

СОДЕРЖАНИЕ

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА	2
2. ТРЕБОВАНИЯ К УРОВНЮ ПОДГОТОВКИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ	5
3. УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН	10
4. СОДЕРЖАНИЕ КУРСА ОБУЧЕНИЯ	11
5. КАЛЕНДАРНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ	13
6. ПЕРЕЧЕНЬ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ	22
7. СПИСОК ИСТОЧНИКОВ	23

1. Пояснительная записка

Рабочая программа по физической культуре для 9 класса составлена на основе следующих нормативно-правовых актов и инструктивно-методических документов:

- Федеральным Законом от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;

- Федеральным компонентом государственных образовательных стандартов общего образования, утвержденным приказом Министерства образования Российской Федерации от 05.03.2004 № 1089 «Об утверждении федерального компонента государственных образовательных стандартов начального общего, основного общего и среднего (полного) общего образования» (для VI-XI классов);

- Приказом Министерства образования Российской Федерации от 31.01.2012 № 69 «О внесении изменений в федеральный компонент государственных образовательных стандартов начального общего, основного общего и среднего (полного) общего образования утвержденный приказом Министерства образования Российской Федерации от 05.03.2004 № 1089 государственного образовательного стандарта начального общего образования»;

- Федеральным перечнем учебников (приказ Минобрнауки от 31.03.2014г. № 253);

- Приказом от 8 июня 2015 г. № 576 "О внесении изменений в федеральный перечень учебников, рекомендованных к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального и общего, основного общего, среднего общего образования, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 31 марта 2014 г. № 253

- Примерной программой по физической культуре, подготовленной в рамках проекта «Разработка, апробация и внедрение федеральных государственных стандартов общего образования второго поколения», реализуемой Российской академией образования по заказу Министерства образования и науки Российской Федерации и Федерального агентства по образованию;

- Письмом Министерства образования и науки Российской Федерации от 18.06.2015 №НТ-670/08 «О направлении методических рекомендаций» и Методические рекомендации по организации самоподготовки обучающихся при осуществлении образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам образовательным программам начального общего, основного общего и среднего общего образования;

- Основной образовательной программой СПБ ГБПОУ «Промышленно-технологический колледж» на 2015/2016 учебный год;

- Положением о разработке и утверждении рабочих программ учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей) при реализации

программы основного общего образования в Санкт-Петербургском государственном бюджетном профессиональном образовательном учреждении «Промышленно-технологический колледж»;

- Положением о текущем контроле знаний, промежуточной и итоговой аттестации обучающихся 5-9 классов в Санкт-Петербургском государственном бюджетном профессиональном образовательном учреждении «Промышленно-технологический колледж»

- Уставом и другими нормативно-правовыми актами СПб ГБПОУ «Промышленно-технологический колледж».

Программа выполняет следующие основные функции:

Нормативная функция позволяет осуществлять контроль за прохождением программы, полнотой усвоения учебного материала, а также определять график диагностических и контрольных работ.

Информационно-методическая функция позволяет всем участникам образовательного процесса получить представление о целях, содержании, общей стратегии обучения, воспитания и развития обучающихся средствами данного учебного предмета.

Организационно-планирующая функция предусматривает выделение этапов обучения, структурирование учебного материала, определение его количественных и качественных характеристик на каждом из этапов, в том числе для содержательного наполнения промежуточной аттестации обучающихся.

Программа включает разделы: пояснительную записку; основное содержание с распределением учебных часов по разделам курса; требования к уровню подготовки обучающихся; тематическое планирование; примерные варианты контрольных работ.

Данная рабочая программа полностью отражает базовый уровень подготовки обучающихся по разделам программы. Она конкретизирует содержание тем образовательного стандарта и дает распределение учебных часов по разделам курса. Каждый раздел программы имеет свою комплексно - дидактическую цель, в ней указаны те знания, которыми должны овладеть обучающиеся 9 класса, а также заложены те умения, которые должны быть отработаны по программе.

Общая характеристика программы. Программа по физической культуре для 9 класса составлена на основе федерального компонента Государственного стандарта основного общего образования и Рабочей программы по Физической культуре для основной школы (Физическая культура. Рабочие программы. Предметная линия учебников, авторы В.И. Ляха, Л.Б.Кофмана, Г.Б. Мейксона Просвещение, 2012. (ФГОС)).

В соответствии с учебным планом Колледжа на изучение предмета Физическая культура в 9 классе в очно-заочной форме отводится 108 часов (из них 36 часов аудиторных занятий, 72 часа самостоятельной работы).

Уровень освоения программы - базовый.

Срок реализации рабочей учебной программы – один учебный год.

В процессе овладения двигательной деятельностью на уроках физической культуры укрепляется здоровье, совершенствуются физические качества, осваиваются определенные двигательные действия, активно развивается мышление, творчество и самостоятельность, воспитываются нравственные и волевые качества: дисциплинированность, доброжелательное отношение к товарищам, честность, отзывчивость, смелость, выносливость.

Изучение физической культуры содействует всестороннему развитию личности посредством формирования физической культуры обучающихся, освоения основ содержания физкультурной деятельности с общеразвивающей направленностью и формирования основ здорового образа жизни.

Изучение физической культуры на ступени основного общего образования направлено на достижение следующих целей:

- **развитие** основных физических качеств и способностей, укрепление здоровья, расширение функциональных возможностей организма;
- **формирование** культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью; приобретение навыков в физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности;
- **воспитание** устойчивых интересов и положительного эмоционально-ценностного отношения к физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности;
- **освоение** знаний о физической культуре и спорте, их истории и современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни.

Организация учебного процесса, формы текущего контроля знаний, умений, навыков.

Организация учебного процесса: классно-урочная система.

Реализация рабочей программы строится с учетом личного опыта обучающихся на основе личностно-ориентированного, деятельностного, проблемно-поискового подходов.

Преобладающие формы текущего контроля знаний, умений, навыков – устный опрос, сдача нормативов.

2. Требования к уровню подготовки обучающегося

В результате изучения физической культуры ученик должен:

знать/понимать:

- роль физической культуры и спорта в формировании здорового образа жизни, организации активного отдыха и профилактике вредных привычек;
- основы формирования двигательных действий и развития физических качеств;
- способы закаливания организма и основные приемы самомассажа;

уметь:

- составлять и выполнять комплексы упражнений утренней и корригирующей гимнастики с учетом индивидуальных особенностей организма;
- выполнять акробатические, гимнастические, легкоатлетические упражнения, технические действия в спортивных играх;
- выполнять комплексы общеразвивающих упражнений на развитие основных физических качеств, адаптивной (лечебной) физической культуры с учетом состояния здоровья и физической подготовленности;
- осуществлять наблюдения за своим физическим развитием и индивидуальной физической подготовленностью, контроль за техникой выполнения двигательных действий и режимом физической нагрузки;
- соблюдать безопасность при выполнении физических упражнений и проведении туристических походов;
- осуществлять судейство школьных соревнований по одному из базовых видов спорта;

использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни для:

- проведения самостоятельных занятий по формированию телосложения, коррекции осанки, развитию физических качеств, совершенствованию техники движений;
- включения занятий физической культурой и спортом в активный отдых и досуг.

Требования к оценке видов деятельности обучающихся

1 Общие положения.

1. Успеваемость обучающихся, отнесенных по состоянию здоровья к подготовительной медицинской группе, определяется на общих основаниях, однако при этом исключаются те виды движений, которые им противопоказаны. Оценка за семестр выводится на основании текущих отметок, при этом преимущественное значение имеют оценки за освоение изученных тем. Итоговая оценка по дисциплине выставляется на основании результатов сдачи дифференцированного зачета.

2. Оценивание физической подготовленности обучающихся специальных медицинских групп (СМГ).

Общий объем двигательной активности и интенсивность физических нагрузок обучающихся СМГ должны быть снижены по сравнению с объемом нагрузки для обучающихся основной и подготовительной групп.

В то же время, несмотря на низкий исходный уровень физической подготовленности обучающихся СМГ, регулярные занятия физической культурой небольшого объема и интенсивности позволяют вскоре (через 1,5–2 месяца) заметить положительную динамику в развитии их физических возможностей и общем оздоровлении.

Кроме того, каждый из обучающихся СМГ имеет свой набор ограничений двигательной активности, который обусловлен формой и тяжестью его заболевания. Такие ограничения неизбежно накладывают отпечаток на степень развития двигательных навыков и качеств.

В силу вышеназванных причин оценивать достижения обучающихся СМГ по критериям, которые используются для выставления отметки основной группы обучающихся, нельзя. Для обучающихся в СМГ в первую очередь необходимо оценить их успехи в формировании навыков здорового образа жизни и рационального двигательного режима.

При выставлении текущей оценки обучающимся СМГ необходимо соблюдать особый такт, быть максимально внимательным, не унижать достоинства ученика, использовать отметку таким образом, чтобы она способствовала его развитию, стимулировала его на дальнейшие занятия физической культурой.

Итоговая оценка по физической культуре в группах СМГ выставляется с учетом теоретических и практических знаний (двигательных умений и навыков, умений осуществлять физкультурно-оздоровительную и спортивно-оздоровительную деятельность), а также с учетом динамики физической подготовленности и сдачи дифференцированного зачета.

Основной акцент в оценивании учебных достижений по физической культуре обучающихся, имеющих выраженные отклонения в состоянии здоровья, должен быть сделан на стойкой их мотивации к занятиям физическими упражнениями и динамике их физических возможностей. При самых незначительных положительных изменениях в физических возможностях обучающихся, которые обязательно должны быть замечены учителем и сообщены обучающемуся (родителям), выставляется положительная отметка.

2 Оценивание обучающихся, посещающих уроки физической культуры

Текущее оценивание знаний производится по результатам выполнения нормативов, с учетом положительной динамики, выполнения реферата по системе «зачет»-«не зачет».

Итоговое оценивание происходит на основе сдачи текущих работ, полученных учеником в течение обучения, а также по итогам дифференцированного зачета по пятибалльной системе.

2.1 Оценивание обучающихся, пропустивших урок без уважительной причины.

Если обучающийся не присутствует на уроке без уважительной причины, то после выставления классным руководителем причины отсутствия, он получает теоретическое домашнее задание. Домашнее задание выдается по теме занятия. Срок сдачи задания - 10 дней после выставления причины отсутствия.

2.2 Оценивание обучающихся, отнесённых по состоянию здоровья к специальной медицинской группе, освобожденных от занятий физической культурой (на данный урок), освобожденных от занятий физкультурой по болезни или после болезни.

- Во время уроков физической культуры обучающийся находится на уроке и выполняет посильные задания учителя. Оценивание происходит на уроке.

- Если обучающийся не может выполнять физические упражнения, то перед началом урока он получает от учителя теоретический материал, изучает его, отвечает на вопросы учителя и получает оценку в конце урока.

- Если урок проходит вне зала или ученик по уважительной причине не может присутствовать в зале, то ученик получает теоретическое задание до урока, выполняет его во время урока в библиотеке и отвечает учителю после урока, либо во время консультаций.

2.3 Оценивание обучающихся, освобожденных от занятий физической культурой на длительное время (год).

- Обучающиеся присутствуют на уроках, но не выполняют практических заданий, сдают только теоретический материал.

- В начале каждого семестра во время консультаций учитель определяет обучающемуся тему теоретического задания. В конце семестра оценивает обучающегося.

- Обучающиеся готовят и защищают реферат. Защита реферата происходит в присутствии комиссии, состоящей из двух учителей физической культуры и завуча колледжа, за две недели до окончания курса.

- Реферат должен быть сдан на ознакомление членами комиссии за месяц до окончания курса.

При оценивании реферата учитывается :

- правильность оформления;
- соответствие содержания поставленным перед учеником в начале курса задачам (соответствие плану, составленному совместно с учителем);
- устный ответ (краткий обзор написанного реферата, ответы на вопросы по реферату).

3 Критерии оценивания обучающихся на уроках физической культуры.

Обучающиеся оцениваются на уроках физической культуры - 2 (неудовлетворительно), в зависимости от следующих конкретных условий:

1. Не имеет с собой спортивной формы в соответствии с погодными условиями, видом спортивного занятия или урока.

2. Не выполняет требования техники безопасности и охраны труда на уроках физической культуры.

3. Обучающийся, у которого нет выраженных отклонений в состоянии здоровья, но при этом он не имеет стойкой мотивации к занятиям физическими упражнениями, нет положительных изменений в физических возможностях обучающегося, которые должны быть замечены учителем.

4. Не продемонстрировал существенных сдвигов в формировании навыков, умений и в развитии физических или морально-волевых качеств.

5. Не выполнял теоретические или иные задания учителя, не овладел доступными ему навыками самостоятельных занятий оздоровительной или корригирующей гимнастики, необходимыми теоретическими и практическими знаниями в области физической культуры.

Обучающиеся оцениваются на уроках физической культуры - 3 (удовлетворительно), в зависимости от следующих конкретных условий.

1. Имеет с собой спортивную форму в не полном соответствии с погодными условиями, видом спортивного занятия или урока.

2. Выполняет все требованиям техники безопасности и правила поведения в спортивных залах и на стадионе. Соблюдает гигиенические требования и охрану труда при выполнении спортивных упражнений занятий.

3. Обучающийся, имеющий выраженные отклонения в состоянии здоровья, при этом старателен, мотивирован к занятиям физическими упражнениями, есть незначительные, но положительные изменения в физических возможностях обучающегося, которые могут быть замечены учителем физической культуры.

4. Продemonстрировал несущественные сдвиги в формировании навыков, умений и в развитии физических или морально-волевых качеств в течение полугодия.

5. Частично выполняет все теоретические или иные задания учителя, овладел доступными ему навыками самостоятельных занятий оздоровительной или корригирующей гимнастики, необходимыми теоретическими и практическими знаниями в области физической культуры.

Обучающиеся оцениваются на уроках физической культуры – 4 (хорошо), в зависимости от следующих конкретных условий.

1. Имеет с собой спортивную форму в полном соответствии с погодными условиями, видом спортивного занятия или урока.

2. Выполняет все требованиям техники безопасности и правила поведения в спортивных залах и на стадионе. Соблюдает гигиенические требования и охрану труда при выполнении спортивных упражнений занятий.

3. Обучающийся, имеющий выраженные отклонения в состоянии здоровья, при этом мотивирован к занятиям физическими упражнениями. Есть положительные изменения в физических возможностях обучающихся, которые замечены учителем.

4. Постоянно на уроках демонстрирует существенные сдвиги в формировании навыков, умений и в развитии физических или морально-волевых качеств в течение четверти или полугодия. Успешно сдаёт или подтверждает 80% всех требуемых на уроках нормативов по физической культуре, для своего возраста.

5. Выполняет все теоретические или иные задания учителя, оказывает посильную помощь в судействе или организации урока, овладел доступными ему навыками самостоятельных занятий оздоровительной или корригирующей гимнастики, а также необходимыми теоретическими и практическими знаниями в области физической культуры.

Обучающиеся оцениваются на уроках физической культуры – 5 (отлично), в зависимости от следующих конкретных условий.

1. Имеет с собой спортивную форму в полном соответствии с погодными условиями, видом спортивного занятия или урока.

2. Выполняет все требования техники безопасности и правила поведения в спортивных залах и на стадионе. Соблюдает гигиенические правила и охрану труда при выполнении спортивных упражнений занятий.

3. Обучающийся, имеющий выраженные отклонения в состоянии здоровья, при этом стойко мотивирован к занятиям физическими упражнениями. Есть существенные положительные изменения в физических возможностях обучающихся, которые замечены учителем. Занимается самостоятельно в спортивной секции, имеет спортивные разряды или спортивные успехи на соревнованиях любого ранга.

4. Постоянно на уроках демонстрирует существенные сдвиги в формировании навыков, умений и в развитии физических или морально-волевых качеств в течение четверти или полугодия. Успешно сдаёт или подтверждает все требуемые на уроках нормативы по физической культуре, для своего возраста.

5. Выполняет все теоретические или иные задания учителя, оказывает посильную помощь в судействе соревнований между классами или организации классных спортивных мероприятий, овладел доступными ему навыками самостоятельных занятий оздоровительной или корригирующей гимнастики, а также необходимыми теоретическими знаниями и практическими умениями в области физической культуры.

3.1 Критерии оценки при аттестации на уроках физической культуры обучающихся, имеющих проблемы со здоровьем

При выставлении семестровой или итоговой отметки по физической культуре учитывается прилежание, усердие в работе над собой и выполнение всех рекомендаций учителя физической культуры. Следовательно, итоговая оценка может отличаться, от средней арифметической оценки.

3. Учебно-тематический план.

№	Раздел/Тема	Максимальная нагрузка	Аудиторная нагрузка	Самостоятельная работа
1	Раздел 1. Введение	1	1	-
2	Раздел 2. Легкая атлетика	30	10 (6+4)	20
3	Раздел 3. Гимнастика	30	10	20
4	Раздел 4. Спортивные игра	30	10	20
5	Раздел 5. Кроссовая подготовка	16	4	12
6	Раздел 6. Итоговый урок	1	1	-
	Итого	108	36	72

4. Содержание курса обучения.

Основы физической культуры и здорового образа жизни

Роль физической культуры и спорта в формировании здорового образа жизни, профилактике вредных привычек. Оздоровительные системы физического воспитания и спортивная подготовка.

Олимпийские игры древности и современности. Достижения отечественных и зарубежных спортсменов на олимпийских играх. Основные этапы развития физической культуры в России.

Двигательные действия, физические качества, физическая нагрузка. Контроль за индивидуальным физическим развитием и физической подготовленностью, техникой выполнения упражнений, соблюдением режимов физической нагрузки.

Правила поведения и техники безопасности при выполнении физических упражнений.

Нормы этического общения и коллективного взаимодействия в игровой и соревновательной деятельности.

Правила соревнований по одному из базовых видов спорта. Командные (игровые) виды спорта. Правила соревнований по баскетболу (мини-баскетболу), волейболу.

Физкультурно-оздоровительная деятельность.

Комплексы утренней и дыхательной гимнастики, гимнастики для глаз, физкультпауз (физкультминуток), элементы релаксации и аутотренинга.

Комплексы упражнений для профилактики нарушений опорно-двигательного аппарата, регулирования массы тела и формирования телосложения.

Комплексы упражнений для развития основных физических качеств, функциональных возможностей сердечно-сосудистой и дыхательной систем.

Упражнения и комплексы из современных оздоровительных систем физического воспитания, адаптивной физической культуры.

Способы закаливания организма, простейшие приемы самомассажа.

Спортивно-оздоровительная деятельность

Акробатические упражнения и комбинации (кувырки, перекаты, стойки, упоры, прыжки с поворотами, перевороты).

Гимнастические упражнения и комбинации (висы, упоры, передвижения, стойки). Гимнастическая полоса препятствий, опорные прыжки. Упражнения и композиции ритмической гимнастики, танцевальные движения.

Легкая атлетика: спортивная ходьба, бег на короткие, средние и длинные дистанции, барьерный, эстафетный и кроссовый бег, прыжки в длину и высоту с разбега, метание малого мяча.

Спортивные игры: технические приемы и тактические действия в баскетболе, волейболе.

Специальная подготовка:

баскетбол - передача мяча, ведение мяча, броски в кольцо, действия нападающего против нескольких защитников;

волейбол - передача мяча через сетку, нижняя прямая подача, прием мяча после подачи.

5. Календарно-тематическое планирование.

№ урока	Дата проведения		Тема урока	Элементы содержания урока	Планируемые результаты изучения материала	Домашнее задание
	план	факт				
Раздел 1. Введение. (1 час)						
1	10 – 11 – 14 –	10 – 11 – 14 –	Введение. Формы текущего контроля знаний и промежуточной аттестации.	Требования к технике безопасности на занятиях физическими упражнениями разной направленности (в условиях спортивного зала и спортивных площадок). Планирование и контроль индивидуальных физических нагрузок.	<i>Знать:</i> основные требования к технике безопасности; методы контроля индивидуальных физических нагрузок при самостоятельных занятиях.	
Раздел 2. Легкая атлетика (6 часов)						
2	10 – 11 – 14 –	10 – 11 – 14 –	Спринтерский бег	Спринтерский бег 60 м.	<i>Уметь:</i> уметь выполнять низкий старт;	§ 20, стр. 152-155
3	10 – 11 – 14 –	10 – 11 – 14 –	Спринтерский бег	Спринтерский бег 60 м.	<i>Уметь:</i> пробегать с максимальной скоростью 60 метров с низкого старта;	§ 20, стр. 152-155
4	10 – 11 – 14 –	10 – 11 – 14 –	Прыжок в длину	Прыжок в длину с разбега	<i>Уметь:</i> выполнять разбег и отталкивание;	§ 20, стр. 157-163

5	10 – 11 – 14 –	10 – 11 – 14 –	Прыжок в длину	Прыжок в длину с разбега	<i>Уметь:</i> уметь выполнять прыжок в полной координации;	§ 20, стр. 157-163
6	10 – 11 – 14 –	10 – 11 – 14 –	Метание малого мяча	Метание малого мяча с места	<i>Уметь:</i> уметь выполнять метание с места;	§ 20, стр. 163-168
7	10 – 11 – 14 –	10 – 11 – 14 –	Метание малого мяча	Метание малого мяча с места	<i>Уметь:</i> уметь выполнять метание с места;	§ 20, стр. 163-168
Раздел 3. Гимнастика (10 часов)						
8	10 – 11 – 14 –	10 – 11 – 14 –	Строевые упражнения: перестроения	Строевые упражнения: перестроения из одной колонны в две, три, четыре, размыканием.	<i>Уметь:</i> выполнять перестроения из одной колонны в две, три, четыре, размыканием.	§ 19, стр. 136
9	10 – 11 – 14 –	10 – 11 – 14 –	Комплексный урок: перестроения, акробатика	Перестроения из одной колонны в две, три, четыре, одновременным поворотом. Выполнение комплекса из 5-6 элементов.	<i>Уметь:</i> выполнять перестроения из одной колонны в две, три, четыре, одновременным поворотом; выполнять комплекс из 5-6 акробатических упражнений;	§ 19, стр. 137-138, 140-141

10	10 – 11 – 14 –	10 – 11 – 14 –	Комплексный урок: перестроения, акробатика	Перестроения из одной колонны в две, три, четыре, одновременным поворотом. Выполнение комплекса из 5-6 элементов.	<i>Уметь:</i> выполнять перестроения из одной колонны в две, три, четыре, одновременным поворотом; выполнять комплекс из 5-6 акробатических упражнений;	§ 19, стр. 137-138, 140-141
11	10 – 11 – 14 –	10 – 11 – 14 –	Комплексный урок: перестроения, акробатика	Перестроения из одной колонны в две, три, четыре, одновременным поворотом. Выполнение комплекса из 5-6 элементов.	<i>Уметь:</i> выполнять перестроения из одной колонны в две, три, четыре, одновременным поворотом; выполнять комбинацию из 5-6 акробатических упражнений;	§ 19, стр. 137-138, 140-141
12	10 – 11 – 14 –	10 – 11 – 14 –	Упражнения с предметами	Упражнения с бодибарами	<i>Уметь:</i> выполнять комплекс 6-8 упражнений с бодибарами;	§ 32, стр. 238-241
13	10 – 11 – 14 –	10 – 11 – 14 –	Упражнения с предметами	Упражнения с бодибарами	<i>Уметь:</i> выполнять комплекс 6-8 упражнений с бодибарами;	§ 32, стр. 238-241
14	10 – 11 – 14 –	10 – 11 – 14 –	Упражнения с предметами	Упражнения у гимнастической стенки	<i>Уметь:</i> выполнять комплекс 6-8 упражнений у гимнастической стенки;	§ 32, стр. 238-241

15	10 – 11 – 14 –	10 – 11 – 14 –	Упражнения с предметами	Упражнения у гимнастической стенки	<i>Уметь:</i> выполнять комплекс 6-8 упражнений у гимнастической стенки;	§ 32, стр. 238-241
16	10 – 11 – 14 –	10 – 11 – 14 –	Силовые упражнения	Упражнения с гантелями 1-2 кг	<i>Уметь:</i> выполнять комплекс 6-8 упражнений с гантелями;	§ 32, стр. 242-244
17	10 – 11 – 14 –	10 – 11 – 14 –	Силовые упражнения	Упражнения с гантелями 1-2 кг	<i>Уметь:</i> выполнять комплекс 6-8 упражнений с гантелями;	§ 32, стр. 242-244
Раздел 4. Спортивные игры (10 часов)						
18	10 – 11 – 14 –	10 – 11 – 14 –	Баскетбол	Ведение мяча на месте и в движении	<i>Уметь:</i> вести мяч на месте и в движении;	§ 15, стр. 100-102, 103-104
19	10 – 11 – 14 –	10 – 11 – 14 –	Баскетбол	Передача на месте и в движении	<i>Уметь:</i> передавать мяч на месте и в движении;	§ 15, стр. 100-101

20	10 – 11 – 14 –	10 – 11 – 14 –	Баскетбол	Передача на месте и в движении	<i>Уметь:</i> передавать мяч на месте и в движении;	§ 15, стр. 100-101
21	10 – 11 – 14 –	10 – 11 – 14 –	Баскетбол	Броски с места и в движении	<i>Уметь:</i> выполнять броски мяча с места и в движении;	§ 15, стр. 101-103
22	10 – 11 – 14 –	10 – 11 – 14 –	Баскетбол	Двухсторонняя игра по упрощенным правилам	<i>Уметь:</i> играть по правилам двухсторонней игры;	§ 15, стр. 104
23	10 – 11 – 14 –	10 – 11 – 14 –	Волейбол	Стойка игрока, перемещение в стойке, передача мяча двумя руками сверху.	<i>Уметь:</i> перемещаться в стойке и выполнять передачу двумя руками сверху;	§ 18, стр. 125-128
24	10 – 11 – 14 –	10 – 11 – 14 –	Волейбол	Стойка игрока, перемещение в стойке, передача мяча двумя руками сверху.	<i>Уметь:</i> перемещаться в стойке и выполнять передачу двумя руками сверху;	§ 18, стр. 125-128

25	10 – 11 – 14 –	10 – 11 – 14 –	Волейбол	Передача мяча сверху и снизу, на месте и в движении.	<i>Уметь:</i> выполнять передачу двумя руками сверху на месте и в движении;	§ 18, стр. 130-132
26	10 – 11 – 14 –	10 – 11 – 14 –	Волейбол	Передача мяча сверху и снизу, на месте и в движении.	<i>Уметь:</i> выполнять передачу двумя руками сверху на месте и в движении;	§ 18, стр. 130-132
27	10 – 11 – 14 –	10 – 11 – 14 –	Волейбол	Двухсторонняя игра по упрощенным правилам	<i>Уметь:</i> играть по правилам двухсторонней игры;	§ 18, стр. 126, 134
Раздел 2. Легкая атлетика (4 часа)						
28	10 – 11 – 14 –	10 – 11 – 14 –	Бег на среднюю дистанцию	Бег на среднюю дистанцию 200, 300 м с высокого старта.	<i>Уметь:</i> пробегать со средней скоростью 200, 300 метров с высокого старта;	§ 20, стр. 149-155
29	10 – 11 – 14 –	10 – 11 – 14 –	Бег на среднюю дистанцию	Бег на среднюю дистанцию 200, 300 м с высокого старта.	<i>Уметь:</i> пробегать со средней скоростью 200, 300 метров с высокого старта;	§ 20, стр. 149-155

30	10 –	10 –	Эстафетный бег	Эстафеты: круговые, встречные.	<i>Уметь:</i> пробегать передавать эстафетную палочку при выполнении круговых и встречных эстафет;	§ 20, стр. 149-155
	11 –	11 –				
	14 –	14 –				
31	10 –	10 –	Эстафетный бег	Эстафеты: круговые, встречные.	<i>Уметь:</i> пробегать круговые и встречные эстафеты;	§ 20, стр. 149-155
	11 –	11 –				
	14 –	14 –				
Раздел 5. Кроссовая подготовка (4 часа)						
32	10 –	10 –	Равномерный бег	Равномерный бег до 10 минут	<i>Уметь:</i> пробегать в равномерном темпе до 10 минут;	§ 20, стр. 156-157
	11 –	11 –				
	14 –	14 –				
33	10 –	10 –	Переменный бег	Переменный бег дистанции 300 м через 100 м	<i>Уметь:</i> пробегать дистанцию 300 м	§ 20, стр. 156-157
	11 –	11 –				
	14 –	14 –				
34	10 –	10 –	Переменный бег	Переменный бег дистанции 300 м через 100 м	<i>Уметь:</i> пробегать дистанцию 300 м	§ 20, стр. 156-157
	11 –	11 –				
	14 –	14 –				

35	10 –	10 –	Повторный бег	Повторный бег 3 минуты через минуту отдыха.	<i>Уметь:</i> пробегать повторный бег 3 минуты через минуту отдыха	§ 20, стр. 156-157
	11 –	11 –				
	14 –	14 –				
Раздел 6. Итоговое занятие (1 час)						
36	10 –	10 –	Итоговое занятие	Повышение физической подготовленности при занятиях физической культурой.	<i>Знать:</i> методы повышения физической подготовленности при занятиях физической культурой.	
	11 –	11 –				
	14 –	14 –				

Примечание: в колонке «Дата проведения (группа)» в столбцах «*по плану*» и «*по факту*» указываются номера групп и даты уроков по расписанию и фактические даты проведения занятий.

Лист коррекции рабочей программы

Группа	№ урока	Дата по плану	Раздел/Тема	Количество часов по программе	Количество часов по факту	Программа пройдена за счет	Отметка о выполнении	Подпись учителя

6. Перечень учебно-методического обеспечения.

Учебно-методический комплект авт. Лях В.И. и Зданевич А.А. . включён в федеральный перечень учебников и рекомендован Министерством образования и науки Российской Федерации.

Для решения познавательных и коммуникативных задач обучающимся предлагается использовать различные источники информации, включая энциклопедии, словари и Интернет – ресурсы и другие базы данных. Предполагается использование обучающимися мультимедийных ресурсов компьютерных технологий для обработки, передачи, систематизации информации, презентации результатов познавательной и практической деятельности.

Комплект учебно-методических материалов включает:

- учебник,
- комплексная программа физического воспитания 1-11 классов общеобразовательной школы.

Основная литература:

1. Лях, В.А. Физическая культура: учебник 8-9 кл. /В.А. Лях- М.: Просвещение, 2014.-256с. (ФГОС)

Дополнительная литература:

2. Лях ,В.И. Методика физического воспитания учащихся 8-9 кл.:учебное пособие /В.И.Лях.-М.:Просвещение,2015
3. Комплексной программы физического воспитания учащихся с 1 по 11 классов общеобразовательной школы аст.-сост./ В.И. Лях, А.А. Зданевич – М.: Просвещение, 2012.

Комплект УМК содержит:

1. Методические указания по самостоятельным работам.
2. Фонд оценочных средств.
3. Программа текущего контроля знаний и промежуточной аттестации.

7. Список источников.

Основная литература:

1. Лях, В.А. Физическая культура: учебник 8-9 кл. /В.А. Лях- М.: Просвещение, 2014.-256с. (ФГОС)

Дополнительная литература:

2. Лях ,В.И. Методика физического воспитания учащихся 8-9 кл.:учебное пособие /В.И.Лях.-М.:Просвещение,2015

3. Комплексной программы физического воспитания учащихся с 1 по 11 классов общеобразовательной школы аст.-сост./ В.И. Лях, А.А. Зданевич – М.: Просвещение, 2012.

4. Энциклопедия для детей «Спорт» 2001.

5. Попова С.Н. Спортивная медицина, лечебная физическая культура и массаж 1994.