСС

Знания о физической культуре.

Здоровье и здоровый образ жизни, вредные привычки и их пагубное влияние на здоровье человека. Туристские походы как форма организации здорового образа жизни. Профессионально-прикладная физическая культура.

Способы самостоятельной деятельности.

Восстановительный массаж как средство оптимизации работоспособности, его правила и приёмы во время самостоятельных занятий физической подготовкой. Банные процедуры как средство укрепления здоровья. Измерение функциональных резервов организма. Оказание первой помощи на самостоятельных занятиях физическими упражнениями и во время активного отдыха.

Физическое совершенствование.

Физкультурно-оздоровительная деятельность.

Занятия физической культурой и режим питания. Упражнения для снижения избыточной массы тела. Оздоровительные, коррекционные и профилактические мероприятия в режиме двигательной активности обучающихся.

Спортивно-оздоровительная деятельность.

Модуль «Гимнастика».

Акробатическая комбинация с включением длинного кувырка с разбега и кувырка назад в упор, стоя ноги врозь (юноши). Гимнастическая комбинация на высокой перекладине, с включением элементов размахивания и соскока вперёд прогнувшись (юноши). Гимнастическая комбинация на параллельных брусьях, с включением двух кувырков вперёд с опорой на руки (юноши). Гимнастическая комбинация на гимнастическом бревне, с включением полушпагата, стойки на колене с опорой на руки и отведением ноги назад (девушки). Черлидинг: композиция упражнений с построением пирамид, элементами степ-аэробики, акробатики и ритмической гимнастики (девушки).

Модуль «Лёгкая атлетика».

Техническая подготовка в беговых и прыжковых упражнениях: бег на короткие и длинные дистанции, прыжки в длину способами «прогнувшись» и «согнув ноги», прыжки в высоту способом «перешагивание». Техническая подготовка в метании спортивного снаряда с разбега на дальность.

Модуль «Зимние виды спорта».

Техническая подготовка в передвижении лыжными ходами по учебной дистанции: попеременный двухшажный ход, одновременный одношажный ход, способы перехода с одного лыжного хода на другой.

Модуль «Спортивные игры».

Баскетбол. Техническая подготовка в игровых действиях: ведение, передачи, приёмы и броски мяча на месте, в прыжке, после ведения.

Волейбол. Техническая подготовка в игровых действиях: подачи мяча в разные зоны площадки соперника, приёмы и передачи на месте и в движении, удары и блокировка.

Модуль «Спорт».

Физическая подготовка к выполнению нормативов Комплекса ГТО с использованием средств базовой физической подготовки, видов спорта и оздоровительных систем физической культуры, национальных видов спорта, культурно-этнических игр.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ НА УРОВНЕ НАЧАЛЬНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

В результате изучения физической культуры на уровне основного общего образования у обучающегося будут сформированы следующие **личностные результаты**:

готовность проявлять интерес к истории и развитию физической культуры и спорта в Российской Федерации, гордиться победами выдающихся отечественных спортсменов-олимпийцев;

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

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

готовность оценивать своё поведение и поступки во время проведения совместных занятий физической культурой, участия в спортивных мероприятиях и соревнованиях;

готовность оказывать первую медицинскую помощь при травмах и ушибах, соблюдать правила техники безопасности во время совместных занятий физической культурой и спортом;

стремление к физическому совершенствованию, формированию культуры движения и телосложения, самовыражению в избранном виде спорта;

готовность организовывать и проводить занятия физической культурой и спортом на основе научных представлений о закономерностях физического развития и физической подготовленности с учётом самостоятельных наблюдений за изменением их показателей;

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

осознание необходимости ведения здорового образа жизни как средства профилактики пагубного влияния вредных привычек на физическое, психическое и социальное здоровье человека;

способность адаптироваться к стрессовым ситуациям, осуществлять профилактические мероприятия по регулированию эмоциональных

напряжений, активному восстановлению организма после значительных умственных и физических нагрузок;

готовность соблюдать правила безопасности во время занятий физической культурой и спортом, проводить гигиенические и профилактические мероприятия по организации мест занятий, выбору спортивного инвентаря и оборудования, спортивной одежды;

готовность соблюдать правила и требования к организации бивуака во время туристских походов, противостоять действиям и поступкам, приносящим вред окружающей среде;

освоение опыта взаимодействия со сверстниками, форм общения и поведения при выполнении учебных заданий на уроках физической культуры, игровой и соревновательной деятельности;

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

формирование представлений об основных понятиях и терминах физического воспитания и спортивной тренировки, умений руководствоваться ими в познавательной и практической деятельности, общении со сверстниками, публичных выступлениях и дискуссиях.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

В результате изучения физической культуры на уровне основного общего образования у обучающегося будут сформированы универсальные познавательные учебные действия, универсальные коммуникативные учебные действия, универсальные регулятивные учебные действия.

У обучающегося будут сформированы следующие **универсальные познавательные учебные действия:**

проводить сравнение соревновательных упражнений Олимпийских игр древности и современных Олимпийских игр, выявлять их общность и различия;

осмысливать Олимпийскую хартию как основополагающий документ современного олимпийского движения, приводить примеры её гуманистической направленности;

анализировать влияние занятий физической культурой и спортом на воспитание положительных качеств личности, устанавливать возможность профилактики вредных привычек;

характеризовать туристские походы как форму активного отдыха, выявлять их целевое предназначение в сохранении и укреплении здоровья,

руководствоваться требованиями техники безопасности во время передвижения по маршруту и организации бивуака;

устанавливать причинно-следственную связь между планированием режима дня и изменениями показателей работоспособности;

устанавливать связь негативного влияния нарушения осанки на состояние здоровья и выявлять причины нарушений, измерять индивидуальную форму и составлять комплексы упражнений по профилактике и коррекции выявляемых нарушений;

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

устанавливать причинно-следственную связь между качеством владения техникой физического упражнения и возможностью возникновения травм и ушибов во время самостоятельных занятий физической культурой и спортом;

устанавливать причинно-следственную связь между подготовкой мест занятий на открытых площадках и правилами предупреждения травматизма.

У обучающегося будут сформированы следующие **универсальные коммуникативные учебные действия**:

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

вести наблюдения за развитием физических качеств, сравнивать их показатели с данными возрастно-половых стандартов, составлять планы занятий на основе определённых правил и регулировать нагрузку по частоте пульса и внешним признакам утомления;

описывать и анализировать технику разучиваемого упражнения, выделять фазы и элементы движений, подбирать подготовительные упражнения;

и планировать последовательность решения задач обучения, оценивать эффективность обучения посредством сравнения с эталонным образцом;

наблюдать, анализировать и контролировать технику выполнения физических упражнений другими обучающимися, сравнивать её с эталонным образцом, выявлять ошибки и предлагать способы их устранения;

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

У обучающегося будут сформированы следующие **универсальные регулятивные учебные действия**:

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

составлять и выполнять акробатические и гимнастические комплексы упражнений, самостоятельно разучивать сложно-координированные упражнения на спортивных снарядах;

активно взаимодействовать в условиях учебной и игровой деятельности, ориентироваться на указания учителя и правила игры при возникновении конфликтных и нестандартных ситуаций, признавать своё право и право других на ошибку, право на её совместное исправление;

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

организовывать оказание первой помощи при травмах и ушибах во время самостоятельных занятий физической культурой и спортом, применять способы и приёмы помощи в зависимости от характера и признаков полученной травмы.

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

К концу обучения **в 9 классе** обучающийся научится:

отстаивать принципы здорового образа жизни, раскрывать эффективность его форм в профилактике вредных привычек, обосновывать пагубное влияние вредных привычек на здоровье человека, его социальную и производственную деятельность;

понимать пользу туристских подходов как формы организации здорового образа жизни, выполнять правила подготовки к пешим походам, требования безопасности при передвижении и организации бивуака;

объяснять понятие «профессионально-прикладная физическая культура»;

её целевое предназначение, связь с характером и особенностями профессиональной деятельности, понимать необходимость занятий профессионально-прикладной физической подготовкой обучающихся общеобразовательной организации;

использовать приёмы массажа и применять их в процессе самостоятельных занятий физической культурой и спортом, выполнять гигиенические требования к процедурам массажа;

измерять индивидуальные функциональные резервы организма с помощью проб Штанге, Генча, «задержки дыхания», использовать их для планирования индивидуальных занятий спортивной и профессионально-прикладной физической подготовкой;

определять характер травм и ушибов, встречающихся на самостоятельных занятиях физическими упражнениями и во время активного отдыха, применять способы оказания первой помощи;

составлять и выполнять комплексы упражнений из разученных акробатических упражнений с повышенными требованиями к технике их выполнения (юноши);

составлять и выполнять гимнастическую комбинацию на высокой перекладине из разученных упражнений, с включением элементов размахивания и соскока вперёд способом «прогнувшись» (юноши);

составлять и выполнять композицию упражнений черлидинга с построением пирамид, элементами степ-аэробики и акробатики (девушки);

составлять и выполнять комплекс ритмической гимнастики с включением элементов художественной гимнастики, упражнений на гибкость и равновесие (девушки);

совершенствовать технику беговых и прыжковых упражнений в процессе самостоятельных занятий технической подготовкой к выполнению нормативных требований комплекса ГТО;

совершенствовать технику передвижения лыжными ходами в процессе самостоятельных занятий технической подготовкой к выполнению нормативных требований комплекса ГТО;

соблюдать правила безопасности в бассейне при выполнении плавательных упражнений;

выполнять повороты кувырком, маятником;

выполнять технические элементы брассом в согласовании с дыханием;

совершенствовать технические действия в спортивных играх: баскетбол, волейбол, футбол, взаимодействовать с игроками своих команд в условиях игровой деятельности, при организации тактических действий в нападении и защите;

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

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ 9 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы	
Раздел 1. Знания о физической культуре					
1.1	Знания о физической культуре	3			Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f417af8
Итого по разделу		3			
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности					
2.1	Способы самостоятельной деятельности	5			http://pedsovet.su/load
Итого по разделу		5			
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ					
Раздел 1. Физкультурно-оздоровительная деятельность					
1.1	Физкультурно-оздоровительная деятельность	3			http://fizkultura-na5.ru/
Итого по разделу		3			
Раздел 2. Спортивно-оздоровительная деятельность					
2.1	Гимнастика (модуль "Гимнастика")	10			Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f417af8
2.2	Лёгкая атлетика (модуль "Легкая атлетика")	12			http://fizkultura-na5.ru/
2.3	Зимние виды спорта (модуль "Зимние виды спорта")	6			http://fizkultura-na5.ru/

2.4	Плавание (модуль "Плавание")	0			
2.5	Спортивные игры. Баскетбол (модуль "Спортивные игры")	9			http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura
2.6	Спортивные игры. Волейбол (модуль "Спортивные игры")	10			http://fizkultura-na5.ru/
2.7	Спортивные игры. Футбол (модуль "Спортивные игры")	0			http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura
2.8	Подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО (модуль "Спорт")	10			Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f417af8
Итого по разделу		57			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	0	

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

9 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы		
1	Здоровье и здоровый образ жизни	1			04.09.2023	http://spo.1september.ru/
2	Туристские походы как форма активного отдыха	1			06.09.2023	http://spo.1september.ru/
3	Профессионально-прикладная физическая культура	1			11.09.2023	http://spo.1september.ru/
4	Восстановительный массаж	1			13.09.2023	http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura
5	Восстановительный массаж	1			18.09.2023	http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura
6	Банные процедуры	1			20.09.2023	http://spo.1september.ru/
7	Измерение функциональных резервов организма	1			25.09.2023	http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura
8	Оказание первой помощи во время самостоятельных занятий физическими упражнениями и активного отдыха	1			27.09.2023	http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura
9	Занятия физической культурой и режим питания	1			02.10.2023	http://spo.1september.ru/

10	Упражнения для снижения избыточной массы тела	1			04.10.2023	http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura
11	Мероприятия в режиме двигательной активности обучающихся	1			09.10.2023	http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura
12	Длинный кувырок с разбега	1			11.10.2023	http://spo.1september.ru/
13	Кувырок назад в упор	1			16.10.2023	http://spo.1september.ru/
14	Гимнастическая комбинация на высокой перекладине	1			18.10.2023	http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura
15	Гимнастическая комбинация на высокой перекладине	1			23.10.2023	http://spo.1september.ru/
16	Гимнастическая комбинация на параллельных брусьях	1			25.10.2023	http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura
17	Гимнастическая комбинация на параллельных брусьях	1			08.11.2023	http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura
18	Гимнастическая комбинация на гимнастическом бревне	1			13.11.2023	
19	Гимнастическая комбинация на гимнастическом бревне	1			15.11.2023	http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura
20	Упражнения черлидинга	1			20.11.2023	http://spo.1september.ru/
21	Упражнения черлидинга	1			22.11.2023	http://spo.1september.ru/
22	Бег на короткие дистанции	1			27.11.2023	
23	Бег на короткие дистанции	1				http://spo.1september.ru/

					29.11.2023	
24	Бег на длинные дистанции	1			04.12.2023	
25	Бег на длинные дистанции	1			06.12.2023	http://spo.1september.ru/
26	Прыжки в длину «прогнувшись»	1			11.12.2023	
27	Прыжки в длину «прогнувшись»	1			13.12.2023	http://spo.1september.ru/
28	Прыжки в длину «согнув ноги»	1			18.12.2023	
29	Прыжки в длину «согнув ноги»	1			20.12.2023	http://spo.1september.ru/
30	Прыжки в высоту	1			25.12.2023	http://spo.1september.ru/
31	Прыжки в высоту	1			27.12.2023	
32	Метание спортивного снаряда с разбега на дальность	1			10.01.2024	http://spo.1september.ru/
33	Метание спортивного снаряда с разбега на дальность	1			15.01.2024	http://spo.1september.ru/
34	Передвижение попеременным двухшажным ходом	1			17.01.2024	http://pedsovet.su/load
35	Передвижение попеременным двухшажным ходом	1			22.01.2024	http://spo.1september.ru/
36	Передвижение одновременным одношажным ходом	1			24.01.2024	http://spo.1september.ru/
37	Передвижение одновременным	1				

	одношажным ходом				29.01.2024	
38	Способы перехода с одного лыжного хода на другой	1			31.01.2024	http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura
39	Способы перехода с одного лыжного хода на другой	1			05.02.2024	http://spo.1september.ru/
40	Ведение мяча	1			07.02.2024	http://spo.1september.ru/
41	Ведение мяча	1			12.02.2024	http://spo.1september.ru/
42	Передача мяча	1			14.02.2024	http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura
43	Передача мяча	1			19.02.2024	http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura
44	Приемы и броски мяча на месте	1			21.02.2024	http://spo.1september.ru/
45	Приемы и броски мяча на месте	1			26.02.2024	http://spo.1september.ru/
46	Приемы и броски мяча после ведения	1			28.02.2024	http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura
47	Приемы и броски мяча в прыжке	1			04.03.2024	http://spo.1september.ru/
48	Приемы и броски мяча после ведения	1			06.03.2024	http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura
49	Подачи мяча в разные зоны площадки соперника	1			11.03.2024	http://pedsovet.su/load
50	Подачи мяча в разные зоны площадки соперника	1			13.03.2024	http://spo.1september.ru/
51	Приёмы и передачи мяча на месте	1				

					18.03.2024	
52	Приёмы и передачи мяча на месте	1			20.03.2024	http://spo.1september.ru/
53	Приёмы и передачи в движении	1			03.04.2024	http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura
54	Приёмы и передачи в движении	1			08.04.2024	http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura
55	Удары	1			10.04.2024	http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura
56	Удары	1			15.04.2024	http://spo.1september.ru/
57	Плавание брассом	1			17.04.2024	http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura
58	Блокировка	1			22.04.2024	http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura
59	История ВФСК ГТО, возрождение ГТО. Правила выполнения спортивных нормативов 5-6 ступени. Правила ТБ. Первая помощь при травмах	1			24.04.2024	http://spo.1september.ru/
60	История ВФСК ГТО, возрождение ГТО. Правила выполнения спортивных нормативов 5-6 ступени. Правила ТБ. Первая помощь при травмах	1			27.04.2024	http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura
61	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 30м, 60м или 100м	1			02.05.2024	http://spo.1september.ru/

62	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 30м, 60м или 100м	1			04.05.2024	http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura
63	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 2000м или 3000м	1			06.05.2024	http://pedsovet.su/load
64	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Бег на 2000м или 3000м	1			08.05.2024	http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura
65	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Кросс на 3 км или 5км	1			13.05.2024	http://pedsovet.su/load
66	Промежуточная аттестация в форме зачета	1			16.05.2024	http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura
67	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Поднимание туловища из положения лежа на спине	1			20.05.2024	http://pedsovet.su/load
68	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: Подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см	1			22.05.2024	http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	0		

**УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА
ОБЯЗАТЕЛЬНЫЕ УЧЕБНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧЕНИКА**

- Физическая культура, 8-9 классы/ Лях В.И., Акционерное общество

«Издательство «Просвещение»

- Физическая культура, 8-9 классы/ Виленский М.Я., Туревский И.М., Торочкова Т.Ю. и другие; под редакцией Виленского М.Я., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

Физическая культура, 8-9 классы/ Лях В.И., Акционерное общество

«Издательство «Просвещение»

- Физическая культура, 8-9 классы/ Виленский М.Я., Туревский И.М., Торочкова Т.Ю. и другие; под редакцией Виленского М.Я., Акционерное общество «Издательство «Просвещение»

**ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ
ИНТЕРНЕТ**

<http://pedsovet.su/load>

<http://www.it-n.ru/communities.aspx>

<http://www.edu.cap.ru>

<http://spo.1september.ru/>

<http://nsportal.ru/nachalnaya-shkola/fizkultura>