

**Пояснительная записка**

Рабочая программа учебного предмета «Физическая культура» для 5 класса разработана в соответствии с

* Федеральным государственным образовательным стандарта основного общего образования (Приказ Министерства образования и науки РФ от 17 декабря 2010г. № 1897 «Об утверждении федерального государственного образовательного основного общего образования» с изменениями);
* основной образовательной программы ООО МОУ Тимирязевской СШ (приказ № 276 от 26.05. 2021 года).

С учётом рабочей программы: Физическая культура. Примерные рабочие программы. Предметная линия учебников М. Я. Виленского, В. И. Ляха 5-9 классы: пособие для учителей общеобразовательных организаций / В.И. Лях .- М.: Просвещение, 2019.

Рабочая программа ориентирована на УМК: Виленский М. Я., Туревский И. М. Физическая культура. 5,6,7 классы: учебник для общеобразовательных организаций.- М.: Просвещение. 2021.

**Общие цели и задачи учебного предмета, обоснованные в ФГОС ООО:**

**Целью учебного предмета:** 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.

**задачи учебного предмета:**

• содействие гармоничному физическому развитию, закрепление навыков правильной осанки, развитие устойчивости организма к неблагоприятным условиям внешней среды, воспитание ценностных ориентации на здоровый образ жизни и привычки соблюдения личной гигиены;

• обучение основам базовых видов двигательных действий;

• дальнейшее развитие координационных (ориентирование в пространстве, перестроение двигательных действий, быстрота и точность реагирования на сигналы, согласование движений, ритм, равновесие, точность воспроизведения и дифференцирования основных параметров движений) и кондиционных способностей (скоростно-силовых, скоростных, выносливости, силы и гибкости);

• формирование основ знаний о личной гигиене, о влиянии занятий физическими упражнениями на основные системы организма, развитие волевых и нравственных качеств;

• выработку представлений о физической культуре личности и приёмах самоконтроля;

• углубление представления об основных видах спорта, соревнованиях, снарядах и инвентаре, соблюдение правил техники безопасности во время занятий, оказание первой помощи при травмах;

• воспитание привьики к самостоятельным занятиям физическими упражнениями, избранными видами спорта в свободное время;

• выработку организаторских навыков проведения занятий в качестве командира отделения, капитана команды, судьи;

• формирование адекватной оценки собственных физических возможностей;

• воспитание инициативности, самостоятельности, взаимопомощи, дисциплинированности, чувства ответственности;

• содействие развитию психических процессов и обучение основам психической саморегуляции.

На изучение предмета «Физическая культура» в 5 классе в учебном плане МОУ Тимирязевской СШ на 2021-2022 учебный год отводится 3 учебных часа в неделю -

102 учебных часа в год.

**Планируемые результаты освоения учебного предмета, курса**

**Личностные результаты:**

• воспитание российской гражданской идентичностью: патриотизмом, любовью и уважением к Отечеству, чувством гордости за свою Родину, прошлым и настоящим многонационального народа России;

• знанием истории физической культуры своего народа, своего края как части наследия народов России и человечества;

• воспитание чувства ответственности и долга перед Родиной;

• формирование осознання, уважительня и доброжелательного отношением к другому человеку, его мнению, мировоззрению, культуре, языку, вере, гражданской позиции, к истории, культуре, религии, традициям, языкам, ценностям народов России и народов мира;

• готовности и способности вести диалог с другими людьми и достигать в нем взаимопонимания;

• формирование коммуникативной компетентности в общении и сотрудничестве со сверстниками, детьми старшего и младшего возраста, взрослыми в процессе образовательной, общественно полезной, учебно-исследовательской, творческой и других видов деятельности;

• пониманием ценности здорового и безопасного образа жизни, правилами индивидуального и коллективного безопасного поведения в чрезвычайных ситуациях;

• формирование осознаного значения семьи в жизни человека и общества, принятием ценности семейной жизни, уважительным и заботливым отношением к членам своей семьи.

Личностные результаты освоения программного материала проявляются в следующих областях культуры.

*В области познавательной культуры:*

• владение знаниями об индивидуальных особенностях физического развития и физической подготовленности, о соответствии их возрастно-половым нормативам;

• владение знаниями об особенностях индивидуального здоровья и о функциональных возможностях организма, способах профилактики заболеваний, травматизма и оказания доврачебной помощи при занятиях физическими упражнениями;

• владение знаниями по организации и проведению занятий физическими упражнениями оздоровительной и тренировочной направленности, составлению содержания индивидуальных занятий в соответствии с задачами улучшения физического развития и физической подготовленности.

*В области нравственной культуры:*

• способность управлять своими эмоциями, владеть культурой общения и взаимодействия в процессе занятий физическими упражнениями, во время игр и соревнований;

• способность принимать активное участие в организации и проведении совместных физкультурно-оздоровительных и спортивных мероприятий;

• владение умением предупреждать конфликтные ситуации и находить выходы из спорных ситуаций в процессе игровой и соревновательной деятельности на основе уважительного и доброжелательного отношения к окружающим.

*В области трудовой культуры:*

• умение планировать режим дня, обеспечивать оптимальное сочетание умственных, физических нагрузок и отдыха;

• умение проводить туристские пешие походы, готовить снаряжение, организовывать и благоустраивать места стоянок, соблюдать правила безопасности;

• умение содержать в порядке спортивный инвентарь и оборудование, спортивную одежду, осуществлять их подготовку к занятиям и спортивным соревнованиям.

*В области эстетической культуры:*

• умение длительно сохранять правильную осанку во время статичных поз и в процессе разнообразных видов двигательной деятельности;

• формирование потребности иметь хорошее телосложение в соответствии с принятыми нормами и представлениями;

• формирование культуры движений, умения передвигаться легко, красиво, непринуждённо.

*В области коммуникативной культуры:*

• владение умением осуществлять поиск информации по вопросам современных оздоровительных систем (в справочных источниках, учебнике, в сети Интернет и др.), а также обобщать, анализировать и применять полученные знания в самостоятельных занятиях физическими упражнениями и спортом;

• владение умением формулировать цель и задачи индивидуальных и совместных с другими детьми и подростками занятий физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельностью, излагать их содержание;

• владение умением оценивать ситуацию и оперативно принимать решения, находить адекватные способы взаимодействия с партнёрами во время учебной, игровой и соревновательной деятельности.

*В области физической культуры:*

• владение умениями:

— в циклических и ациклических локомоциях: с максимальной скоростью пробегать 60 м из положения низкого старта; в равномерном темпе бегать до 20 мин (мальчики) и до 15 мин (девочки); после быстрого разбега с 9—13 шагов совершать прыжок в длину; выполнять с 9—13 шагов разбега прыжок в высоту способом «перешагивание»;

— в метаниях на дальность и на меткость метать малый мяч и мяч 150 г с места и с 3 шагов разбега в горизонтальную и вертикальную цели с 10—12 м, метать малый мяч и мяч 150 г с места по медленно и быстро движущейся цели с 10—12 м;

— в гимнастических и акробатических упражнениях: выполнять комбинацию из четырёх элементов на перекладине (мальчики) и на разновысоких брусьях (девочки); опорные прыжки через козла в длину (мальчики) и в ширину (девочки); комбинацию движений с одним из предметов (мяч, палка, скакалка, обруч), состоящих из шести элементов, или комбинацию, состоящую из шести гимнастических элементов; выполнять акробатическую комбинацию из четырёх элементов, включающую кувырки вперёд и назад, стойку на голове и руках, длинный кувырок (мальчики), кувырок вперёд и назад в полу шпагат, «мост» и поворот в упор стоя на одном колене (девочки);

— в спортивных играх: играть в одну из спортивных игр (по упрощённым правилам);

• демонстрировать результаты не ниже, чем средний уровень основных физических способностей;

• владеть способами физкультурно-оздоровительной деятельности: самостоятельно выполнять упражнения на развитие быстроты, координации, выносливости, силы, гибкости; соблюдать правила самоконтроля и безопасности во время выполнения упражнений;

• владеть способами спортивной деятельности: участвовать в соревновании по легкоатлетическому четырёхборью: бег 60 м, прыжок в длину или в высоту с разбега, метание, бег на выносливость; участвовать в соревнованиях по одному из видов спорта;

• владеть правилами поведения на занятиях физическими упражнениями: соблюдать нормы поведения в коллективе, правила безопасности, гигиену занятий и личную гигиену; помогать друг другу и учителю; поддерживать товарищей, имеющих недостаточную физическую подготовленность; проявлять активность, самостоятельность, выдержку и самообладание.

**Метапредметные результаты:**

• умение самостоятельно определять цели своего обучения, ставить и формулировать для себя новые задачи в учёбе и познавательной деятельности, развивать мотивы и интересы своей познавательной деятельности;

• умение самостоятельно планировать пути достижения целей, в том числе альтернативные, осознанно выбирать наиболее эффективные способы решения учебных и познавательных задач;

• умение соотносить свои действия с планируемыми результатами, осуществлять контроль своей деятельности в процессе достижения результата, определять способы действий в рамках предложенных условий и требований, корректировать свои действия в соответствии с изменяющейся ситуацией;

• умение оценивать правильность выполнения учебной задачи, собственные возможности её решения;

• владение основами самоконтроля, самооценки, принятия решений и осуществления осознанного выбора в учебной и познавательной деятельности;

• умение организовывать учебное сотрудничество и совместную деятельность с учителем и сверстниками;

• умение работать индивидуально и в группе: находить общее решение и разрешать конфликты на основе согласования позиций и учёта интересов;

• умение формулировать, аргументировать и отстаивать своё мнение;

• умение осознанно использовать речевые средства в соответствии с задачей коммуникации, для выражения своих чувств, мыслей и потребностей, планирования и регуляции своей деятельности.

Метапредметные результаты проявляются в различных областях культуры.

*В области познавательной культуры:*

• овладение сведениями о роли и значении физической культуры в формировании целостной личности человека, в развитии его сознания и мышления, физических, психических и нравственных качеств;

• понимание здоровья как одного из важнейших условий развития и самореализации человека, расширяющего возможности выбора профессиональной деятельности и обеспечивающего длительную творческую активность;

• понимание физической культуры как средства организации и активного ведения здорового образа жизни, профилактики вредных привычек и девиантного (отклоняющегося от норм) поведения.

*В области нравственной культуры:*

• бережное отношение к собственному здоровью и здоровью окружающих, проявление доброжелательности и отзывчивости к людям, имеющим ограниченные возможности и нарушения в состоянии здоровья;

• проявление уважительного отношения к окружающим, товарищам по команде и соперникам, проявление культуры взаимодействия, терпимости и толерантности в достижении общих целей при совместной деятельности;

• ответственное отношение к порученному делу, проявление дисциплинированности и готовности отстаивать собственные позиции, отвечать за результаты собственной деятельности.

*В области трудовой культуры:*

• добросовестное выполнение учебных заданий, осознанное стремление к освоению новых знаний и умений, повышающих результативность выполнения заданий;

• приобретение умений планировать, контролировать и оценивать учебную деятельность, организовывать места занятий и обеспечивать их безопасность;

• закрепление умения поддержания оптимального уровня работоспособности в процессе учебной деятельности посредством активного использования занятий физическими упражнениями, гигиенических факторов и естественных сил природы для профилактики психического и физического утомления.

*В области эстетической культуры:*

• знание факторов, потенциально опасных для здоровья (вредные привычки, ранние половые связи, допинг), и их опасных последствий;

• понимание культуры движений человека, постижение значения овладения жизненно важными двигательными умениями и навыками, исходя из целесообразности и эстетической привлекательности;

• восприятие спортивного соревнования как культурно-массового зрелищного мероприятия, проявление адекватных норм поведения, неантагонистических способов общения и взаимодействия.

*В области коммуникативной культуры:*

• владение культурой речи, ведение диалога в доброжелательной и открытой форме, проявление к собеседнику внимания, интереса и уважения;

• владение умением вести дискуссию, обсуждать содержание и результаты совместной деятельности, находить компромиссы при принятии общих решений;

• владение умением логически грамотно излагать, аргументировать и обосновывать собственную точку зрения, доводить её до собеседника.

*В области физической культуры:*

• владение способами организации и проведения разнообразных форм занятий физическими упражнениями, их планирования и наполнения содержанием;

• владение умениями выполнения двигательных действий и физических упражнений базовых видов спорта и оздоровительной физической культуры, активно их использовать в самостоятельно организуемой спортивно-оздоровительной и физкультурно-оздоровительной деятельности;

• владение способами наблюдения за показателями индивидуального здоровья, физического развития и физической подготовленности, величиной физических нагрузок, использования этих показателей в организации и проведении самостоятельных форм занятий.

**Предметные результаты:**

• понимание роли и значения физической культуры в формировании личностных качеств, в активном включении в здоровый образ жизни, укреплении и сохранении индивидуального здоровья;

• овладение системой знаний о физическом совершенствовании человека, освоение умений отбирать физические упражнения и регулировать физические нагрузки для самостоятельных систематических занятий с различной функциональной направленностью (оздоровительной, тренировочной, коррекционной, рекреативной и лечебной) с учётом индивидуальных возможностей и особенностей организма, планировать содержание этих занятий, включать их в режим учебного дня и учебной недели;

• приобретение опыта организации самостоятельных систематических занятий физической культурой с соблюдением правил техники безопасности и профилактики травматизма; освоение умения оказывать первую помощь при лёгких травмах; обогащение опыта совместной деятельности в организации и проведении занятий физической культурой, форм активного отдыха и досуга;

• расширение опыта организации и мониторинга физического развития и физической подготовленности; формирование умения вести наблюдение за динамикой развития своих основных физических качеств: оценивать текущее состояние организма и определять тренирующее воздействие на него занятий физической культурой посредством использования стандартных физических нагрузок и функциональных проб, определять индивидуальные режимы физической нагрузки, контролировать направленность её воздействия на организм во время самостоятельных занятий физическими упражнениями с разной целевой ориентацией;

• формирование умений выполнять комплексы общеразвивающих, оздоровительных и корригирующих упражнений, учитывающих индивидуальные способности и особенности, состояние здоровья и режим учебной деятельности; овладение основами технических действий, приёмами и физическими упражнениями из базовых видов спорта, умением использовать их в разнообразных формах игровой и соревновательной деятельности; расширение двигательного опыта за счёт упражнений, ориентированных на развитие основных физических качеств, повышение функциональных возможностей основных систем организма.

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

*В области познавательной культуры:*

• знания по истории развития спорта и олимпийского движения, о положительном их влиянии на укрепление мира и дружбы между народами;

• знания основных направлений развития физической культуры в обществе, их целей, задач и форм организации;

• знания о здоровом образе жизни, его связи с укреплением здоровья и профилактикой вредных привычек, о роли и месте физической культуры в организации здорового образа жизни.

*В области нравственной культуры:*

• способность проявлять инициативу и самостоятельность при организации совместных занятий физическими упражнениями, доброжелательное и уважительное отношение к участникам с разным уровнем их умений, физических способностей, состояния здоровья;

• умение взаимодействовать с одноклассниками и сверстниками, оказывать им помощь при освоении новых двигательных действий, корректно объяснять и объективно оценивать технику их выполнения;

• способность проявлять дисциплинированность и уважение к товарищам по команде и соперникам во время игровой и соревновательной деятельности, соблюдать правила игры и соревнований.

*В области трудовой культуры:*

• способность преодолевать трудности, добросовестно выполнять учебные задания по технической и физической подготовке;

• умение организовывать самостоятельные занятия физическими упражнениями разной функциональной направленности, обеспечивать безопасность мест занятий, спортивного инвентаря и оборудования, спортивной одежды;

• умение организовывать и проводить самостоятельные занятия по базовым видам школьной программы, подбирать физические упражнения в зависимости от индивидуальной ориентации на будущую профессиональную деятельность.

*В области эстетической культуры:*

• умение организовывать самостоятельные занятия с использованием физических упражнений по формированию телосложения и правильной осанки, подбирать комплексы физических упражнений и режимы физической нагрузки в зависимости от индивидуальных особенностей физического развития;

• умение организовывать самостоятельные занятия по формированию культуры движений при выполнении упражнений разной направленности (на развитие координационных способностей, силовых, скоростных, выносливости, гибкости) в зависимости от индивидуальных особенностей физической подготовленности;

• способность вести наблюдения за динамикой показателей физического развития, осанки, показателями основных физических способностей, объективно их оценивать и соотносить с общепринятыми нормами и нормативами.

*В области коммуникативной культуры:*

• способность интересно и доступно излагать знания о физической культуре, умело применяя соответствующие понятия и термины;

• умение определять задачи занятий физическими упражнениями, включёнными в содержание школьной программы, аргументировать, как их следует организовывать и проводить;

• способность осуществлять судейство соревнований по одному из видов спорта, проводить занятия в качестве командира отделения, капитана команды, владея необходимыми информационными жестами.

*В области физической культуры:*

• способность отбирать физические упражнения, естественные силы природы, гигиенические факторы в соответствии с их функциональной направленностью, составлять из них индивидуальные комплексы для осуществления оздоровительной гимнастики, использования закаливающих процедур, профилактики нарушений осанки, улучшения физической подготовленности;

• способность составлять планы занятий с использованием физических упражнений разной педагогической направленности, регулировать величину физической нагрузки в зависимости от задач занятия и индивидуальных особенностей организма;

• умение проводить самостоятельные занятия по освоению и закреплению осваиваемых на уроке новых двигательных действий и развитию основных физических (кондиционных и координационных) способностей, контролировать и анализировать эффективность этих занятий, ведя дневник самонаблюдения.

* выполнение нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса "Готов к труду и обороне" (ГТО)" 3 ступень 11-12 лет.

**III. СТУПЕНЬ  
(возрастная группа от 11 до 12 лет)**\*

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | - бронзовый значок |  | **-** серебряный значок |  | - золотой значок |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№**  **п/п** | **Виды испытаний (тесты)** | **Возраст 11-12 лет** | | | | | | | |
| **Мальчики** | | | | **Девочки** | | | |
|  |  | |  |  | |  |  |
| **Обязательные испытания (тесты)** | | | | | | | | | |
| 1. | Бег на 30 м (с) | 5.7 | 5.5 | | 5.1 | 6.0 | 5.8 | | 5.3 |
| Или бег на 60 м (с) | 10.9 | 10.4 | | 9.05 | 11.3 | 10.9 | | 10.1 |
| 2. | Бег на 1500 м (мин, сек.) | 8.20 | 8.05 | | 6.50 | 8.55 | 8.29 | | 7.14 |
| или на 2000 м (мин, сек.) | 11.10 | 10.20 | | 9.20 | 13.00 | 12.10 | | 10.40 |
| 3. | Подтягивание из виса на высокой перекладине (кол-во раз) | 3 | 4 | | 7 | - | - | | - |
| или подтягивание из виса лежа на низкой перекладине 90 см (кол-во раз) | 11 | 15 | | 23 | 9 | 11 | | 17 |
| или сгибание и разгибание рук упоре лежа на полу (кол-во раз) | 13 | 18 | | 28 | 7 | 9 | | 14 |
| 4. | Наклон вперёд из положения стоя с прямыми ногами на полу | +3 | +5 | | +9 | +4 | +6 | | +13 |
| **Испытания (тесты) по выбору** | | | | | | | | | |
| 5. | Челночный бег 3\*10 м (с) | 9.0 | | 8.7 | 7.9 | 9.4 | | 9.1 | 8.2 |
| 6. | Прыжок в длину с разбега (см) | 270 | | 280 | 335 | 230 | | 240 | 300 |
| или прыжок в длину с места толчком двумя ногами (см) | 150 | | 160 | 180 | 135 | | 145 | 165 |
| 7. | Метание мяча весом 150 г (м) | 24 | | 26 | 33 | 16 | | 18 | 22 |
| 8. | Поднимание туловища из положения лёжа на спине (кол-во раз за 1 мин) | 32 | | 36 | 46 | 28 | | 30 | 40 |
| 9. | Бег на лыжах на 2 км (мин., сек.)\*\* | 14.10 | | 13.50 | 12.30 | 15.00 | | 14.40 | 13.30 |
| или кросс на 3 км (бег по пресеченной местности) (мин,с) | 18.30 | | 17.30 | 16.00 | 21.00 | | 20.00 | 17.40 |
| 10. | Плавание 50 м (мин, с) | 1.30 | | 1.20 | 1.00 | 1.35 | | 1.25 | 1.05 |
| 11. | Стрельба из положения сидя с опорой локтей о стол и с упора для винтовки, дистанция 10 м, (очки): из пневматической винтовки с открытым прицелом | 10 | | 15 | 20 | 10 | | 15 | 20 |
| Или из пневматической винтовки с диоптрическим прицелом, либо «электронного оружия» | 13 | | 20 | 25 | 13 | | 20 | 25 |
| 12. | Туристический поход с проверкой туристических навыков (протяжённость не менее, км) | 5 | | | | | | | |
| Кол-во видов испытаний видов (тестов) в возрастной группе | | 12 | | 12 | 12 | 12 | | 12 | 12 |
| Кол-во испытаний (тестов), которые необходимо выполнить для получения знака отличия Комплекса\*\* | | 7 | | 7 | 8 | 7 | | 7 | 8 |
| \* В выполнении нормативов участвует население до 8 лет включительно | | | | | | | | | |
| \*\* Проводится при наличии условий для организации проведения тестирования. | | | | | | | | | |

**Содержание учебного предмета, курса**

**Знания о физической культур**е (изучаются теоретически на уроках в течение учебного года):

**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.

Характеристика видов спорта, входящих в программу Олимпийских игр.

Физическая культура в современном обществе.

Организация и проведение пеших туристских походов. Требования к технике безопасности и бережному отношению 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. Допинг. Концепция честного спорта.

Профессионально-прикладная физическая подготовка.

**Физическая культура человека.** Режим дня и его основ­ное содержание.

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.

Первая помощь во время занятий физической культурой и спортом.

**Способы двигательной (физкультурной) деятельности** (изучаются на уроках в течение учебного года)

**Организация и проведение самостоятельных занятий физической культурой.**

Подготовка к занятиям физической культурой.

Выбор упражнений и составление индивидуальных комп­лексов для утренней зарядки, физкультминуток и физкульт-пауз (подвижных перемен).

Планирование занятий физической подготовкой.

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 упражнений (технических ошибок).

Измерение резервов организма и состояния здоровья с по­мощью функциональных проб.

**Физическое совершенствование. - 102 часа**

**Физкультурно-оздоровительная деятельность.** Оздоро­вительные формы занятий в режиме учебного дня и учебной недели. Индивидуальные комплексы адаптивной (лечебной) и кор­ригирующей физической культуры *(материал даётся в процессе проведения уроков).*

**Спортивно-оздоровительная деятельность с общеразвивающей направленностью.**

***Лёгкая атлетика (36 ч.).*** Беговые упражнения. Прыжковые упражнения. Метание малого мяча. Развитие выносливости, силы, быст­роты, координации движений.

***Спортивные игры (30 ч.).***

*Баскетбол (12 ч.).* Игра по правилам. Развитие быстроты, силы, выносливости, ко­ординации движений.

*Волейбол (10 ч.)* Игра по правилам.

*Футбол (8 ч.)* Игра по правилам. Развитие быстроты, силы, выносливости.

***Гимнастика* с *основами акробатики (17 ч.).*** Организующие команды и приёмы. Акробатические упражнения и комбинации. Ритмическая гимнастика (девочки).Опорные прыжки. Упражнения и комбинации на гимнастическом бревне (де­вочки).Упражнения и комбинации на гимнастической переклади­не (мальчики).

Упражнения и комбинации на гимнастических брусьях: упражнения на параллельных брусьях (мальчики); упражне­ния на разновысоких брусьях (девочки).

***Лыжная подготовка (лыжные гонки) (19 ч).*** Развитие вынос­ливости, силы, координации движений, быстроты. Передвижения на лыжах.

**Прикладно - ориентированная подготовка.** Прикладно-ориентированные упражнения.

В связи с отсутствием материально-технической базы темы «Плавание», «Гандбол» заменяется уроками из разделов «Лёгкая атлетика», «Подвижные игры», «Спортивные игры» за счёт этого увеличивается количество учебных часов по лёгкой атлетике, по спортивным играм (баскетбол, волейбол, футбол).

Базовая часть тем «Основы знаний о физической культуре», история физической культуры, физическая культура (основные понятия), физическая культура человека, организация и проведение самостоятельных занятий физической культурой, оценка эффективности занятий физической культу­рой. изучаются в вводных уроках по темам: «Легкая атлетика», «Спортивные игры», «Гимнастика с элементами акробатики», «Лыжная подготовка».

**Тематическое планирование**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| № раздела, темы п/п | Наименование разделов и тем курса | Общее количество часов для изучения раздела, темы |
| 1 | Тема 1. Легкая атлетика | 36 часов |
| 2 | Тема 1. Спортивные игры. | 30 часов |
| 3 | Тема 1. Гимнастика с элементами акробатики | 17 часов |
| 4 | Тема 1. Лыжная подготовка | 19 часов |
|  | **Итого** | **102** |

**ПРИЛОЖЕНИЕ**

**Календарно-тематическое планирование**

**учебного предмета «физическая культура» 5 класс**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| №  п/п  урока | Номер раздела и темы | Тема урока | Коли-чество часов | Дата  (план) | Дата  (факт) | Примечание  Причина корректировки |
| **Раздел I. Основы знаний** | | | | | | |
| **Тема: «Знания о физической культур**е»: *история физической культуры, физическая культура (основные понятия), физическая культура человека, способы двигательной (физкультурной) деятельности, организация и проведение самостоятельных занятий физической культурой, оценка эффективности занятий физической культу­рой* (изучаются теоретически на уроках в течение учебного года) | | | | | |  |
| **Раздел II. Двигательные умения и навыки** | | | | | | |
| **Тема 1: Легкая атлетика (15 часов)** | | | | | | |
| 1 | 1.1 | Техника безопасности на уроках лёгкой атлетики. История лёгкой атлетики. | 1 | 01.09. |  |  |
| ***1.1 Овладение техникой спринтерского бега*  (3 часа)** | | | | | | |  |  |  | 02.09 |
| 2 | 1.1.1 | Техника бега на короткие дистанции с высокого старта от 10 до 15 м. | 1 | 02.09 |  |  |
| 3 | 1.1.2 | Бег с ускорением, скоростной бег от 30 до 40 м. **Тест - бег на 30 м.** | 1 | 06.09 |  |  |
| 4 | 1.1.3 | Правила соревнований по спринтерскому бегу. **Бег на результат 60 м.** | 1 | 08.09 |  |  |
| ***1.2 Овладение техникой длительного бега* (3 часа)** | | | | | | |
| 5 | 1.2.1 | Бег в равномерном темпе от 10 до 15 мин.  **Тест - наклон вперед из положения стоя.** | 1 | 09.09 |  |  |
| 6 | 1.2.2 | Бег в равномерном темпе на 1500 (д),  2000 м. (м) | 1 | 13.09 |  |  |
| 7 | 1.2.3 | Совершенствование двигательных способностей. **Тест в беге на 1000 м.** | 1 | 15.09 |  |  |
| ***1.3 Овладение техникой прыжка в длину (3 часа)*** | | | | | | |
| 8 | 1.3.1 | Прыжок в длину с разбега с 7 – 9 шагов. **Тест - прыжки в длину с места.** | 1 | 16.09 |  |  |
| 9 | 1.3.2 | Техника прыжка в длину с 7-9 шагов разбега. Фазы прыжка. **Тест- подтягивание на перекладине**. | 1 | 20.09 |  |  |
| 10 | 1.3.3 | Техника прыжка в длину с 7-9 шагов разбега. | 1 | 22.09 |  |  |
| ***1.4 Овладение техникой метания малого мяча в цель и на дальность* (4 часа)** | | | | | | |
| 11 | 1.4.1 | Метание мяча на дальность отскока от стены на дальность**,** на заданное расстояние. | 1 | 23.09 |  |  |
| 12 | 1.4.2 | Метание мяча в горизонтальную и вертикальную цель с разбега на дальность**,** на заданное расстояние. | 1 | 27.09 |  |  |
| 13 | 1.4.3 | Бросок набивного мяча (2 кг) двумя руками из различных исходных положений. | 1 | 29.09 |  |  |
| 14 | 1.4.4 | Ловля набивного мяча двумя руками после броска партнёра, после броска вверх.. | 1 | 30.09 |  |  |
| ***1.5 Проведение самостоятельных занятий прикладной физической подготовкой (1 час)*** | | | | | | |
| 15 | 1.5.1 | Упражнения для  развития выносливости, скоростно‑  силовых, скоростных и координационных  способностей на основе освоенных  легкоатлетических упражнений. | 1 | 04.10 |  |  |
| **Тема 2: Спортивные игры (14 часов)** | | | | | | |
|  | 2.1 | **Баскетбол** | **5** |  |  |  |
| 16 | 2.1.1 | Техника безопасности на уроках спортивных игр (по баскетболу). Краткая характеристика вида спорта. | 1 | 06.10 |  |  |
| ***2.1 Овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек*** (**1 час)** | | | | | | |
| 17 | 2.1.2 | Перемещения в стой­ке приставными шагами боком, ли­цом и спиной вперёд. Остановка двумя шагами и прыжком. | 1 | 07.10 |  |  |
| ***2.2 Освоение ловли и передач мяча (1 час)*** | | | | | | |
| 18 | 2.2.1 | Ловля и передача мяча двумя руками от груди, одной рукой от плеча на месте и в движении. | 1 | 18.10 |  |  |
| ***2.3 Освоение техники ведения мяча и овладение техникой бросков мяча (1час)*** | | | | | | |
| 19 | 2.3.1 | Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке в движении по прямой, с изменением направления движения и скорости. Бросок мяча двумя руками от груди. | 1 | 20.10 |  |  |
| ***2.4 Освоение индивидуальной техники защиты (1 час)*** | | | | | | |
| 20 | 2.4.1 | Вырывание и выбивание мяча. Учебная игра. | 1 | 21.10 |  |  |
|  |  | **Волейбол** | **5** |  |  |  |
| 21 | 2.4.2 | Правила техники безопасности на уроках по волейболу. История волейбола. | 1 | 25.10 |  |  |
| ***2.5******Овладение техникой передвижений, остановок, поворотов, стоек (1 час)*** | | | | | | |
| 22 | 2.5.1 | Основные приёмы игры в волейбол (стойка игрока, перемещения в стойке). Комбинации из основных элементов техники передвижений, остановок, поворотов, ускорений. | 1 | 27.10 |  |  |
| ***2.6 Освоение техники приёма и передач мяча (3 часа)*** | | | | | | |
| 23 | 2.6.1 | Передача мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения вперёд. Нижняя прямая подача. | 1 | 28.10 |  |  |
| 24 | 2.6.2 | Передача мяча над собой, то же в сетку.  Игры по упрощённым правилам мини волейбола. | 1 | 01.11 |  |  |
| 25 | 2.6.3 | Игры и игровые задания с органиченным числом игроков. | 1 | 03.11 |  |  |
|  |  | **Футбол** | **4** |  |  |  |
| 26 | 2.6.5 | Правила техники безопасности на уроках по футболу. История футбола. Стойка игрока. Перемещения в стойке. | 1 | 08.11 |  |  |
| ***2.7 Овладение техникой передвижений, остановок, поворотов, стоек. (1 час)*** | | | | | | |
| 27 | 2.7.1 | Совершенствование техники передвижений, остановок, поворотов и стоек. Остановка катящегося мяча подошвой, внутренней стороной стопы. | 1 | 10.11 |  |  |
| ***2.8 Освоение ударов по мячу и остановок мяча, освоение ведения мяча (1 час)*** | | | | | | |
| 28 | 2.8.1 | Ведение мяча по прямой с изменением направления и скорости. Удары по воротам на точность попадания мячом в цель. | 1 | 11.11 |  |  |
| ***2.9 Освоение тактики игры.*** | | | | | | |
| 29 | 2.9.1 | Тактика свободного нападения. Комбинации из освоенных элементов. Игра по упрощённым правилам. | 1 | 15.11 |  |  |
| **Тема 3: Гимнастика (17 часов)** | | | | | | |
| 30 | 3.1 | Техника безопасности на уроках гимнастики. Характеристика вида спорта (гимнастика). Техника выполнения физических упражнений. | 1 | 17.11 |  |  |
| ***3.1 Организующие команды и приёмы .Освоение строевых упражнений. (1 час)*** | | | | | | |
| 31 | 3.1.1 | Перестроения из колонны по одному в колонну по четыре дроблением и сведением, разведением и слиянием, по восемь в движении. | 1 | 18.11 |  |  |
| ***3.2 Освоение общеразвивающих упражнений без предметов на месте и в движении (1 час)*** | | | | | | |
| 32 | 3.2.2 | Сочетание различных положений рук, ног, туловища, движений руками с ходьбой на месте и в движении. Простые связки. | 1 | 29.11 |  |  |
| ***3.3 Освоение общеразвивающих упражнений с предметами (1 час)*** | | | | | |  |
| 33 | 3.3.3 | Комбинации упражнений с набивным и большим мячом, гантелями, обручами, скакалкой. | 1 | [01.12](javascript:void(0);) |  |  |
| ***3.4 Освоение и совершенствование висов и упоров (3 часа)*** | | | | | | |
| 34 | 3.4.1 | Упражнения и комбинации на гимнастических брусьях | 1 | [02.12](javascript:void(0);) |  |  |
| 35 | 3.4.2 | Висы, согнувшись и прогнувшись (м), смешанные висы (д). | 1 | [06.12](javascript:void(0);) |  |  |
| 36 | 3.4.3 | Подтягивание в висе, (м), поднимание прямых ног в висе, подтягивание из виса лёжа (д). | 1 | [08.12](javascript:void(0);) |  |  |
| ***3.5 Освоение опорных прыжков (3 часа)*** | | | | | | |
| 37 | 3.5.1 | Подбор разбега с 10-12 шагов, отталкивание, приземление в опорных прыжках. | 1 | [09.12](javascript:void(0);) |  |  |
| 38 | 3.5.2 | Наскок в упор присев, соскок прогнувшись. | 1 | [13.12](javascript:void(0);) |  |  |
| 39 | 3.5.3 | Вскок в упор присев, соскок прогнувшись. | 1 | [15.12](javascript:void(0);) |  |  |
| ***3.6 Освоение акробатических упражнений ( 3 часа)*** | | | | | | |
| 40 | 3.6.1 | Овладение техникой кувырка вперёд и назад. | 1 | [16.12](javascript:void(0);) |  |  |
| 41 | 3.6.2. | Овладение техникой стойки на лопатках. | 1 | [20.12](javascript:void(0);) |  |  |
| 42 | 3.6.3 | Овладение техникой выполнения «мост» | 1 | [22.12](javascript:void(0);) |  |  |
| ***3.7 Развитие координационных способностей, гибкости (1 час)*** | | | | | | |
| 43 | 3.7.1 | Упражнения с гимнастической скамейкой, на гимнастической стенке. Эстафеты и игры | 1 | [23.12](javascript:void(0);) |  |  |
| ***3.8***  ***Развитие силовых способностей и силовой выносливости (1 час)*** | | | | | | |
| 44 | 3.8.1 | Лазанье по канату в два приёма, по гимнастической лестнице. Подтягивания. Упражнения в висах и упорах с предметами. | 1 | [27.12](javascript:void(0);) |  |  |
| ***3.9 Развитие гибкости (1 час)*** | | | | | | |
| 45 | 3.9.1 | Упражнения акробатические, на гимнастической стенке, с предметами. | 1 | [29.12](javascript:void(0);) |  |  |
| ***4.0 Самостоятельные занятия (1 час)*** | | | | | | |
| 46 | 4.1 | Совершенствование силовых, координационных способностей и гибкости. | 1 | [30.12](javascript:void(0);) |  |  |
| **4.0 Лыжная подготовка (лыжные гонки) (19 часов)** | | | | | | |
| ***4.1 Знания (3 часа)*** | | | | | | |
| 47 | 4.1.1 | Техника безопасности на уроках лыжной подготовки. История лыжного спорта. | 1 | [10.01](javascript:void(0);) |  |  |
| 48 | 4.2.2 | Основные правила соревнований. Оказание помощи при обморожениях и травмах. | 1 | [12.01](javascript:void(0);) |  |  |
| 49 | 4.3 | Одежда, обувь и лыжный инвентарь. | 1 | [13.01](javascript:void(0);) |  |  |
| ***4.2 Освоение техники лыжных ходов (16 часов)*** | | | | | | |
| 50 | 4.2.1 | Лыжные ходы.  Одновременный бесшажный ход. | 1 | [17.01](javascript:void(0);) |  |  |
| 51 | 4.2.2 | Одновременный бесшажный ход. Передвижение на лыжах с равномерной скоростью. | 1 | [19.01](javascript:void(0);) |  |  |
| 52 | 4.2.3 | Освоение техники попеременного двухшажного хода. | 1 | [20.01](javascript:void(0);) |  |  |
| 53 | 4.2.4 | Совершенствование техники попеременного двухшажного хода. | 1 | [24.01](javascript:void(0);) |  |  |
| 54 | 4.2.5 | Освоение техники одновременного бесшажного хода. Прохождение дистанции 2 км. | 1 | [26.01](javascript:void(0);) |  |  |
| 55 | 4.2.6 | Передвижение на лыжах с чередованием ходов. Эстафеты на лыжах. | 1 | [27.01](javascript:void(0);) |  |  |
| 56 | 4.2.7 | Прохождение отрезков дистанции с ускорением. |  | [31.01](javascript:void(0);) |  |  |
| 57 | 4.2.8 | Освоение техники подъемов «полуёлочкой». Спуск в низкой и средней стойке. | 1 | [02.02](javascript:void(0);) |  |  |
| 58 | 4.2.9 | Подъем «полуёлочкой» на лыжах.  Повороты «переступанием». | 1 | [03.02](javascript:void(0);) |  |  |
| 59 | 4.2.10 | Подъем «полуёлочкой» на лыжах.  Спуск в средней стойке, повороты «переступанием». |  | [07.02](javascript:void(0);) |  |  |
| 60 | 4.2.11 | Техника торможения «плугом» и поворот «переступанием». Передвижение на лыжах 2 км. |  | [09.02](javascript:void(0);) |  |  |
| 61 | 4.2.12 | Преодоление подъёмов и препятствий. Спуски, торможение «плугом». Поворот на месте махом. |  | [10.02](javascript:void(0);) |  |  |
| 62 | 4.2.13 | Прохождение дистанции 3 км с соревновательной скоростью |  | [14.02](javascript:void(0);) |  |  |
| 63 | 4.2.14 | Эстафеты с преодолением препятствий. |  | [16.02](javascript:void(0);) |  |  |
| 64 | 4.2.15 | Прохождение дистанции 3 км на выносливость. |  | [17.02](javascript:void(0);) |  |  |
| 65 | 4.2.16 | Соревнования на дистанции  мальчики - 3 км, девочки – 2 км. |  | [28.02](javascript:void(0);) |  |  |
| **Тема 2:** **Спортивные игры**  (**16 часов)** | | | | | | |
|  |  | **Баскетбол** | **7** |  |  |  |
| 66 | 2.1 | Техника безопасности на уроках спортивных игр (по баскетболу). Краткая характеристика вида спорта. | 1 | [02.03](javascript:void(0);) |  |  |
| ***2.1 Овладение техникой передвижений, остановок, поворотов и стоек*** (**1 час)** | | | | | | |
| 67 | 2.1.1 | Перемещения в стой­ке приставными шагами боком, ли­цом и спиной вперёд. Остановка двумя шагами и прыжком. | 1 | [03.03](javascript:void(0);) |  |  |
| ***2.2 Освоение ловли и передач мяча (2 часа)*** | | | | | | |
| 68 | 2.2.1 | Ловля и передача мяча двумя руками от груди, одной рукой от плеча на месте и в движении. | 1 | [07.03](javascript:void(0);) |  |  |
| 69 | 2.2.2 | Ловля и передача мяча двумя руками от груди, без сопротивления защитника. | 1 | [09.03](javascript:void(0);) |  |  |
| ***2.3 Освоение техники ведения и бросков мяча (1 час)*** | | | | | | |
| 70 | 2.3.1 | Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке в движении по прямой, с изменением направления движения и скорости. Бросок мяча двумя руками от груди. | 1 | [10.03](javascript:void(0);) |  |  |
| ***2.4 Освоение индивидуальной техники защиты, тактики игры (2 часа)*** | | | | | | |
| 71 | 2.4.1 | Вырывание и выбивание мяча. Учебная игра. | 1 | [14.03](javascript:void(0);) |  |  |
| 72 | 2.4.2 | Тактика свободного нападения. Позиционное нападение. |  | [16.03](javascript:void(0);) |  |  |
|  | 2.4.3 | **Волейбол** | **5** |  |  |  |
| 73 | 2.4.5 | Правила техники безопасности на уроках по волейболу. История волейбола. | 1 | [17.03](javascript:void(0);) |  |  |
| ***2.5******Овладение техникой передвижений, остановок, поворотов, стоек (1 час)*** | | | | | | |
| 74 | 2.5.1 | Основные приёмы игры в волейбол (стойка игрока, перемещения в стойке). Комбинации из основных элементов техники передвижений, остановок, поворотов, ускорений.. | 1 | [21.03](javascript:void(0);) |  |  |
| ***2.6 Освоение техники приёма и передач мяча (3 часа)*** | | | | | | |
| 75 | 2.6.1 | Передача мяча сверху двумя руками на месте и после перемещения вперёд. | 1 | [23.03](javascript:void(0);) |  |  |
| 76 | 2.6.2 | Передача мяча над собой, то же в сетку.  Игры по упрощённым правилам мини волейбола. | 1 | [24.03](javascript:void(0);) |  |  |
| 77 | 2.6.3 | Игры и игровые задания с органиченным числом игроков | 1 | [28.03](javascript:void(0);) |  |  |
|  |  | **Футбол** | **4** |  |  |  |
| 78 | 2.6.4 | Правила техники безопасности на уроках по футболу. История футбола. Стойка игрока. Перемещения в стойке. | 1 | [30.03](javascript:void(0);) |  |  |
| ***2.7 Овладение техникой передвижений, остановок, поворотов, стоек, приёма и передачи мяча (1 час)*** | | | | | | |
| 79 | 2.7.1 | Совершенствование техники передвижений, остановок, поворотов и стоек. Остановка катящегося мяча подошвой, внутренней стороной стопы. | 1 | [31.03](javascript:void(0);) |  |  |
| ***2.8 Освоение ударов по мячу и остановок мяча (1 час)*** | | | | | | |
| 80 | 2.8.1 | Ведение мяча по прямой с изменением направления и скорости. Удары по воротам на точность попадания мячом в цель. | 1 | [04.04](javascript:void(0);) |  |  |
| ***2.9 Освоение тактики игры (1 час)*** | | | | | | |
| 81 | 2.9.1 | Тактика свободного нападения. Комбинации из освоенных элементов. Игра по упрощённым правилам. | 1 | [06.04](javascript:void(0);) |  |  |
| **Тема 1: Легкая атлетика (21 час)** | | | | | | |
| 82 | 1.1 | Техника безопасности на уроках лёгкой атлетики. История лёгкой атлетики. | 1 | [07.04](javascript:void(0);) |  |  |
| ***1.1 Совершенствование техники прыжка в высоту с разбега (3 часа)*** | | | | | | |
| 83 | 1.1.1 | Подбор разбега с 7 - 9 шагов и отталкивание в прыжках в высоту. | 1 | [18.04](javascript:void(0);) |  |  |
| 84 | 1.1.2 | Переход через планку и приземление в прыжках в высоту. | 1 | [20.04](javascript:void(0);) |  |  |
| 85 | 1.1.3 | Совершенствование техники прыжка в высоту способом «перешагивание». | 1 | [21.04](javascript:void(0);) |  |  |
| ***1.2 Овладение техникой спринтерского бега* (4 часа)** | | | | | | |
| 86 | 1.2.1 | Техника бега на короткие дистанции с высокого старта от 10 до 15 м. | 1 | [25.04](javascript:void(0);) |  |  |
| 87 | 1.2.2 | Бег с ускорением, скоростной бег от 30 до 40 м. | 1 | [27.04](javascript:void(0);) |  |  |
| 88 | 1.2.3 | Правила соревнований по спринтерскому бегу. Скоростной бег до 40 м. | 1 | [28.04](javascript:void(0);) |  |  |
| 89 | 1.2.4 | **Бег на результат 60 м.** Эстафетный бег. | 1 | [02.05](javascript:void(0);) |  |  |
| ***1.3 Овладение техникой длительного бега (3 часа)*** | | | | | | |
| 90 | 1.3.1 | Бег в равномерном темпе от 10 до 15 мин.  **Тест - наклон вперед из положения стоя.** | 1 | [04.05](javascript:void(0);) |  |  |
| 91 | 1.3.2 | Бег в равномерном темпе на 1500 (д),  2000 м. (м) | 1 | [05.05](javascript:void(0);) |  |  |
| 92 | 1.3.3 | **Тест в беге на 1000 м.** | 1 | [11.05](javascript:void(0);) |  |  |
| ***1.4 Овладение техникой прыжка в длину (3 часа)*** | | | | | | |
| 93 | 1.4.1 | Прыжок в длину с разбега с 7 – 9 шагов. **Тест - бег на 30м.** | 1 | [12.05](javascript:void(0);) |  |  |
| 94 | 1.4.2 | Техника прыжка в длину с 7-9 шагов разбега. Фазы прыжка. | 1 | [16.05](javascript:void(0);) |  |  |
| 95 | 1.4.3 | Техника прыжка в длину с 7-9 шагов разбега. **Тест - прыжки в длину с места.** | 1 | [18.05](javascript:void(0);) |  |  |
| ***1.5 Овладение техникой метания малого мяча в цель и на дальность* (6 часов)** | | | | | | |
| 96 | 1.5.1 | Метание мяча на дальность с места и с разбега в цель и на дальность. | 1 | [19.05](javascript:void(0);) |  |  |
| 97 | 1.5.2 | Метание мяча на дальность отскока от стены**,** на заданное расстояние.  **Тест- подтягивание на перекладине** | 1 | [23.05](javascript:void(0);) |  |  |
| 98 | 1.5.3 | Метание мяча в горизонтальную и вертикальную цель с разбега на дальность**,** на заданное расстояние. | 1 | [25.05](javascript:void(0);) |  |  |
| 99 | 1.5.4 | Бросок набивного мяча (2 кг) двумя руками из различных исходных положений. | 1 | [26.05](javascript:void(0);) |  |  |
| 100 | 1.5.5 | Ловля набивного мяча двумя руками после броска партнёра, после броска вверх. | 1 | [30.05](javascript:void(0);) |  |  |
| 101 |  | Ловля набивного мяча двумя руками после броска вверх с хлопками, после поворота на 90 гр., после приседания. | 1 |  |  |  |
| ***1.6 Самостоятельные занятия (1 час)*** | | | | | | |
| 102 |  | Упражнения для  развития выносливости, скоростно‑  силовых, скоростных и координационных  способностей на основе освоенных  легкоатлетических упражнений. | 1 |  |  |  |

**ПРИЛОЖЕНИЕ**

**Лист корректировки календарно-тематического планирования**

**учебного предмета «физическая культура» 5 класс**

Предмет: физическая культура

Класс: 5

Учитель: Сафина Татьяна Николаевна

**2021-2022 учебный год**

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ урока** | **Тема урока** | **Количество часов** | | **Причина корректировки** | **Способ корректировки** |
| **План** | **Факт** |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |