

СОГЛАСОВАНО

Решением школьного методического объединения
Руководитель ШМО

Авдеев | Автаева Н.В.
Протокол № 1 от 30.08.17г.



УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБОУ СОШ с.Екатериновка
Е.Н.Измайлова
Приказ № 67/0 от 01.09.17

Адаптированная образовательная программа для обучающихся с ЗПР

по (предмету) Физическая культура

Класс: 8

Учитель: Третьяцкий Владимир Викторович

Категория соответствия с занимаемой должностью

Стаж работы 2 года

1. Пояснительная записка

Рабочая программа по физической культуре для 8 класса адаптирована для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (задержкой психического развития).

Особенностями обучающихся с задержкой психического развития являются: - -

отставание психического развития от паспортного возраста, что проявляется преимущественно в эмоционально-волевой сфере при - относительно сохранной познавательной деятельности;

преобладание эмоциональной мотивации поведения, немотивированно повышенного фона настроения; повышенная внушаемость.

- склонен выполнять лишь то, что непосредственно связано с его интересами; - из-за незрелости предпосылок интеллектуального развития у детей отмечается недостаточный для данного возраста уровень

- сформированности мыслительных операций, памяти, речи, малый запас сведений и представлений об окружающей действительности; отставание в физическом развитии ребенка по сравнению с нормой на 1,5 - 2 года;

- задержка эмоционального развития в виде соматического инфантилизма с невротическими наслоениями;

- эмоциональной отгороженности в сочетании со вседозволенностью;

- недостаточно развиваются самостоятельность, воля, желание трудиться, преодолевать трудности;

- слабо сформированы пространственные представления, ориентировка в направлениях пространства осуществляется обычно на- уровне практических действий; часто возникают трудности при пространственном анализе и синтезе ситуации;

- особенности внимания детей с задержкой психического развития проявляются в его неустойчивости; повышенной отвлекаемости; трудностях переключения; слабой концентрации на объекте. Наличие посторонних раздражителей вызывает значительное замедление выполняемой детьми деятельности и увеличивает количество ошибок;

- недостаточность развития памяти проявляется в: снижении продуктивности запоминания и его неустойчивости; большей- сохранности произвольной памяти по сравнению с произвольной; недостаточном объеме и точности, низкой скорости запоминания; преобладании механического запоминания над словесно-логическим; выраженном преобладании наглядной памяти над словесной; низком уровне самоконтроля в процессе заучивания и воспроизведения, а также неумении самостоятельно организовывать свою работу по запоминанию; недостаточной познавательной активности и целенаправленности при запоминании и воспроизведении; слабом умении использовать рациональные приемы запоминания; низком уровне опосредствованного запоминания;

- колебания уровня работоспособности и активности, смена настроений. -

Рабочая программа учебного курса физическая культура для 8 класса разработана на основе примерной программы и авторской программы «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов» В. И. Ляха, А. А. Зданевича. (М.: Просвещение, 2012).

Программа реализуется по федеральным государственным образовательным стандартам основного общего образования. Предмет «Физическая культура» входит в предметную область «Физическая культура и основы безопасности жизнедеятельности». Срок реализации программы - 1 год. Нормативные документы, на основании которых разработана программа: Федеральный закон от 29.12.2012 №273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»- Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 17.12.2010 №1897 «Об утверждении федерального- государственного образовательного стандарта основного общего образования» Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 31 марта 2014 г. № 253 «Об утверждении Федерального- перечня учебников рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования» (Вестник образования, 2014. - №№ 11, 12 или сайт [http:// www.vestnik.ru, edu.ru](http://www.vestnik.ru, edu.ru)) с изменениями от 08.06.2015 №576, от 14.08.2015 №825; Письмо Минобрнауки России от 01.04.2005 № 03-417 «О перечне учебного и компьютерного оборудования для оснащения- образовательных учреждений» («Вестник образования», 2005, № 11 или сайт [http:// www.vestnik.ru, edu.ru](http://www.vestnik.ru, edu.ru));

Для реализации программного содержания в учебном процессе используются следующие учебники:

Виленский, М. Я. Физическая культура. 5-7 кл.: учеб.для общеобразоват. учреждений / М. Я. Виленский, Т. Ю. Торочкова, И. М. Туревский ; под общ. ред. М. Я. Виленского. - М. : Просвещение, 2012.

Лях, В. И. Физическая культура. 8-9 кл. : учеб. для общеобразоват. учреждений / В. И. Лях, А. А. Зданевич ; под общ. ред. В. И. Ляха. - М. : Просвещение, 2012.

Целью школьного образования 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, организации активного отдыха и досуга. В рамках реализации этой цели образовательный процесс по физической культуре в основной школе ориентируется на решение *следующих задач*:

- формирование культуры здоровья, повышение функциональных и адаптивных возможностей организма, развитие основных физических качеств и психофизических способностей, обеспечение должного уровня индивидуальной физической подготовленности;
- формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей, прикладно-ориентированной и реабилитационно - релаксационной направленностью, техническими действиями и приемами базовых видов спорта;
- формирование культуры телосложения, овладение технологиями современных оздоровительных систем физического воспитания, способами индивидуальной коррекции осанки и телосложения;
- овладение системой знаний о физической культуре ее истории и современном развитии, роли в жизнедеятельности современного человека, профилактике дивиантного поведения и вредных привычек, об укреплении и длительном сохранении здоровья, о формировании здорового образа жизни;
- воспитание положительных качеств личности, норм коллективного взаимодействия и творческого сотрудничества, взаимопомощи и уважения в совместных формах занятий физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельностью. **Общая характеристика**

Значение предмета для обучения обучающихся с ограниченными возможностями здоровья. В ходе занятий физической культурой у детей с ОВЗ происходит формирование либо коррекция уже имеющихся уровней физической подготовленности. В процессе занятий появляется возможность вести целенаправленную работу по развитию внимания, памяти и мышления. Это основные составляющие познавательной деятельности, так как познавательная деятельность у обучающихся с ОВЗ имеет свои особенности и тоже нуждается в коррекции. Также в процессе занятий у обучающихся развивается пространственное воображение и умение ориентироваться в малом пространстве, развивается зрительное восприятие и мелкая моторика, совершенствуются коммуникативные навыки, умения совершать совместные действия.

При составлении рабочей программы использована авторская программа В.И. Ляха и А.А. Зданевича «Рабочая программа. Физкультура 1 - 11 классы. Комплексная программа физического воспитания учащихся 2-е издание: Волгоград: Учитель, 2013 г.». Выбор авторской программы обусловлен тем, что она предполагает реализацию компетентностного, личностно ориентированного, деятельностного подхода к содержанию образования. В ней определены система уроков и педагогические средства, обозначены виды деятельности, спрогнозирован результат и уровень усвоения ключевых компетенций, продуманы формы контроля. Программа помогает спланировать образовательный процесс в рамках ФГОС, обеспечить формирование устойчивых мотивов и потребностей в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств обучающихся.

Программа В.И. Ляха и А.А. Зданевича выбрана для преподавания в 8 классе для обучающихся с ОВЗ, т.к. программный материал авторы поделили на две части- базовую и вариативную. В базовую часть входит материал в соответствии с федеральным компонентом учебного плана. Базовая часть выполняет обязательный минимум образования по предмету «Физическая культура». Вариативная часть включает в себя программный материал по баскетболу.

Программный материал усложняется по разделам ежегодно за счет увеличения сложности элементов на базе ранее пройденных. Для прохождения сведений можно выделить время в процессе урока, так и отдельно один час в четверти.

Названные выше методологические и методические подходы к построению курса физической культуры позволяют представить его как целостное развивающееся, необходимое и полезное для обучающихся с ОВЗ умение. Они создают нужные условия для развития их личности, для укрепления их физического и психологического здоровья.

Основные виды деятельности обучающихся: фронтальное занятие;

- самостоятельная работа;
- работа с текстом учебника (теория);
- подготовка доклада или презентация;
- индивидуальное выполнение задания;
- зачетный урок;
- работа со спортивным инвентарем;
- работа в парах, группах.- Форма организации образовательного процесса: классно-урочная

система,

физкультурно-оздоровительные мероприятия в режиме учебного дня, самостоятельные занятия физическими упражнениями.

Технологии, используемые в обучении: развивающего обучения, обучения в сотрудничестве, проблемного обучения, развития исследовательских навыков, информационно-коммуникационные, здоровье сбережения и т. д.

Особенности реализации рабочей программы при обучении детей с ОВЗ: Имея одинаковое содержание и задачи обучения, рабочая программа по физической культуре для детей с ОВЗ практически не отличается от программы массовой школы. Эти отличия заключаются в: том, что проверку умений обучающиеся с подготовительной группой здоровья проходят без учета нормативов;

- оказании индивидуальной помощи обучающимся;
- коррекционной направленности каждого урока;
- отборе материала для урока и домашних заданий: уменьшение объёма аналогичных заданий и подбор разноплановых заданий;

- в использовании большого количества индивидуального спортивного инвентаря. Таким образом, полностью сохраняя структуру документа, поставленные цели и задачи, а также содержание, программа составлена в расчете на обучение детей с ЗПР в 6бв классах.

2. Содержания программы Содержание учебного предмета "Физическая культура" направлено на воспитание высоконравственных, творческих, компетентных и успешных граждан России, способных к активной самореализации в общественной и профессиональной деятельности, умело использующих ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации здорового образа жизни.

Знания о физической культуре

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. Краткая характеристика видов спорта, входящих в программу Олимпийских игр. Физическая культура в современном обществе.

Организация и проведение пеших туристских походов. Требования к технике безопасности и бережное отношение 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.

Адаптивная физическая культура.

Спортивная подготовка.

Здоровье и здоровый образ жизни.

Профессионально-прикладная физическая подготовка.

Допинг. Концепция честного спорта.

Физическая культура человека. Режим дня, его основное содержание и правила планирования.

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. Проведение банных процедур.

Доврачебная 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, физкульт. пауз (подвижных перемен). Планирование занятий физической культурой.

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 (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 *Гимнастика с основами акробатики. Организующие команды и приёмы.*
Акробатические упражнения и комбинации. Опорные прыжки.

Лёгкая атлетика. Беговые упражнения.

Прыжковые упражнения.

Метание малого мяча.

Лыжные гонки. Передвижения на лыжах.

Подъёмы, спуски, повороты, торможения.

Спортивные игры. *Баскетбол.* Игра по правилам.

Волейбол. Игра по правилам.

Прикладно-ориентированная подготовка. Прикладно-ориентированные упражнения. **Упражнения общеразвивающей направленности.** Общефизическая подготовка. *Гимнастика с основами акробатики.*

Развитие гибкости, координации движений, силы, выносливости.

Лёгкая атлетика. Развитие выносливости, силы, быстроты, координации движений. **Лыжные гонки.**

Развитие выносливости, силы, координации движений, быстроты. **Баскетбол.** Развитие быстроты, силы, выносливости, координации движений. **Волейбол.** Развитие быстроты, силы, выносливости.

Распределение учебного времени реализации программного материала по физической культуре (8 классы)

№ п/п	Вид программного материала	Количество часов (уроков)
		Класс
		VIII
1.1	Основы знаний о физической культуре	
1.2	Спортивные игры (волейбол)	20
1.3	Гимнастика с элементами акробатики	12
1.4	Легкая атлетика	17
1.5	Лыжная подготовка	31
2.1	Баскетбол	22
	Итого	102

3. Требования к уровню подготовки учащихся, осваивающих программу учебного предмета.

В результате изучения физической культуры обучающиеся должны **знать:**

- об особенностях зарождения физической культуры, истории первых Олимпийских игр;
- О способах и особенностях движений и передвижений человека, роли и значении психических и биологических процессов в осуществлении двигательных актов;
- о работе скелетных мышц, систем дыхания и кровообращения при выполнении физических упражнений, о способах простейшего контроля за деятельностью этих систем;
- об обучении движениям, роли зрительного и слухового анализаторов при их освоении и выполнении;
- о терминологии разучиваемых упражнений, об их функциональном смысле и направленности воздействия на организм;
- о физических качествах и общих правилах их тестирования;
- об общих и индивидуальных основах личной гигиены, о правилах использования закаливающих процедур, профилактики нарушений осанки и поддержания достойного внешнего вида;
- о причинах травматизма на занятиях физической культурой и правилах его предупреждения.

уметь:

- составлять и правильно выполнять комплексы утренней гимнастики и комплексы физических упражнений на развитие координации, гибкости, силы, на формирование правильной осанки;
- вести дневник самонаблюдения за физическим развитием и физической подготовленностью, контролировать режимы нагрузок по внешним признакам, самочувствию и показателям частоты сердечных сокращений;

- организовывать и проводить самостоятельные занятия;
- уметь взаимодействовать с одноклассниками и сверстниками в процессе занятий физической культурой.

Для проверки знаний, выявления уровня сформированности умений в ходе изучения каждой темы запланирован текущий контроль, тематический контроль. Система диагностики включает в себя тестирование.

Использовать приобретенные знания и умения в практической деятельности и повседневной жизни:

- проводить самостоятельные занятия по формированию телосложения, коррекции осанки, развитию физических качеств, совершенствованию техники движений и технических приемов;
- выполнять индивидуальные комплексы корригирующей гимнастики, лечебной физкультуры с учетом состояния здоровья и медицинских показаний;
- выполнять физические упражнения и заниматься спортом в условиях активного отдыха и досуга; выполнять элементы судейства соревнований; и правила проведения туристических походов.

Демонстрировать.

Физические способности	Физические упражнения	Мальчики	Девочки
Скоростные	Бег 60 м с высокого старта с опорой на руку, с.	9,2	10,2
Силовые	Прыжок в длину с места, см	180	165
	Лазание по канату на расстояние 6 м, с.	12	-
	Поднимание туловища, лежа на спине, руки за головой, количество раз	-	18
К выносливости	Бег 2000 м, мин	8,50	10,20
К координации	Последовательное выполнение пяти кувырков, с.	10,0	14,0
	Броски малого мяча в стандартную мишень, м	12,0	10,0

1. Критерии и нормы оценки знаний учащихся
2. Критерии оценивания:
3. Критерии оценки успеваемости по разделам программы:
4. Оценка «5» - выставляется за ответ, в котором обучающийся демонстрирует глубокое понимание сущности материала, логично его излагает, используя в деятельности.
5. Оценка «4» - ставится за ответ, в котором содержится небольшие неточности и незначительные ошибки.
6. Оценка «3»- получает за ответ, в котором отсутствует логическая
7. последовательность, имеются пробелы в знании материала, нет должной аргументации и умения использовать знания на практике.
8. Оценка «2» - выставляется за непонимание и незнание материала программы.
9. Оценка техники владения двигательными действиями, умениями и навыками:
10. Оценка «5» - двигательное действие выполнено правильно (заданным способом), точно в надлежащем темпе, легко и чётко, обучающийся по заданию учителя используют их в нестандартных ситуациях.
11. Оценка «4» - двигательное действие выполнено правильно, но недостаточно легко и чётко, наблюдается скованность движений.
12. Оценка «3» - двигательное действие выполнено в основном правильно, но допущена одна грубая или несколько мелких ошибок, приведших к неуверенному и напряжённому выполнению.
13. Оценка «2» - двигательное действие выполнено неправильно, с грубыми ошибками, неуверенно, нечётко.
14. Обучающиеся, отнесённые по состоянию здоровья к подготовительной медицинской группе:
15. Оцениваются на общих основаниях, за исключением тех видов двигательных действий и нормативов, которые им противопоказаны по состоянию здоровья. Обучающиеся, отнесённые по состоянию здоровья к специальной медицинской группе:

16. Оцениваются по уровню овладения ими раздела основы знаний, умений осуществлять физкультурно-оздоровительную деятельность и выполнение доступных для них двигательных действий.
17. Итоговая оценка.
18. Выставляется за усвоение темы, раздела за четверть, учебный год.
19. Она включает в себя текущие оценки, полученные обучающимися за усвоение всех составляющих успеваемости:
23. Знания
24. Двигательные умения и навыки
25. Сдвиги в развитии физических способностей
26. Умения осуществлять физкультурно-оздоровительную деятельность.

Календарно-тематическое планирование с определением основных видов учебной деятельности учащихся 8 класса.

№ п/п	Тема	Кол-во часов	Виды учебной деятельности учащихся	Дата		коррекция
				план	Фактически	
1	Легкая атлетика Инструктаж ТБ.	1	контролировать и регулировать функциональное состояние организма при выполнении физических упражнений, добиваться оздоровительного эффекта и совершенствования физических кондиций; • управлять своими эмоциями, эффективно взаимодействовать со взрослыми и сверстниками, владеть культурой общения;			
2	Бег	1				
3	Спринтерский бег, прыжка в длину с разбега.	1				
4	Прыжки в длину с разбега.	1				
5	Спринтерского бега	1				
6	Прыжки в длину	1				
7	Метания мяча.	1				
8	Метания мяча.	1				
9	Бег на длинные дистанции.	1				
10	Метания мяча.	1				
11	Длительный бег	1				
12	Метание мяча.	1				

13	Интегрированный урок по теме Энергетический обмен	1			
14	Длительный бег	1			
15	Интегрированный урок по теме Прокариотическая клетка. Повышение иммунитета на уроках физкультуры.				
16	Длительный бег.	1			
17	Гимнастика с элементами акробатики	1	проявлять инициативу и творчество при организации совместных занятий физической культурой, доброжелательное и уважительное отношение к занимающимся, независимо от особенностей их здоровья, физической и технической подготовленности;		
18	Кувырки вперёд, назад.	1	преодолевать трудности, выполнять учебные задания по технической и физической подготовке в полном объеме наблюдения за динамикой показателей физического развития и осанки, объективно оценивать их, соотнося с общепринятыми нормами и представлениями.		
19	Гимнастика с элементами акробатики	1			
20	Гимнастика с элементами акробатики	1			
21	Стойка на голове и руках силой из упора присев.	1			
22	Стойка на голове и руках силой из упора присев.	1			
23	Стойка на голове и руках силой из упора присев.	1			
24	Гимнастика с элементами акробатики.	1			
25	Сочетание акробатических упражнений	1			
26	Опорный прыжок	1			
27	Гимнастика . Опорный прыжок	1			

28	Гимнастика . Опорный прыжок	1				
29	Инструктаж по Т.Б. Баскетбол.	1	играть в бас-кетбол по упрощенным правилам; применять в игре технические приемы преодолевать трудности, выполнять учебные задания по технической и физической подготовке в полном объеме наблюдения за динамикой показателей физического развития и осанки, объективно оценивать их, соотнося с общепринятыми нормами и представлениями			
30	Баскетбол.	1				
31	Бросок одной рукой в движении.	1				
32	Бросок одной рукой в движении	1				
33	Интегрированный урок по теме Постэмбриональный период развития. Влияние физических нагрузок в подростковом периоде.					
34	Ведение мяча с изменением направления.	1				
35	Ведение мяча с изменением направления.	1				
36	Передачи одной рукой от плеча в движении.	1				
37	Передачи одной рукой от плеча в движении.	1				
38	Ведение, передач во встреченных колоннах.	1				
39	Бросок одной рукой в кольцо.	1				
40	Бросок одной рукой в прыжке.	1				
41	Тактическое взаимодействие в нападении игры в баскетбол.	1				
42	Инструктаж по технике безопасности. Одновременно одношажный ход.	1	преодолевать трудности, выполнять учебные задания по технической и физической подготовке в полном объеме			

43	Одновременно одношажный ход.	1	наблюдения за динамикой показателей физического развития и осанки, объективно оценивать их, соотнося с общепринятыми нормами и представлениями			
44	Закрепление техники одновременно одношажного хода.	1				
45	Коньковый ход.	1				
46	Коньковый ход.	1				
47	Закрепление техники конькового хода.	1				
48	Попеременный четырехшажный ход, подъем «полуелочкой».	1				
49	Закрепление техники попеременный четырехшажный хода.	1				
50	Подъём «полуёлочкой».	1				
51	Баскетбол. Инструктаж Т.Б. Штрафной бросок.	1				
52	Баскетбол. Штрафной бросок .	1		преодолевать трудности, выполнять учебные задания по технической и физической подготовке в полном объеме наблюдения за динамикой показателей физического развития и осанки, объективно оценивать их, соотнося с общепринятыми нормами и представлениями		
53	Интегрированный урок по теме Фенотипическая изменчивость при игре в баскетбол.	1				
54	Баскетбол. Штрафной бросок	1				
55-57	Совершенствование быстрого прорыва, борьбе за мяч после броска .	3				
58	Совершенствование быстрого прорыва, борьбе за мяч после броска .	1				

59	Совершенствование быстрого прорыва, борьбе за мяч после броска .	1			
60	Совершенствование быстрого прорыва, борьбе за мяч после броска .	1			
61	Лыжная подготовка. Инструктаж по технике безопасности. Обучение технике одновременно одношажного хода	1	Описывают технику передвижения на лыжах Учатся технике одношажный ход		
62	Одновременно одношажный ход	1	Описывают технику передвижения на лыжах Учатся технике одношажный ход		
63	Закрепление техники одновременно одношажного хода, торможение «плугом» повороты «плугом».	1	Описывают технику передвижения на лыжах Учатся технике одношажный ход		
64	Коньковый ход.	1			
65	Одновременно одношажный ход.	1			
66	Коньковый ход.	1			
67	Одновременно одношажный ход.	1			
68	Интегрированный урок по теме Влияние физической нагрузки на морфологический критерии вида.	1			
69	Торможение «плугом», повороты «плугом».	1			
70	Закрепление техники одновременно одношажного хода, торможение «плугом» повороты «плугом».	1			
71	Закрепление техники одновременно одношажного хода, торможение «плугом» повороты «плугом».	1			

72	Закрепление техники одновременно одношажного хода, торможение «плугом» повороты «плугом».	1				
73	Закрепление техники одновременно одношажного хода, торможение «плугом» повороты «плугом».	1				
74	Закрепление техники: коньковый ход.	1	Описывают технику передвижения на лыжах Учатся технике коньковый ход			
75	Попеременный четырехшажный ход, подъем «полуелочкой».	1	Описывают технику передвижения на лыжах			
76	Попеременный четырехшажный ход, подъем «полуелочкой».	1	Учатся технике попеременный четырехшажный ход, подъем «полуелочкой».			
77	Попеременный четырехшажный ход, подъем «полуелочкой».	1				
78	Попеременный четырехшажный ход, подъем «полуелочкой».	1				
79	Закрепление техники попеременный четырехшажный хода, подъём «полуёлочкой».	1				
80	Применение изученных приёмов передвижения на лыжах по пересеченной местности.	1				
81-82	Переходы с попеременным ходом.	2				
83-84	Инструктаж по Т.Б. Волейбол	2				
85	Волейбол: подачи и приемы мяча в игре в волейбол: нападающего удара.	1	Обучать технике сочетаний приёмов игры			

86	Передачи мяча, нападающего удара в игре в волейбол.	1	волейбол			
87	Передача, подача, приём контрольных промежуточных нормативов.	1	Развить скоростно-силовые качества			
88	Приём контрольных промежуточных нормативов	1	Обучать индивидуальной технике, групповому взаимодействию в защите игры волейбол			
88	Индивидуальные защитные действия, взаимодействие в нападении игры в волейболов.	1	управлять своими эмоциями, проявлять культуру общения и взаимодействия в процессе занятий физической культурой, игровой и соревновательной деятельности;			
89	Нападение игры в волейбол.	1				
90	Блокирование мяча , сочетанию технических приемов.	1	разрешать спорные проблемы на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим.			
91	Приём промежуточных контрольных нормативов.	1				
92	Групповые действия в защите, технике блокирования мяча.	1				
93	Передача мяча, нападающего удара в игре в волейбол.	1				
94	Передача, подача, приём контрольных промежуточных нормативов.	1				
95	Приём контрольных промежуточных нормативов	1				
96	Индивидуальные защитные действия, взаимодействию в нападении игры в волейболов.	1				
97	Обучать сочетанию технических приёмов, тактике нападения игры в волейбол.	1				
98	Обучать технике блокирования мяча , сочетанию технических приемов.	1				
99	Обучать технике приемов. Приём промежуточных контрольных нормативов.	1				

100	Групповые действия в защите, технике блокирования мяча.	1				
101	Инструктаж по Т.Б. Обучать длительному бегу, техника прыжка в высоту с разбега. Обучать технике, бега на короткие дистанции, прыжка в длину с разбега	1				
102	Спринтерский бег, прыжка в длину с разбега.	1				

Учебно- методического и материально-технического **обеспечения** образовательной деятельности

1. Виленкин М.Я., Туревский И.М. . Физическая культура: Учебник для учащихся 5-7 классов.-М:Просвещение, 2014г.
2. Лях В.И, Зданевич А.А. Физическая культура: Учебник для учащихся 8-9 классов.-М:Просвещение, 2012 г.
3. Лях В.И., Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11-х классов. - М.: Просвещение, 2010. **Материально-техническое обеспечение**
 1. Компьютер
 2. **Музыкальный центр** Учебно - практическое оборудование

Козел гимнастический Перекладина гимнастическая Стенка гимнастическая Скамейка гимнастическая

Комплект навесного оборудования (перекладина, мишени для метания) Мячи: набивной 1и 2 кг, мяч малый (теннисный) мяч малый (мягкий)

Палка гимнастическая Скакалка детская Мат гимнастический

Кегли Обруч Мячи баскетбольные, волейбольные.