

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Министерство образования Московской области
Муниципальное образование "Одинцовский городской округ
Московской области"

МБОУ Одинцовская СОШ № 12

РАССМОТРЕНО

Руководитель ШМО

Панфилов С.В.

Протокол №1 от «28» 08

2024 г.

СОГЛАСОВАНО

Учитель-методист

Руденко А.В.

Протокол №1 от «29» 08

2024 г.

УТВЕРЖДЕНО

И.о. директора

Ежова М.В.

Приказ №312 от «30» 08

2024 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

(ID 6119358)

учебного предмета «Физическая культура»

для обучающихся 7 классов

Составитель:

Панфилов Степан Вячеславович,
Мкртчян Миша Варосович

г. Одинцово 2024

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 личностно 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, – 510 часов: в 5 классе – 68 часов (2 часа в неделю), в 6 классе – 68 часов (2 часа в неделю), в 7 классе – 68 часов (2 часа в неделю), в 8 классе – 68 часов (2 часа в неделю), в 9 классе – 68 часов (2 часа в неделю).

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА 7 КЛАСС

Знания о физической культуре.

Зарождение олимпийского движения в дореволюционной России, роль А.Д. Бутовского в развитии отечественной системы физического воспитания и спорта. Олимпийское движение в СССР и современной России, характеристика основных этапов развития. Выдающиеся советские и российские олимпийцы.

Влияние занятий физической культурой и спортом на воспитание положительных качеств личности современного человека.

Способы самостоятельной деятельности.

Правила техники безопасности и гигиены мест занятий в процессе выполнения физических упражнений на открытых площадках. Ведение дневника по физической культуре.

Техническая подготовка и её значение для человека, основные правила технической подготовки. Двигательные действия как основа технической подготовки, понятие двигательного умения и двигательного навыка. Способы оценивания техники двигательных действий и организация процедуры оценивания. Ошибки при разучивании техники выполнения двигательных действий, причины и способы их предупреждения при самостоятельных занятиях технической подготовкой.

Планирование самостоятельных занятий технической подготовкой на учебный год и учебную четверть. Составление плана учебного занятия по самостоятельной технической подготовке. Способы оценивания оздоровительного эффекта занятий физической культурой с помощью «индекса Кетле», «ортостатической пробы», «функциональной пробы со стандартной нагрузкой».

Физическое совершенствование.

Физкультурно-оздоровительная деятельность.

Оздоровительные комплексы для самостоятельных занятий с добавлением ранее разученных упражнений: для коррекции телосложения и профилактики нарушения осанки, дыхательной и зрительной гимнастики в режиме учебного дня.

Спортивно-оздоровительная деятельность.

Модуль «Гимнастика».

Акробатические комбинации из ранее разученных упражнений с добавлением упражнений ритмической гимнастики (девочки). Простейшие акробатические пирамиды в парах и тройках (девочки). Стойка на голове с опорой на руки, акробатическая комбинация из разученных упражнений в равновесии, стойках, кувырках (мальчики).

Комплекс упражнений степ-аэробики, включающий упражнения в ходьбе, прыжках, спрыгивании и запрыгивании с поворотами разведением рук и ног, выполняемых в среднем и высоком темпе (девочки).

Комбинация на гимнастическом бревне из ранее разученных упражнений с добавлением упражнений на статическое и динамическое равновесие (девочки). Комбинация на низкой гимнастической перекладине из ранее разученных упражнений в висах, упорах, переворотках (мальчики). Лазанье по канату в два приёма (мальчики).

Модуль «Лёгкая атлетика».

Бег с преодолением препятствий способами «наступление» и «прыжковый бег», эстафетный бег. Ранее освоенные беговые упражнения с увеличением скорости передвижения и продолжительности выполнения, прыжки с разбега в длину способом «согнув ноги» и в высоту способом «перешагивание».

Метание малого (теннисного) мяча по движущейся (катящейся) с разной скоростью мишени.

Модуль «Зимние виды спорта».

Торможение и поворот на лыжах упором при спуске с пологого склона, переход с передвижения попеременным двухшажным ходом на передвижение одновременным одношажным ходом и обратно во время прохождения учебной дистанции, спуски и подъёмы ранее освоенными способами.

Модуль «Спортивные игры».

Баскетбол. Передача и ловля мяча после отскока от пола, бросок в корзину двумя руками снизу и от груди после ведения. Игровая деятельность по правилам с использованием ранее разученных технических приёмов без мяча и с мячом: ведение, приёмы и передачи, броски в корзину.

Волейбол. Верхняя прямая подача мяча в разные зоны площадки соперника, передача мяча через сетку двумя руками сверху и перевод мяча за голову. Игровая деятельность по правилам с использованием ранее разученных технических приёмов.

Футбол. Средние и длинные передачи мяча по прямой и диагонали, тактические действия при выполнении углового удара и вбрасывании мяча из-за боковой линии. Игровая деятельность по правилам с использованием ранее разученных технических приёмов.

Совершенствование техники ранее разученных гимнастических и акробатических упражнений, упражнений лёгкой атлетики и зимних видов спорта, технических действий спортивных игр.

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 ишибов 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 7 классе* обучающийся научится:

проводить анализ причин зарождения современного олимпийского движения, давать характеристику основным этапам его развития в СССР и современной России;

объяснять положительное влияние занятий физической культурой и спортом на воспитание личностных качеств современных обучающихся, приводить примеры из собственной жизни;

объяснять понятие «техника физических упражнений», руководствоваться правилами технической подготовки при самостоятельном обучении новым физическим упражнениям, проводить процедуры оценивания техники их выполнения;

составлять планы самостоятельных занятий физической и технической подготовкой, распределять их в недельном и месячном циклах учебного года, оценивать их оздоровительный эффект с помощью «индекса Кетле» и «ортостатической пробы» (по образцу);

выполнять лазанье по канату в два приёма (юноши) и простейшие акробатические пирамиды в парах и тройках (девушки);

составлять и самостоятельно разучивать комплекс степ-аэробики, включающий упражнения в ходьбе, прыжках, спрыгивании и запрыгивании с поворотами, разведением рук и ног (девушки);

выполнять стойку на голове с опорой на руки и включать её в акробатическую комбинацию из ранее освоенных упражнений (юноши);

выполнять беговые упражнения с преодолением препятствий способами «наступление» и «прыжковый бег», применять их в беге по пересечённой местности;

выполнять метание малого мяча на точность в неподвижную, качающуюся и катящуюся с разной скоростью мишень;

выполнять переход с передвижения попеременным двухшажным ходом на передвижение одновременным одношажным ходом и обратно во время прохождения учебной дистанции, наблюдать и анализировать его выполнение другими обучающимися, сравнивая с заданным образцом, выявлять ошибки и предлагать способы устранения (для бесснежных районов – имитация перехода);

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

демонстрировать и использовать технические действия спортивных игр:

баскетбол (передача и ловля мяча после отскока от пола, броски мяча двумя руками снизу и от груди в движении, использование разученных технических действий в условиях игровой деятельности);

волейбол (передача мяча за голову на своей площадке и через сетку, использование разученных технических действий в условиях игровой деятельности);

футбол (средние и длинные передачи футбольного мяча, тактические действия при выполнении углового удара и вбрасывании мяча из-за боковой линии, использование разученных технических действий в условиях игровой деятельности).

7 КЛАСС

№ п/ п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов			Электронные (цифровые) образовательны е ресурсы
		Всег о	Контрольны е работы	Практически е работы	
Раздел 1. Знания о физической культуре					
1.1	Знания о физической культуре	3			
Итого по разделу		3			
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности					
2.1	Способы самостоятельно й деятельности	5			
Итого по разделу		5			
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ					
Раздел 1. Физкультурно-оздоровительная деятельность					
1.1	Физкультурно- оздоровительна я деятельность	2			
Итого по разделу		2			
Раздел 2. Спортивно-оздоровительная деятельность					
2.1	Гимнастика (модуль "Гимнастика")	10			
2.2	Лёгкая атлетика (модуль "Легкая атлетика")	11			
2.3	Зимние виды спорта (модуль "Зимние виды спорта")	10			
2.4	Спортивные игры. Баскетбол (модуль "Спортивные игры")	8			
2.5	Спортивные игры. Волейбол	8			

	(модуль "Спортивные игры")				
2.6	Спортивные игры. Футбол (модуль "Спортивные игры")	8			
2.7	Модуль "Спорт"	3			
Итого по разделу		58			
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	0	

Поурочное планирование
7 «Б», «В» КЛАСС

№ п/ п	Тема урока	Количество часов			Дата изучени я	Дата по факту	Электронн ые цифровые образовател ьные ресурсы
		Все го	Контрольн ые работы	Практи ческие работы			
1	Истоки развития олимпизма в России	1	0	0	03.09.2024		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40
2	Олимпийское движение в СССР и современной России	1	0	0	06.09.2024		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40
3	Воспитание качеств личности на занятиях физической культурой и спортом	1	0	0	10.09.2024		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40
4	Соблюдение правил техники безопасности и гигиены мест занятий физическими упражнениями	1	0	0	13.09.2024		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40
5	Тактическая подготовка	1	0	0	17.09.2024		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40
6	Способы и процедуры оценивания техники	1	0	0	20.09.2024		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40

	двигательных действий						411 а 40
7	Планирование занятий технической подготовкой	1	0	0	24.09.2024		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40
8	Оценивание оздоровительного эффекта занятий физической культурой	1	0	0	27.09.2024		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40
9	Упражнения для коррекции телосложения	1	0	0	01.10.2024		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40
10	Упражнения для профилактики нарушения осанки	1	0	0	04.10.2024		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40
11	Акробатические комбинации	1	0	0	15.10.2024		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40
12	Акробатические пирамиды	1	0	0	18.10.2024		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40
13	Стойка на голове с опорой на руки	1	0	0	22.10.2024		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40
14	Комплекс упражнений степ-аэробики	1	0	0	25.10.2024		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40

							411 а 40
15	Правила и техника выполнения нормативов комплекса ГТО: подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см; поднимание туловища из положения лежа на спине	1	0	0	29.10.2024		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/ /7 f 411 а 40
16	Комбинация на гимнастическом бревне	1	0	0	01.11.2024		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/ /7 f 411 а 40
17	Комбинация на низкой гимнастической перекладине	1	0	0	05.11.2024		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/ /7 f 411 а 40
18	Правила и техника выполнения нормативов комплекса ГТО: подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики; наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье	1	0	0	08.11.2024		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/ /7 f 411 а 40
19	Лазанье по	1	0	0	12.11.2024		Библиотека ЦОК

	канату в два приёма						https://m.edsoo.ru/7f411a40
20	Лазанье по канату в два приёма	1	0	0	15.11.2024		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40
21	Бег на короткие и средние дистанции	1	0	0	26.11.2024		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40
22	Правила и техника выполнения нормативов комплекса ГТО: бег на 30 м и 60 м	1	0	0	29.11.2024		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40
23	Техника преодоление препятствий наступанием и прыжковым бегом	1	0	0	03.12.2024		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40
24	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: бег на 1500 м	1	0	0	06.12.2024		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40
25	Эстафетный бег	1	0	0	10.12.2024		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40
26	Правила и техника выполнения норматива комплекса	1	0	0	13.12.2024		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40

	ГТО: челночный бег 3х10 м						
27	Прыжки с разбега в высоту	1	0	0	17.12.2024		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40
28	Прыжки с разбега в длину	1	0	0	20.12.2024		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40
29	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: прыжок в длину с места толчком двумя ногами	1	0	0	24.12.2024		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40
30	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: метание мяча весом 150 г	1	0	0	27.12.2024		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40
31	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: кросс на 3 км	1	0	0	10.01.2025		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40
32	Торможение на лыжах способом «упор»	1	0	0	14.01.2025		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40
33	Торможение	1	0	0	17.01.2025		Библиотека ЦОК

	на лыжах способом «упор»						https://m.edsoo.ru/7f411a40
34	Поворот упором при спуске с пологого склона	1	0	0	21.01.2025		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40
35	Поворот упором при спуске с пологого склона	1	0	0	24.01.2025		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40
36	Преодоление естественных препятствий на лыжах	1	0	0	28.01.2025		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40
37	Преодоление естественных препятствий на лыжах	1	0	0	31.01.2025		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40
38	Переход с одного хода на другой во время прохождения учебной дистанции	1	0	0	04.02.2025		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40
39	Переход с одного хода на другой во время прохождения учебной дистанции	1	0	0	07.02.2025		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40
40	Спуски и подъёмы во время прохождения учебной дистанции	1	0	0	11.02.2025		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40

41	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: бег на лыжах 2 км	1	0	0	14.02.2025		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40
42	Передача и ловля мяча после отскока от пола	1	0	0	25.02.2025		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40
43	Передача и ловля мяча после отскока от пола	1	0	0	28.02.2025		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40
44	Бросок мяча в корзину двумя руками снизу после ведения	1	0	0	04.03.2025		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40
45	Бросок мяча в корзину двумя руками снизу после ведения	1	0	0	07.03.2025		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40
46	Бросок мяча в корзину двумя рукам от груди после ведения	1	0	0	11.03.2025		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40
47	Бросок мяча в корзину двумя рукам от груди после ведения	1	0	0	14.03.2025		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40
48	Игровая деятельность с использованием разученных технических приёмов	1	0	0	18.03.2025		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40

49	Игровая деятельность с использованием разученных технических приёмов	1	0	0	21.03.2025	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40
50	Верхняя прямая подача мяча	1	0	0	25.03.2025	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40
51	Верхняя прямая подача мяча	1	0	0	28.03.2025	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40
52	Передача мяча через сетку двумя руками сверху	1	0	0	01.04.2025	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40
53	Передача мяча через сетку двумя руками сверху	1	0	0	04.04.2025	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40
54	Перевод мяча за голову	1	0	0	15.04.2025	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40
55	Перевод мяча за голову	1	0	0	18.04.2025	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40
56	Игровая деятельность с использованием разученных технических приёмов	1	0	0	22.04.2025	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40

57	Игровая деятельность с использованием разученных технических приёмов	1	0	0	25.04.2025		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40
58	Средние и длинные передачи мяча по прямой	1	0	0	29.04.2025		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40
59	Средние и длинные передачи мяча по диагонали	1	0	0	02.05.2025	6.05	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40
60	Тактические действия при выполнении углового удара	1	0	0	06.05.2025		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40
61	Тактические действия при вбрасывании мяча из-за боковой линии	1	0	0	09.05.2025	13.05	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40
62	Тактические действия при вбрасывании мяча из-за боковой линии	1	0	0	13.05.2025		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40
63	Игровая деятельность с использованием разученных технических приёмов	1	0	0	16.05.2025		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40
64	Игровая деятельность с использованием разученных	1	0	0	20.05.2025		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40

	технических приёмов						411 а 40
65	Игровая деятельность с использованием разученных технических приёмов	1	0	0	23.05.2025		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40
66	Правила выполнения спортивных нормативов 4 ступени. Правила ТБ.	1	0	0	27.05.2025		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40
67	Фестиваль «Мы и ГТО» (сдача норм ГТО с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 4 ступени)	1	0	0	30.05.2025		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40
68	Фестиваль «Мы и ГТО» (сдача норм ГТО с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 4 ступени)	1	0	0	30.05.2025		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	0			

7 «А», «Г» КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Дата по факту	Электронные образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы			
1	Истоки развития олимпизма в России	1	0	0	04.09.2024		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f411a40
2	Олимпийское движение в СССР и современной России	1	0	0	06.09.2024		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f411a40
3	Воспитание качеств личности на занятиях физической культурой и спортом	1	0	0	11.09.2024		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f411a40
4	Соблюдение правил техники безопасности и гигиены мест занятий физическими упражнениями	1	0	0	13.09.2024		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f411a40
5	Тактическая подготовка	1	0	0	18.09.2024		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f411a40
6	Способы и процедуры оценивания	1	0	0	20.09.2024		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f411a40

	техники двигательных действий						edsoo . ru /7 f 411 а 40
7	Планирование занятий технической подготовкой	1	0	0	25.09.2024		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411 а 40
8	Оценивание оздоровительного эффекта занятий физической культурой	1	0	0	27.09.2024		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411 а 40
9	Упражнения для коррекции телосложения	1	0	0	02.10.2024		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411 а 40
10	Упражнения для профилактики и нарушения осанки	1	0	0	04.10.2024		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411 а 40
11	Акробатические комбинации	1	0	0	16.10.2024		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411 а 40
12	Акробатические пирамиды	1	0	0	18.10.2024		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411 а 40
13	Стойка на голове с опорой на руки	1	0	0	23.10.2024		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411 а 40
14	Комплекс упражнений степ- аэробики	1	0	0	25.10.2024		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411 а 40

							f 411 a 40
15	Правила и техника выполнения нормативов комплекса ГТО: подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см; поднимание туловища из положения лежа на спине	1	0	0	30.10.2024		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f411a40
16	Комбинация на гимнастическом бревне	1	0	0	01.11.2024		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f411a40
17	Комбинация на низкой гимнастической перекладине	1	0	0	06.11.2024		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f411a40
18	Правила и техника выполнения нормативов комплекса ГТО: подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики; наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье	1	0	0	08.11.2024		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f411a40

19	Лазанье по канату в два приёма	1	0	0	13.11.2024	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f411a40
20	Лазанье по канату в два приёма	1	0	0	15.11.2024	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f411a40
21	Бег на короткие и средние дистанции	1	0	0	27.11.2024	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f411a40
22	Правила и техника выполнения нормативов комплекса ГТО: бег на 30 м и 60 м	1	0	0	29.11.2024	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f411a40
23	Техника преодоление препятствий наступанием и прыжковым бегом	1	0	0	04.12.2024	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f411a40
24	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: бег на 1500 м	1	0	0	06.12.2024	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f411a40
25	Эстафетный бег	1	0	0	11.12.2024	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f411a40
26	Правила и техника выполнения	1	0	0	13.12.2024	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f411a40

	норматива комплекса ГТО: челночный бег 3x10 м						edsoo . ru /7 f 411 a 40
27	Прыжки с разбега в высоту	1	0	0	18.12.2024		Библиотека ЦОК https :// m . edsoo . ru /7 f 411 a 40
28	Прыжки с разбега в длину	1	0	0	20.12.2024		Библиотека ЦОК https :// m . edsoo . ru /7 f 411 a 40
29	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: прыжок в длину с места толчком двумя ногами	1	0	0	25.12.2024		Библиотека ЦОК https :// m . edsoo . ru /7 f 411 a 40
30	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: метание мяча весом 150 г	1	0	0	27.12.2024		Библиотека ЦОК https :// m . edsoo . ru /7 f 411 a 40
31	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: кросс на 3 км	1	0	0	08.01.2025		Библиотека ЦОК https :// m . edsoo . ru /7 f 411 a 40
32	Торможение на лыжах способом «упор»	1	0	0	10.01.2025		Библиотека ЦОК https :// m . edsoo . ru /7 f 411 a 40

							f 411 а 40
33	Торможение на лыжах способом «упор»	1	0	0	15.01.2025		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411 а 40
34	Поворот упором при спуске с пологого склона	1	0	0	17.01.2025		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411 а 40
35	Поворот упором при спуске с пологого склона	1	0	0	22.01.2025		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411 а 40
36	Преодоление естественных препятствий на лыжах	1	0	0	24.01.2025		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411 а 40
37	Преодоление естественных препятствий на лыжах	1	0	0	29.01.2025		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411 а 40
38	Переход с одного хода на другой во время прохождения учебной дистанции	1	0	0	31.01.2025		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411 а 40
39	Переход с одного хода на другой во время прохождения учебной дистанции	1	0	0	05.02.2025		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411 а 40
40	Спуски и подъёмы во	1	0	0	07.02.2025		Библиотека ЦОК

	время прохождения учебной дистанции						https://m.edsoo.ru/f411a40
41	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: бег на лыжах 2 км	1	0	0	12.02.2025		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f411a40
42	Передача и ловля мяча после отскока от пола	1	0	0	14.02.2025		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f411a40
43	Передача и ловля мяча после отскока от пола	1	0	0	26.02.2025		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f411a40
44	Бросок мяча в корзину двумя руками снизу после ведения	1	0	0	28.02.2025		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f411a40
45	Бросок мяча в корзину двумя руками снизу после ведения	1	0	0	05.03.2025		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f411a40
46	Бросок мяча в корзину двумя рукам от груди после ведения	1	0	0	07.03.2025		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f411a40
47	Бросок мяча в корзину двумя рукам от груди после ведения	1	0	0	12.03.2025		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f411a40
48	Игровая деятельность	1	0	0	14.03.2025		Библиотека ЦОК

	с использованием разученных технических приёмов						https://m.edsoo.ru/f411a40
49	Игровая деятельность с использованием разученных технических приёмов	1	0	0	19.03.2025		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f411a40
50	Верхняя прямая подача мяча	1	0	0	21.03.2025		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f411a40
51	Верхняя прямая подача мяча	1	0	0	26.03.2025		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f411a40
52	Передача мяча через сетку двумя руками сверху	1	0	0	28.03.2025		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f411a40
53	Передача мяча через сетку двумя руками сверху	1	0	0	02.04.2025		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f411a40
54	Перевод мяча за голову	1	0	0	04.04.2025		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f411a40
55	Перевод мяча за голову	1	0	0	16.04.2025		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f411a40

							f 411 а 40
56	Игровая деятельность с использованием разученных технических приёмов	1	0	0	18.04.2025		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f411 а 40
57	Игровая деятельность с использованием разученных технических приёмов	1	0	0	23.04.2025		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f411 а 40
58	Средние и длинные передачи мяча по прямой	1	0	0	25.04.2025		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f411 а 40
59	Средние и длинные передачи мяча по диагонали	1	0	0	30.04.2025		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f411 а 40
60	Тактические действия при выполнении углового удара	1	0	0	02.05.2025	07.05	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f411 а 40
61	Тактические действия при вбрасывании мяча из-за боковой линии	1	0	0	07.05.2025		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f411 а 40
62	Тактические действия при вбрасывании мяча из-за боковой	1	0	0	09.05.2025	14.05	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f411 а 40

	линии						
63	Игровая деятельность с использованием разученных технических приёмов	1	0	0	14.05.2025		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f411a40
64	Игровая деятельность с использованием разученных технических приёмов	1	0	0	16.05.2025		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f411a40
65	Игровая деятельность с использованием разученных технических приёмов	1	0	0	21.05.2025		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f411a40
66	Правила выполнения спортивных нормативов 4 степени. Правила ТБ.	1	0	0	23.05.2025		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f411a40
67	Фестиваль «Мы и ГТО» (сдача норм ГТО с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 4 степени)	1	0	0	28.05.2025		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/f411a40
68	Фестиваль «Мы и ГТО»	1	0	0	30.05.2025		Библиотека ЦОК

	(сдача норм ГТО с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 4 ступени)						https://m.edsoo.ru/7f411a40
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	0			

7 «У», «С» КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов			Дата изучения	Дата по факту	Электронные цифровые образовательные ресурсы
		Всего	Контрольные работы	Практические работы			
1	Истоки развития олимпизма в России	1	0	0	03.09.2024		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40
2	Олимпийское движение в СССР и современной России	1	0	0	05.09.2024		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40
3	Воспитание качеств личности на занятиях физической культурой и спортом	1	0	0	10.09.2024		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40
4	Соблюдение правил техники	1	0	0	12.09.2024		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40

	безопасности и гигиены мест занятий физическими упражнениями						edsoo . ru /7 f 411 a 40
5	Тактическая подготовка	1	0	0	17.09.2024		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40
6	Способы и процедуры оценивания техники двигательных действий	1	0	0	19.09.2024		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40
7	Планирование занятий технической подготовкой	1	0	0	24.09.2024		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40
8	Оценивание оздоровительного эффекта занятий физической культурой	1	0	0	26.09.2024		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40
9	Упражнения для коррекции телосложения	1	0	0	01.10.2024		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40
10	Упражнения для профилактики и нарушения осанки	1	0	0	03.10.2024		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40
11	Акробатические комбинации	1	0	0	15.10.2024		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40

12	Акробатические пирамиды	1	0	0	17.10.2024	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40
13	Стойка на голове с опорой на руки	1	0	0	22.10.2024	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40
14	Комплекс упражнений степ-аэробики	1	0	0	24.10.2024	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40
15	Правила и техника выполнения нормативов комплекса ГТО: подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90см; поднимание туловища из положения лежа на спине	1	0	0	29.10.2024	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40
16	Комбинация на гимнастическом бревне	1	0	0	31.10.2024	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40
17	Комбинация на низкой гимнастической перекладине	1	0	0	05.11.2024	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40
18	Правила и техника выполнения	1	0	0	07.11.2024	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40

	нормативов комплекса ГТО: подтягивание из виса на высокой перекладине – мальчики; наклон вперед из положения стоя на гимнастической скамье						edsoo . ru /7 f 411 a 40
19	Лазанье по канату в два приёма	1	0	0	12.11.2024		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40
20	Лазанье по канату в два приёма	1	0	0	14.11.2024		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40
21	Бег на короткие и средние дистанции	1	0	0	26.11.2024		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40
22	Правила и техника выполнения нормативов комплекса ГТО: бег на 30 м и 60 м	1	0	0	28.11.2024		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40
23	Техника преодоление препятствий наступанием и прыжковым бегом	1	0	0	03.12.2024		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40
24	Правила и техника	1	0	0	05.12.2024		Библиотека ЦОК

	выполнения норматива комплекса ГТО: бег на 1500 м						https://m.edsoo.ru/7f411a40
25	Эстафетный бег	1	0	0	10.12.2024		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40
26	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: челночный бег 3x10 м	1	0	0	12.12.2024		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40
27	Прыжки с разбега в высоту	1	0	0	17.12.2024		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40
28	Прыжки с разбега в длину	1	0	0	19.12.2024		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40
29	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: прыжок в длину с места толчком двумя ногами	1	0	0	24.12.2024		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40
30	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: метание	1	0	0	26.12.2024		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40

	мяча весом 150 г						
31	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: кросс на 3 км	1	0	0	09.01.2025		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40
32	Торможение на лыжах способом «упор»	1	0	0	14.01.2025		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40
33	Торможение на лыжах способом «упор»	1	0	0	16.01.2025		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40
34	Поворот упором при спуске с пологого склона	1	0	0	21.01.2025		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40
35	Поворот упором при спуске с пологого склона	1	0	0	23.01.2025		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40
36	Преодоление естественных препятствий на лыжах	1	0	0	28.01.2025		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40
37	Преодоление естественных препятствий на лыжах	1	0	0	30.01.2025		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40
38	Переход с одного хода на другой во время	1	0	0	04.02.2025		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40

	прохождения учебной дистанции						411 а 40
39	Переход с одного хода на другой во время прохождения учебной дистанции	1	0	0	06.02.2025		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40
40	Спуски и подъёмы во время прохождения учебной дистанции	1	0	0	11.02.2025		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40
41	Правила и техника выполнения норматива комплекса ГТО: бег на лыжах 2 км	1	0	0	13.02.2025		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40
42	Передача и ловля мяча после отскока от пола	1	0	0	25.02.2025		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40
43	Передача и ловля мяча после отскока от пола	1	0	0	27.02.2025		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40
44	Бросок мяча в корзину двумя руками снизу после ведения	1	0	0	04.03.2025		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40
45	Бросок мяча в корзину двумя руками снизу после ведения	1	0	0	06.03.2025		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40

46	Бросок мяча в корзину двумя руками от груди после ведения	1	0	0	11.03.2025	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40
47	Бросок мяча в корзину двумя руками от груди после ведения	1	0	0	13.03.2025	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40
48	Игровая деятельность с использованием разученных технических приёмов	1	0	0	18.03.2025	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40
49	Игровая деятельность с использованием разученных технических приёмов	1	0	0	20.03.2025	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40
50	Верхняя прямая подача мяча	1	0	0	25.03.2025	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40
51	Верхняя прямая подача мяча	1	0	0	27.03.2025	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40
52	Передача мяча через сетку двумя руками сверху	1	0	0	01.04.2025	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40
53	Передача мяча через	1	0	0	03.04.2025	Библиотека ЦОК

	сетку двумя руками сверху						https://m.edsoo.ru/7f411a40
54	Перевод мяча за голову	1	0	0	15.04.2025		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40
55	Перевод мяча за голову	1	0	0	17.04.2025		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40
56	Игровая деятельность с использованием разученных технических приёмов	1	0	0	22.04.2025		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40
57	Игровая деятельность с использованием разученных технических приёмов	1	0	0	24.04.2025		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40
58	Средние и длинные передачи мяча по прямой	1	0	0	29.04.2025		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40
59	Средние и длинные передачи мяча по диагонали	1	0	0	01.05.2025	06.05	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40
60	Тактические действия при выполнении углового	1	0	0	06.05.2025		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40

	удара						411 а 40
61	Тактические действия при вбрасывании мяча из-за боковой линии	1	0	0	08.05.2025	13.05	Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/ /7 f 411 а 40
62	Тактические действия при вбрасывании мяча из-за боковой линии	1	0	0	13.05.2025		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/ /7 f 411 а 40
63	Игровая деятельность с использованием разученных технических приёмов	1	0	0	15.05.2025		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/ /7 f 411 а 40
64	Игровая деятельность с использованием разученных технических приёмов	1	0	0	20.05.2025		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/ /7 f 411 а 40
65	Игровая деятельность с использованием разученных технических приёмов	1	0	0	22.05.2025		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/ /7 f 411 а 40
66	Правила выполнения спортивных нормативов 4 ступени. Правила ТБ.	1	0	0	27.05.2025		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/ /7 f 411 а 40

67	Фестиваль «Мы и ГТО» (сдача норм ГТО с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 4 ступени)	1	0	0	29.05.2025		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40
68	Фестиваль «Мы и ГТО» (сдача норм ГТО с соблюдением правил и техники выполнения испытаний (тестов) 4 ступени)	1	0	0	29.05.2025		Библиотека ЦОК https://m.edsoo.ru/7f411a40
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68	0	0			

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

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

**ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ
ИНТЕРНЕТ**