Муниципальное общеобразовательное учреждение

«Средняя общеобразовательная школа №1»

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| РАССМОТРЕНО  на заседании школьного методического объединения учителей физической культуры  Протокол заседания№1  от 27 августа 2021 г.  Руководитель МО \_\_\_\_\_\_\_\_/ Бородин В.А. | СОГЛАСОВАНО  с зам. директора по УВР \_\_\_\_\_\_\_\_\_/\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/  подпись расшифровка подписи  30 августа 2021 г. | УТВЕРЖДЕНА  Директор МОУ «СОШ №1»  Г.И.Даутова  Приказ №269от 31.08.2021 г.  Протокол заседания педагогического совета№1  от 30 августа 2021 г. |

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**по физической культуре**

5 класса

(базовый уровень)

на 2021-2022 учебный год

Составитель: Приходько В. В.,

учитель физической культуры высшей категории

Бородин В.А.,

учитель физической культуры

г. Благодарный, 2021г.

**Планируемые результаты освоения предмета физической культуры.**

**Личностные результаты** отражаются в индивидуальных, качественных свойствах учащихся, которые приобретаются в процессе освоения учебного предмета «Физическая культура». Эти качественные свойства проявляются прежде всего в положительном отношении учащихся к занятиям двигательной (физкультурной) деятельностью, накоплении необходимых знаний, а также в умении использовать ценности физической культуры для удовлетворения индивидуальных интересов и потребностей, достижения личностно значимых результатов в физическом совершенстве.

Личностные результаты могут проявляться в разных областях культуры.

**Метапредметные результаты**характеризуют уровень сформированности качественных универсальных способностей учащихся, проявляющихся в активном применении знаний и умений в познавательной и предметно-практической деятельности. Приобретенные на базе освоения содержания предмета « Физическая культура», в единстве с освоением программного материала других образовательных дисциплин, универсальные способности потребуются как в рамках образовательного процесса ( умение учиться), так и в реальной повседневной жизни учащихся.

Метапредметные результаты проявляются в различных областях культуры.

**Предметные результаты** характеризуют опыт учащихся в творческой двигательной деятельности, который приобретается и закрепляется в процессе освоения учебного предмета «Физическая культура». Приобретаемый опыт проявляется в знаниях и способах двигательной деятельности, умениях творчески их применять при решении практических задач, связанных с организацией и проведением самостоятельных занятий физической культурой.

Предметные результаты, так же как и метапредметные проявляются в разных областях культуры.

**Выпускник научится:**

* рассматривать физическую культуру как явление культуры, вычислить исторические этапы ее развития, характеризовать основные направления и формы ее организации в современном обществе;
* характеризовать содержательные основы здорового образа жизни, раскрывал, его взаимосвязь со здоровьем, гармоничным физическим развитием и физической подготовленностью, формированием качеств личности и профилактикой вредных привычек;
* 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;
* разрабатывать содержание самостоятельных занятий физическими упражнениями, определять их направленность и формулировать задачи, рационально планировать в режиме дня и учебной недели;
* руководствоваться правилами профилактики травматизма и подготовки мест занятий, правильного выбора обуви и формы одежды в зависимости от времени гола и погодных условий:
* руководствоваться правилами оказания первой доврачебной помощи при травмах и ушибах во время самостоятельных занятий физическими упражнениями.

**Выпускник получит возможность научиться:**

* характеризовать цель возрождения Олимпийских игр и роль Пьера де Кубертена в становлении современного Олимпийского Движения, объяснять смысл символики и ритуалов Олимпийских игр;
* характеризовать исторические вехи развития отечественного спортивного движения, великих спортсменов, принесших славу Российскому спорту;
* определять признаки положительного влияния занятий физической подготовкой па укрепление здоровья, устанавливать связь между развитием физических качеств и основных систем организма.

индивидуальных интересов и потребностей, достижения личностно значимых результатов в физическом совершенстве.

Личностные результаты могут проявляться в разных областях культуры.

**Метапредметные результаты**характеризуют уровень сформированности качественных универсальных способностей учащихся, проявляющихся в активном применении знаний и умений в познавательной и предметно-практической деятельности. Приобретенные на базе освоения содержания предмета « Физическая культура», в единстве с освоением программного материала других образовательных дисциплин, универсальные способности потребуются как в рамках образовательного процесса ( умение учиться), так и в реальной повседневной жизни учащихся.

Метапредметные результаты проявляются в различных областях культуры.

**Предметные результаты** характеризуют опыт учащихся в творческой двигательной деятельности, который приобретается и закрепляется в процессе освоения учебного предмета «Физическая культура». Приобретаемый опыт проявляется в знаниях и способах двигательной деятельности, умениях творчески их применять при решении практических задач, связанных с организацией и проведением самостоятельных занятий физической культурой.

Предметные результаты, так же как и метапредметные проявляются в разных областях культуры.

**Система оценки достижения планируемых результатов**

Нормы оценивания по физической культуре являются качественными и количественными.

***Качественные критерии*** *успеваемости* характеризуют степень овладения программным материалом: знаниями, двигательными умениями и навыками, способами физкультурно-оздоровительной деятельности, включенными в обязательный минимум содержания образования и в школьный образовательный стандарт.

***Количественные критерии успеваемости*** определяют сдвиги в физической подготовленности, складывающиеся из показателей развития основных физических способностей: силовых, скоростных, координационных, выносливости,

***Итоговая отметка*** выставляется учащимся за овладение темы, раздела, за четверть (в старших классах — за полугодие), за учебный год. Она включает в себя текущие отметки, полученные учащимися за овладение всеми составляющими успеваемости: знаниями, двигательными умениями навыками, а также отражает сдвиги в развитии физических способностей, умений осуществлять физкультурно­-оздоровительную деятельность.

***Критерии оценивания успеваемости по базовым составляющим*** физической подготовки учащихся:

**Критерии оценки успеваемости по разделам программы.**

1. **При оценке знаний учащихся по предмету «Физическая культура»** надо учитывать их глубину, полноту, аргументированность, умение использовать их применительно к конкретным случаям и занятиям физическими упражнениями.

**Оценка «5»** выставляется за ответ, в котором учащийся демонстрирует глубокое понимание сущности материала, логично его излагает, используя в деятельности.

**Оценка «4»** ставится за ответ, в котором содержатся небольшие неточности и незначительные ошибки.

**Оценку «3»** получают за ответ, в котором отсутствует логическая последовательность, имеются пробелы в знании материала, нет должной аргументации и умения использовать знания на практике.

**Оценка «2»** выставляется за непонимание и незнание материала программы.

**Оценка «1»-**  Отказ от выполнения задания.

2. Оценка техники владения двигательными действиями, умениями и навыками

(комплексы упражнений в гимнастике, акробатические комбинации, упражнения на брусьях, бревне, тактические и технические приемы в баскетболе, волейболе, футболе и т.д.)

**Оценка «5» —** двигательное действие выполнено правильно (заданным способом), точно в надлежащем темпе, легко и чётко; учащиеся по заданию учителя используют их в нестандартных условиях;

**Оценка «4» —** двигательное действие выполнено правильно, но недостаточно легко и чётко, наблюдается некоторая скованность движений;

**Оценка «3» —** двигательное действие выполнено в основном правильно, но допущена одна грубая или несколько мелких ошибок, приведших к неуверенному или напряжённому выполнению. Учащийся по заданию учителя не может выполнить его в нестандартных и сложных в сравнении с уроком условиях;

**Оценка «2» —** двигательное действие выполнено неправильно, с грубыми ошибками, неуверенно, нечётко.

**Оценка «1»-**  Отказ от выполнения задания.

* 1. Владение способами и умениями осуществлять физкультурно­оздоровительную деятельность.

Учащиеся должны самостоятельно организовать места занятий, подобрать средства и инвентарь, применять их в конкретных условиях, контролировать ход выполнения деятельности и оценивать итоги.

**Оценка «5»** - Учащийся умеет**:** самостоятельно организовать место занятий; подбирать средства и инвентарь и применять их в конкретных условиях; контролировать ход выполнения деятельности и оценивать итоги;

**Оценка «4»** - Учащийся**:** организует место занятий в основном самостоятельно, лишь с незначительной помощью; допускает незначительные ошибки в подборе средств;

**Оценка «3»** - Более половины видов самостоятельной деятельности выполнены с помощью учителя или не выполняется один из пунктов;

**Оценка «2»-**Учащийся не может выполнить самостоятельно ни один из пунктов.

**Оценка «1»-**  Отказ от выполнения задания.

* 1. **Уровень физической подготовленности учащегося**

**Оценка «5»-** Исходный показатель соответствует высокому уровню подготовленности, предусмотренному обязательным минимумом подготовки и программой физического воспитания, которая отвечает требованиям государственного стандарта и обязательного минимума содержания обучения по физической культуре, и высокому приросту ученика в показателях физической подготовленности за определённый период времени;

**Оценка «4»-**Исходный показатель соответствует среднему уровню подготовленности и достаточному темпу прироста;

**Оценка «3»-** Исходный показатель соответствует низкому уровню подготовленности и незначительному приросту;

**Оценка «2»-** Учащийся не выполняет государственный стандарт, нет темпа роста показателей физической подготовленности.

**Оценка «1»-**  Отказ от выполнения задания.

При оценке физической подготовленности приоритетным является темп прироста результатов. Задание учителя по улучшению показателей физической подготовленности (темп прироста) должны представлять определенную трудность для каждого учащегося, быть реально выполнимыми. Достижение этих сдвигов при условии систематических занятий даёт основание выставление высокой оценки.

**Система оценки достижения планируемых результатов**

**Раздел программы : Легкая атлетика**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № | Упражнения | Мальчики | | | Девочки | | |
| «5» | «4» | «3» | «5» | 5 | «3» |
| 1 | Бег 30 м | 5,4 и  менее | 5,7 | 6,0 и более | 5,5 и  менее | 6,0 | 6,5 и  более |
| 2 | Бег 60 м | 10,2 и  менее | 11,2 | 11,3 и более | 10,5 и  менее | 11,6 | 11,7 и  более |
| 3 | Бег 300 м | 1.00 и  менее | 1.17 | 1.18 и более | 1.07 и менее | 1.21 | 1.22 и  более |
| 4 | Бег 1000 м | 4,45и  менее | 6.45 | 6.46 и более | 5,20и  менее | 7.20 | 7.21и  более |
| 5 | Бег 1500 м | 8.50 и  менее | 9.59 | 10.00 и более | 9.00и  менее | 10.29 | 10.30 и более |
| 6 | Челночный бег 3х10 | 8,2 и  менее | 8,5 | 8,6 и более | 8,6 и  менее | 9,0 | 9,1 и  более |
| 7 | Прыжок в длину с места | 160  и более | 140 | 130 и менее | 155 и более | 135 | 120 и  менее |
| 8 | Подтягивание в висе (ю), в висе лежа (д) | 8 и  более | 4 | 3 и  менее | 14 и  более | 6 | 5 и  менее |
| 9 | Прыжки в длину с разбега способом «согнув ноги»  ноги» | 340 и  белее | 261 | 260 и менее | 300 и  более | 221 | 220 и  менее |
| 10 | Прыжок в высоту, см | 110 и  больше | 90 | 85 и меньше | 105 и больше | 85 | 80 и  меньше |
| 11 | Прыжки через скакалку кол-во раз за 1 минуту | 90 и  больше | 71 | 70 и  меньше | 110 и  больше | 91 | 90 и  меньше |
| 12 | Метание мяча (150 г),  м | 34 и  больше | 21 | 20 и  меньше | 21 и  больше | 15 | 14 и  меньше |
| 13 | Поднимание туловища, кол-во раз за 30 с | 22 и  больше | 12 | 11 и  меньше | 16 и  больше | 10 | 9 и  меньше |
| 14 | Метание набивного мяча (1 кг) | 380см | 310см | 270см | 350см | 275см | 235см |
| 15 | Поднимание туловища за 1 минуту | 38 и  более | 32 | 26 и  менее | 28и  более | 24 | 18 |

**Раздел программы : Баскетбол**

*Таблица оценки тестов*

*5-9 класс*

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Наименование  теста | кла  сс | «5» | | «4» | | «3» | |
| мальчики | девочки | мальчики | девочки | мальчики | девочки |
| «Змейка» с  ведением мяча 2х15 м (сек.) | 5-6 | 10,0 | 11,0 | 10,5 | 11,5 | 11,0 | 12,0 |
| 7 | 8,8 | 9,8 | 9,0 | 10,0 | 9,3 | 10,3 |
| 8 | 8,5 | 9,5 | 8,8 | 9,7 | 9,0 | 10,0 |
| 9 | 8,4 | 9,4 | 8,7 | 9,6 | 9,0 | 10,0 |
|  |
| Челночный бег  с ведением мяча 3х10 м (сек.) | 5-6 | 8,6 | 9,0 | 8,9 | 9,2 | 9,2 | 9,4 |
| 7 | 8,3 | 8,6 | 8,5 | 8,8 | 8,8 | 9,0 |
| 8 | 8,1 | 8,5 | 8,4 | 8,7 | 8,7 | 9,0 |
| 9 | 8,0 | 8,4 | 8,3 | 8,6 | 8,6 | 9,0 |
| Штрафной бросок, 10  бросков (количество попаданий) | 5-6 | 5 | 5 | 4 | 4 | 3 | 3 |
| 7 | 5 | 5 | 4 | 4 | 3 | 3 |
| 8 | 6 | 6 | 5 | 5 | 3 | 3 |
| 9 | 6 | 6 | 5 | 5 | 4 | 4 |
| Бросок в  движении, 10 бросков (количество попаданий) | 5-6 | 5 | 5 | 4 | 4 | 3 | 3 |
| 7 | 6 | 6 | 5 | 5 | 3 | 3 |
| 8 | 7 | 7 | 6 | 6 | 3 | 3 |
| 9 | 8 | 8 | 6 | 6 | 4 | 4 |
| Передачи мяча в стену за 30 секунд (количество передач) | 5-6 | 19 | 18 | 18 | 17 | 17 | 16 |
| 7 | 20 | 19 | 19 | 18 | 18 | 17 |
|  | 21 | 20 | 19 | 18 | 18 | 17 |
|  | 22 | 20 | 20 | 19 | 19 | 18 |

**Раздел программы: Волейбол**Тесты по волейболу  
7-11 классы

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№п** | **Наименование теста** | **класс** | **«5»** | **«4»** | **«3»** |
| 1. | Верхняя передача | 5 | 10 | 7 | 5 |
|  | над собой; | 6 | 13 | 10 | 6 |
|  |  | 7 | 15 | 12 | 8 |
| 2. | Нижняя передача | 8 | 16 | 13 | 10 |
|  | над собой. | 9 | 17 | 15 | 10 |
|  |  | 10 | 20 | 17 | 15 |
|  |  | 11 | 25 | 20 | 15 |
| 3. | Подача мяча через | 5 | 4 | 3 | 2 |
|  | сетку | 6 | 4 | 3 | 2 |

**Содержание учебного предмета**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| № п\п | Вид программного материала | Количество часов | Контрольные работы |
| Класс |
| 5 |
| 1. | Основы знаний о физической культуре | В процессе урока | 1 |
| 2. | Волейбол | 21 |  |
| 3. | Гимнастика с элементами акробатики | 18 |  |
| 4. | Легкая атлетика | 30 |  |
| 5. | Кроссовая подготовка | 12 |  |
| 6. | Баскетбол | 21 |  |
| 7. | Промежуточная аттестация |  | 1 |
|  | **Итого** | **102** |  |

**1.Основы знаний о физической культуре, умения и навыки, приемы закаливания, способы саморегуляции и самоконтроля.**

**1.1. Естественные основы.**

Здоровье и развитие человека. Строение тела человека и его положение в пространстве. Работа органов дыхания и сердечно – сосудистой системы. Роль слуха и зрения при движениях и передвижениях человека.

Основные формы движения, напряжение и расслабление мышц при выполнении упражнений. Выполнение работающих групп мышц. Изменение роста, веса и силы мышц.

**1.2. Социально-психологические основы.**

Влияние физических упражнений , закаливающих процедур, личной гигиены и режима дня для укрепления здоровья. Физические качества и их связь с физическим развитием. Комплексы упражнений на коррекцию осанки и развитие мышц.

**1.3. Строевые упражнения.**

Налево (направо) потри (четыре) – марш! Слева (справа) в обход зала (площадки) в колонну по одному – шагом марш! Перестроение из колонны по три (четыре) в колонну по одному в движении, с поворотом налево, с изменением дистанции и интервала (1-4 м).

**1.4. Общеразвивающие упражнения.**

**1.5. Легкоатлетические упражнения.**

Выполнение упражнений в разном темпе, по командам, а после усвоения – по субъективной оценке.

***Ходьба.*** Продолжения обучения широкому свободному шагу. Увеличения темпа шагов с энергичным движением рук, сочетание замедленной, обычной и ускоренной ходьбы в колонне, строю. Изменения темпа ходьбы по сигналам. Ходьба с высоким подниманием бедра при правильном положении ног и туловища.

***Бег.*** Медленный до 2 км; беговые упражнения; многоскоки; бег на скорость.

***Метания.*** Передача и перекатывание мяча в сторону, вперед, броски среднего и большого мяча. Метание мяча в цель и на дальность с места с трех шагов.

***Прыжки.*** Преодоление вертикального препятствия с разбега 3-5 шагов, правильное отталкивание. Прыжки в полную силу, на заданную и максимальную длину в установленную полосу приземления. Прыжки согнув ноги. Прыжки в высоту согнув ноги.

**1.6. Гимнастика с элементами акробатики.**

Упражнения для формирования осанки: у вертикальной плоскости с удержанием на голове различных предметов. Акробатические упражнения: стойки на лопатках; Лазание и перелезание: по горизонтальной гимнастической скамейке в упоре присев; подтягивание на горизонтальной скамейке лежа на животе; перелезание через горку матов; лазание по гимнастической стенке произвольным способом. Упражнения в равновесии: стойка на носках; ходьба по линии на полу, по скамейке, по бревну, опорный прыжок.

**1.7. Спортивные игры. Баскетбол.**

Стойки, передвижения, передачи мяча на месте, в движении, броски с места в движении, игра по упрощенным правилам.

**Волейбол.**

Стойка, передвижение, передача мяча сверху, прием мяча снизу, нижняя прямая подача, игра по упрощенным правилам.

Стойка, передвижение, передача мяча сверху, прием мяча снизу, нижняя прямая подача, игра по упрощенным правилам.

**Календарно-тематическое планирование**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| №  урока | Тема раздела и урока | Кол-  во часов на раздел/ тему | Дата  (план.) | Дата  (факт) |
| **Легкая атлетика -16 ч.** | | | | |
| 1 | Инструктаж по ТБ. Бег с высоким подниманием бедра. Бег в коридоре с максимальной скоростью. ОРУ. Игра | 1 |  |  |
| 2 | Бег с максимальной скоростью (30, 60 м). Игра «Снайперы». Развитие скоростных способностей. | 2 |  |  |
| 3 | ОРУ. Бег 30 м на результат. Игра «Пионербол», мини-футбол. | 1 |  |  |
| 4 | Строевые упражнения. Бег 60 м на результат. Игра. | 1 |  |  |
| 5 | ОРУ. Прыжок в длину с разбега. Игра. | 3 |  |  |
| 6 | Строевые упражнения. Челночный бег 4\*10 м. Игра. | 2 |  |  |
| 7 | ОРУ. Метание мяча в цель 2\*2 м с 8 шагов. Игра. | 2 |  |  |
| 8 | ОРУ. Метание мяча на дальность с разбега. Игра. | 3 |  |  |
| 9 | Прием контрольных нормативов: подтягивание, прыжки с места, сгибание разгибание рук, наклоны вперед. | 1 |  |  |
| **Кроссовая подготовка – 6 ч.** | | | | |
| 10 | Бег (5 мин). Преодоление препятствий. Чередование бега и ходьбы (бег 70 м, ходьба -100м). игра. | 2 |  |  |
| 11 | Бег (7 мин). Преодоление препятствий. Чередование бега и ходьбы (бег 90 м, ходьба -90м) . | 2 |  |  |
| 12 | Бег (9 мин). Преодоление препятствий. Чередование бега и ходьбы (бег 100 м, ходьба -70м). игра | 1 |  |  |
| 13 | Кросс (1 км) на результат. Игра | 1 |  |  |
| **Баскетбол-21 ч** | | | | |
| 14 | Инструктаж по ТБ. Стойка и передвижения. Ловля и передача мяча в движении. | 2 |  |  |
| 15 | Ведение. Броски в цель (щит). ОРУ. Игра «Борьба за мяч». | 3 |  |  |
| 16 | Бросок двумя руками от груди. ОРУ. Игра «Гонка мячей по кругу» | 2 |  |  |
| 17 | Ловля и передача мяча в треугольниках. Ведение на месте правой (левой) рукой в движении бегом. | 2 |  |  |
| 18 | Ведение на месте правой (левой) рукой в движении бегом. Бросок двумя руками от груди. ОРУ. Игра «Перестрелка». | 2 |  |  |
| 19 | Ловля и передача мяча на месте в круге. Ведение на месте правой (левой) рукой в движении бегом. ОРУ. Игра «Перестрелка». | 2 |  |  |
| 20 | Ведение с изменением направления движения. Бросок двумя руками от груди. ОРУ. Игра в мини- баскетбол. | 3 |  |  |
| 21 | Ведение с изменением направления движения. Бросок двумя руками от груди. ОРУ. Игра в мини- баскетбол. | 2 |  |  |
| 22 | Ведение мяча с изменением скорости. Бросок двумя руками от груди. ОРУ. Игра «Мяч соседу» Игра в мини- баскетбол. | 2 |  |  |
| 23 | Ведение мяча с изменением скорости. Бросок двумя руками от груди. ОРУ. Игра «Мяч соседу» Игра в мини- баскетбол | 1 |  |  |
| **Волейбол – 21ч.** | | | | |
| 24 | Инструктаж по ТБ. Расстановка. Стойка и передвижения в\б. Передача мяча сверху. | 2 |  |  |
| 25 | Прием мяча снизу. Передача мяча в парах в тройках. Учебная игра | 3 |  |  |
| 26 | Прием и передача мяча в парах, в тройках. Игра «пинербол» | 3 |  |  |
| 27 | Нижняя прямая подача. Передача и прием мяча. Игра по упрощенным правилам | 3 |  |  |
| 28 | Нижняя прямая подача, прием мяча снизу, передача. Игра в волейбол. | 3 |  |  |
| 29 | Оценить технику нижней подачи. Игра по упрощенным правилам. | 1 |  |  |
| 30 | Нижняя прямая подача. Передача и прием мяча. Игра по упрощенным правилам | 3 |  |  |
| 31 | Оценить действия учащихся в игре волейбол | 2 |  |  |
| 32 | Прием контрольных нормативов | 1 |  |  |
| **Гимнастика -18 ч.** | | | | |
| 33 | Инструктаж по ТБ Выполнение команд «Шире шаг!», «Чаще шаг!», «Реже шаг!». Перекаты и группировка с последующей опорой руками за головой. 2-3 кувырка вперед. ОРУ. Игра «Что изменилось?» | 1 |  |  |
| 34 | Строевые упражнения. Кувырок вперед. Стойка на лопатках. Игра. | 2 |  |  |
| 35 | Перестроение в колонну по три. Оценить технику выполнения двух кувырков. ОРУ . Подвижная игра | 1 |  |  |
| 36 | Перестроение в колонну по три. Комбинация акробатических упражнений. ОРУ . Подвижная игра | 2 |  |  |
| 37 | Передвижение по диоганали, противоходом, змейкой. ОРУ. Ходьба приставными шагами по бревну. Игра | 2 |  |  |
| 38 | Упражнения на перекладине. Игра «Снайперы». | 1 |  |  |
| 39 | Опорный прыжок через козла ноги врозь. ОРУ. | 3 |  |  |
| 40 | Прыжки в высоту с разбега. Подвижные игры. | 2 |  |  |
| 41 | Прием нормативов: прыжки с места, поднимание туловища, сгибание разгибание рук в упоре лежа, подтягивание, наклоны в перед. | 2 |  |  |
| **Кроссовая подготовка – 6 ч.** | | | | |
| 42 | Бег (6 мин). Преодоление препятствий. Чередование бега и ходьбы (бег-80 м, ходьба -90м). Игра «Волк ворву» | 2 |  |  |
| 43 | Бег (8 мин). Преодоление препятствий. Чередование бега и ходьбы (бег-100 м, ходьба -70м). Игра | 2 |  |  |
| 44 | Бег (8 мин). Преодоление препятствий. Чередование бега и ходьбы (бег-100 м, ходьба -70м). Игра | 1 |  |  |
| 45 | Кросс (1 км) на время. Игра. Развитие выносливости | 1 |  |  |
| 43 | Инструктаж по ТБ. Бег с высоким подниманием бедра. Бег в коридоре с максимальной скоростью. ОРУ. Игра | 1 |  |  |
| 44 | Встречная эстафета. Бег с максимальной скоростью (60 м). игра волейбол, мини-футбол. | 2 |  |  |
| 45 | Бег на результат (30, 60 м). развитие скоростных способностей. Игра «Снайперы», мини-футбол | 2 |  |  |
| **Легкая атлетика -14 ч** | | | | |
| 46 | Строевые упражнения. Челночный бег 4\*10 м. Игра. | 1 |  |  |
| 47 | Прыжок в длину с разбега. Прыжок в длину с места. Многоскоки. Игра | 3 |  |  |
| 48 | Метание в цель с 4-5 м. Игра. Развитие скоростно-силовых качеств | 2 |  |  |
| 49 | Метание малого мяча с разбега на дальность и на заданное расстояние. | 2 |  |  |
| 50 | Игра по выбору учащихся. Беседа « Правила поведения на водоеме». | 1 |  |  |

**Лист корректировки рабочей программы по учебному предмету**

Учитель: Бородин В.А.

Предмет: физическая культура

Класс: 5 «А».

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № урока | Тема по КТП | План, ч | Факт, ч | Причина корректировки | Способ корректировки |
|  |  |  |  | Нерабочие дни с \_\_\_\_ по \_\_\_\_, приказ директора школы от \_\_\_\_\_\_ № \_\_\_ |  |
|  |  |  |  | Нерабочие дни с \_\_\_\_ по \_\_\_\_, приказ директора школы от \_\_\_\_\_\_ № \_\_\_ |  |
|  |  |  |  | Нерабочие дни с \_\_\_\_ по \_\_\_\_, приказ директора школы от \_\_\_\_\_\_ № \_\_\_ |  |
|  |  |  |  | Нерабочие дни с \_\_\_\_ по \_\_\_\_, приказ директора школы от \_\_\_\_\_\_ № \_\_\_ |  |
|  |  |  |  | Нерабочие дни с \_\_\_\_ по \_\_\_\_, приказ директора школы от \_\_\_\_\_\_ № \_\_\_ |  |
|  |  |  |  | Нерабочие дни с \_\_\_\_ по \_\_\_\_, приказ директора школы от \_\_\_\_\_\_ № \_\_\_ |  |

**Лист корректировки рабочей программы по учебному предмету**

Учитель: Приходько. В. В

Предмет: физическая культура

Класс: 5 «Б».

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № урока | Тема по КТП | План, ч | Факт, ч | Причина корректировки | Способ корректировки |
|  |  |  |  | Нерабочие дни с \_\_\_\_ по \_\_\_\_, приказ директора школы от \_\_\_\_\_\_ № \_\_\_ |  |
|  |  |  |  | Нерабочие дни с \_\_\_\_ по \_\_\_\_, приказ директора школы от \_\_\_\_\_\_ № \_\_\_ |  |
|  |  |  |  | Нерабочие дни с \_\_\_\_ по \_\_\_\_, приказ директора школы от \_\_\_\_\_\_ № \_\_\_ |  |
|  |  |  |  | Нерабочие дни с \_\_\_\_ по \_\_\_\_, приказ директора школы от \_\_\_\_\_\_ № \_\_\_ |  |
|  |  |  |  | Нерабочие дни с \_\_\_\_ по \_\_\_\_, приказ директора школы от \_\_\_\_\_\_ № \_\_\_ |  |
|  |  |  |  | Нерабочие дни с \_\_\_\_ по \_\_\_\_, приказ директора школы от \_\_\_\_\_\_ № \_\_\_ |  |

**Лист корректировки рабочей программы по учебному предмету**

Учитель: Приходько. В. В

Предмет: физическая культура

Класс: 5 «В».

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № урока | Тема по КТП | План, ч | Факт, ч | Причина корректировки | Способ корректировки |
|  |  |  |  | Нерабочие дни с \_\_\_\_ по \_\_\_\_, приказ директора школы от \_\_\_\_\_\_ № \_\_\_ |  |
|  |  |  |  | Нерабочие дни с \_\_\_\_ по \_\_\_\_, приказ директора школы от \_\_\_\_\_\_ № \_\_\_ |  |
|  |  |  |  | Нерабочие дни с \_\_\_\_ по \_\_\_\_, приказ директора школы от \_\_\_\_\_\_ № \_\_\_ |  |
|  |  |  |  | Нерабочие дни с \_\_\_\_ по \_\_\_\_, приказ директора школы от \_\_\_\_\_\_ № \_\_\_ |  |
|  |  |  |  | Нерабочие дни с \_\_\_\_ по \_\_\_\_, приказ директора школы от \_\_\_\_\_\_ № \_\_\_ |  |
|  |  |  |  | Нерабочие дни с \_\_\_\_ по \_\_\_\_, приказ директора школы от \_\_\_\_\_\_ № \_\_\_ |  |

**Лист корректировки рабочей программы по учебному предмету**

Учитель: Приходько. В. В

Предмет: физическая культура

Класс: 5 «Г».

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № урока | Тема по КТП | План, ч | Факт, ч | Причина корректировки | Способ корректировки |
|  |  |  |  | Нерабочие дни с \_\_\_\_ по \_\_\_\_, приказ директора школы от \_\_\_\_\_\_ № \_\_\_ |  |
|  |  |  |  | Нерабочие дни с \_\_\_\_ по \_\_\_\_, приказ директора школы от \_\_\_\_\_\_ № \_\_\_ |  |
|  |  |  |  | Нерабочие дни с \_\_\_\_ по \_\_\_\_, приказ директора школы от \_\_\_\_\_\_ № \_\_\_ |  |
|  |  |  |  | Нерабочие дни с \_\_\_\_ по \_\_\_\_, приказ директора школы от \_\_\_\_\_\_ № \_\_\_ |  |
|  |  |  |  | Нерабочие дни с \_\_\_\_ по \_\_\_\_, приказ директора школы от \_\_\_\_\_\_ № \_\_\_ |  |
|  |  |  |  | Нерабочие дни с \_\_\_\_ по \_\_\_\_, приказ директора школы от \_\_\_\_\_\_ № \_\_\_ |  |