

Раздел 1. Пояснительная записка.

Данная рабочая программа ориентирована на учащихся 10 класса и реализуется на основе следующих документов:

- Федеральный Закон "Об образовании в Российской Федерации" (от 29.12. 2012 № 273-ФЗ);
- Областной закон от 14.11.2013г № 26 –ЗС «Об образовании в Ростовской области»;
- Приказ Минобрнауки России от 30.08.2013 г. № 1015 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по основным общеобразовательным программам – образовательным программам начального общего и среднего общего образования»;
- Приказ Минобрнауки России от 31.03.2014 №253 "Об утверждении федерального перечня учебников, рекомендуемых к использованию при реализации имеющих государственную аккредитацию образовательных программ начального общего, основного общего, среднего общего образования" (в ред. приказа Минобрнауки России от 08.06.2015 № 576)
- Приказ Министерства общего и профессионального образования Ростовской области от 09.06.2019 № 405 «Об утверждении примерного учебного плана для образовательных учреждений Ростовской области на 2019-2020 учебный год»;
- Письмо Минобрнауки России от 31.10.2003 № 13-51-263/123 «Об оценивании и аттестации учащихся, отнесенных по состоянию здоровья к специальной медицинской группе для занятий физической культурой»;
- Письмо Минобрнауки России от 15.07.2014 № 08-888 «Об аттестации учащихся общеобразовательных организаций по учебному предмету «Физическая культура»;
- Основная образовательная программа МБОУ СОШ №35 г.Шахты;
- Учебный план МБОУ СОШ №35 г.Шахты на 2019-2020 учебный год;
- Календарный учебный график МБОУ СОШ №35 г.Шахты на 2019-2020 учебный год;
- авторская программа «Комплексная программа физического воспитания учащихся 1-11 классов» В. И. Лях, А. А. Зданевич. - М.: Просвещение, 2019.

Цель школьного образования по физической культуре — 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 основной школе данная цель конкретизируется: учебный процесс направлен на формирование устойчивых мотивов и потребностей школьников в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни.

Образовательный процесс по физической культуры в основной школе строится так, чтобы были решены следующие задачи:

- укрепление здоровья, развитие основных физических качеств и повышение функциональных возможностей организма;
- формирование культуры движений, обогащение двигательного опыта физическими упражнениями с общеразвивающей и корригирующей направленностью, техническими действиями и приемами базовых видов спорта;
- освоение знаний о физической культуре и спорте, их истории и современном развитии, роли в формировании здорового образа жизни;

- обучение навыкам и умениям в физкультурно-оздоровительной и спортивно-оздоровительной деятельности, самостоятельной организации занятий физическими упражнениями;

- воспитание положительных качеств личности, норм коллективного взаимодействия и сотрудничества в учебной и соревновательной деятельности.

Ориентируясь на решение задач образования школьников в области физической культуры, настоящая программа в своем предметном содержании направлена на:

- реализацию принципа вариативности, который лежит в основе планирования учебного материала в соответствии с половозрастными особенностями учащихся, материально-технической оснащенностью учебного процесса (спортивный зал, спортивные пришкольные площадки, стадион), региональными климатическими условиями;

- реализацию принципа достаточности и сообразности, определяющего распределение учебного материала в конструкции основных компонентов двигательной (физкультурной) деятельности, особенностей формирования познавательной и предметной активности учащихся;

- соблюдение дидактических правил от известного к неизвестному и от простого к сложному, которые лежат в основе планирования учебного содержания в логике поэтапного его освоения, перевода учебных знаний в практические навыки и умения, в том числе и в самостоятельной деятельности;

- расширение межпредметных связей, ориентирующих учителя во время планирования учебного материала на то, чтобы учитывать задачу формирования целостного мировоззрения учащихся, всестороннее раскрытие взаимосвязи и взаимообусловленности изучаемых явлений и процессов;

- усиление оздоровительного эффекта, достигаемого в ходе активного использования школьниками освоенных знаний, способов и физических упражнений в физкультурно-оздоровительных мероприятиях, режиме дня, самостоятельных занятиях физическими упражнениями.

Раздел 2. Общая характеристика учебного предмета

Согласно Концепции развития содержания образования в области физической культуры (2001) основой образования по физической культуре является двигательная (физкультурная) деятельность, которая непосредственно связана с совершенствованием физической природы человека. В рамках школьного образования активное освоение данной деятельности позволяет школьникам не только совершенствовать физические качества и укреплять здоровье, осваивать физические упражнения и двигательные действия, но и успешно развивать психические процессы и нравственные качества, формировать со знание и мышление, творческий подход и самостоятельность.

Учебный предмет «Физическая культура» призван сформировать у обучающихся устойчивые мотивы и потребности в бережном отношении к своему здоровью и физической подготовленности, в целостном развитии физических и психических качеств, творческом использовании средств физической культуры в организации здорового образа жизни. В процессе освоения учебного материала данной области обеспечивается формирование целостного представления о единстве биологического, психического и социального в человеке, законах и закономерностях развития и совершенствования его психофизической природы.

В процессе социализации личности, усвоения социального опыта формируются ценностные ориентиры, которые отражаются в целях, убеждениях, идеалах, интересах, мотивах и т.д.

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

В структуре учебной и физкультурно-спортивной деятельности **ценностные ориентиры** тесно связаны с эмоциональными, познавательными и волевыми качествами личности, образуют содержательную направленность, характер которой зависит от того, какой личностный смысл имеет система тех или иных ценностей. Личностный смысл определяет действенность отношений индивида и того объекта, ради которого разворачивается деятельность. Одни останавливаются на эмоциональном (чувственном) уровне, другие – на познавательном, третьи – на поведенческом (волевом). Этот процесс определяется активностью личности.

Раздел 2. Место учебного предмета в учебном плане.

Согласно Базисному учебному плану на обязательное изучение всех учебных тем программы в 10 классе отводится 105 ч, из расчета 3 ч в неделю, в 11 классе – 102 часа. Указанное количество часов полностью реализует федеральный компонент учебного плана на уровне среднего общего образования.

Раздел 3. Содержание учебного предмета «Физическая культура».

Базовый уровень

Физическая культура и здоровый образ жизни

Современные оздоровительные системы физического воспитания, их роль в формировании здорового образа жизни, сохранении творческой активности и долголетия, предупреждении профессиональных заболеваний и вредных привычек, поддержании репродуктивной функции.

Оздоровительные мероприятия по восстановлению организма и повышению работоспособности: гимнастика при занятиях умственной и физической деятельностью; сеансы аутотренинга, релаксации и самомассажа, банные процедуры.

Система индивидуальных занятий оздоровительной и тренировочной направленности, основы методики их организации и проведения, контроль и оценка эффективности занятий.

Особенности соревновательной деятельности в массовых видах спорта; правила организации и проведения соревнований, обеспечение безопасности, *судейство*.

Формы организации занятий физической культурой.

Государственные требования к уровню физической подготовленности населения при выполнении нормативов Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

Современное состояние физической культуры и спорта в России.

Основы законодательства Российской Федерации в области физической культуры, спорта, туризма, охраны здоровья.

Физкультурно-оздоровительная деятельность

Оздоровительные системы физического воспитания.

Современные фитнес-программы, направленные на достижение и поддержание оптимального качества жизни, решение задач формирования жизненно необходимых и спортивно ориентированных двигательных навыков и умений.

Индивидуально ориентированные здоровьесберегающие технологии: гимнастика при умственной и физической деятельности; комплексы упражнений адаптивной физической культуры; оздоровительная ходьба и бег.

Физическое совершенствование

Совершенствование техники упражнений базовых видов спорта: акробатические и гимнастические комбинации (на спортивных снарядах); бег на короткие, средние и длинные дистанции; прыжки в длину и высоту с разбега; метание гранаты; передвижение на лыжах; плавание; технические приемы и командно-тактические действия в командных (игровых) видах; *техническая и тактическая подготовка в национальных видах спорта*.

Спортивные единоборства: технико-тактические действия самообороны; приемы страховки и само страховки.

Прикладная физическая подготовка: полосы препятствий; *кросс по пересеченной местности*.

Раздел 4. Планируемые результаты.

Личностные результаты в сфере физического, психологического, социального и академического благополучия обучающихся:

физическое, эмоционально-психологическое, социальное благополучие обучающихся в жизни образовательной организации, ощущение детьми безопасности и психологического комфорта, информационной безопасности.

Планируемые метапредметные результаты

Метапредметные результаты освоения основной образовательной программы представлены тремя группами универсальных учебных действий (УУД).

1. Регулятивные универсальные учебные действия

Выпускник научится:

самостоятельно определять цели, задавать параметры и критерии, по которым можно определить, что цель достигнута;

оценивать возможные последствия достижения поставленной цели в деятельности, собственной жизни и жизни окружающих людей, основываясь на соображениях этики и морали;

ставить и формулировать собственные задачи в образовательной деятельности и жизненных ситуациях;

оценивать ресурсы, в том числе время и другие нематериальные ресурсы, необходимые для достижения поставленной цели;

выбирать путь достижения цели, планировать решение поставленных задач, оптимизируя материальные и нематериальные затраты;

организовывать эффективный поиск ресурсов, необходимых для достижения поставленной цели;

сопоставлять полученный результат деятельности с поставленной заранее целью.

2. Познавательные универсальные учебные действия

Выпускник научится:

искать и находить обобщенные способы решения задач, в том числе, осуществлять развернутый информационный поиск и ставить на его основе новые (учебные и познавательные) задачи;

критически оценивать и интерпретировать информацию с разных позиций, распознавать и фиксировать противоречия в информационных источниках;

использовать различные модельно-схематические средства для представления существенных связей и отношений, а также противоречий, выявленных в информационных источниках;

находить и приводить критические аргументы в отношении действий и суждений другого; спокойно и разумно относиться к критическим замечаниям в отношении собственного суждения, рассматривать их как ресурс собственного развития;

выходить за рамки учебного предмета и осуществлять целенаправленный поиск возможностей для широкого переноса средств и способов действия;

выстраивать индивидуальную образовательную траекторию, учитывая ограничения со стороны других участников и ресурсные ограничения;

менять и удерживать разные позиции в познавательной деятельности.

3. Коммуникативные универсальные учебные действия

Выпускник научится:

осуществлять деловую коммуникацию как со сверстниками, так и со взрослыми (как внутри образовательной организации, так и за ее пределами), подбирать партнеров для деловой коммуникации исходя из соображений результативности взаимодействия, а не личных симпатий;

при осуществлении групповой работы быть как руководителем, так и членом команды в разных ролях (генератор идей, критик, исполнитель, выступающий, эксперт и т.д.);

координировать и выполнять работу в условиях реального, виртуального и комбинированного взаимодействия;

развернуто, логично и точно излагать свою точку зрения с использованием адекватных (устных и письменных) языковых средств;

распознавать конфликтогенные ситуации и предотвращать конфликты до их активной фазы, выстраивать деловую и образовательную коммуникацию, избегая личностных оценочных суждений.

Предметные результаты.

В результате изучения учебного предмета «Физическая культура» на уровне среднего общего образования:

Выпускник на базовом уровне научится:

определять влияние оздоровительных систем физического воспитания на укрепление здоровья, профилактику профессиональных заболеваний и вредных привычек;

знать способы контроля и оценки физического развития и физической подготовленности;

знать правила и способы планирования системы индивидуальных занятий физическими упражнениями общей, профессионально-прикладной и оздоровительно-корректирующей направленности;

характеризовать индивидуальные особенности физического и психического развития;

характеризовать основные формы организации занятий физической культурой, определять их целевое назначение и знать особенности проведения;

составлять и выполнять индивидуально ориентированные комплексы оздоровительной и адаптивной физической культуры;

выполнять комплексы упражнений традиционных и современных оздоровительных систем физического воспитания;

выполнять технические действия и тактические приемы базовых видов спорта, применять их в игровой и соревновательной деятельности;

практически использовать приемы самомассажа и релаксации;

практически использовать приемы защиты и самообороны;

составлять и проводить комплексы физических упражнений различной направленности;

определять уровни индивидуального физического развития и развития физических качеств;

проводить мероприятия по профилактике травматизма во время занятий физическими упражнениями;

владеть техникой выполнения тестовых испытаний Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО).

Выпускник на базовом уровне получит возможность научиться:

самостоятельно организовывать и осуществлять физкультурную деятельность для проведения индивидуального, коллективного и семейного досуга;

выполнять требования физической и спортивной подготовки, определяемые вступительными экзаменами в профильные учреждения профессионального образования;

проводить мероприятия по коррекции индивидуальных показателей здоровья, умственной и физической работоспособности, физического развития и физических качеств по результатам мониторинга;

выполнять технические приемы и тактические действия национальных видов спорта;

выполнять нормативные требования испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» (ГТО);

осуществлять судейство в избранном виде спорта;

составлять и выполнять комплексы специальной физической подготовки.

Раздел 5. Тематическое планирование.

Четверть	Сроки	Содержание	10 кл.
I четверть	Сентябрь-октябрь	Легкая атлетика	12
		Кроссовая подготовка	9
		Спортивные игры : баскетбол	3
	Итого		24
II четверть	Ноябрь-декабрь	Баскетбол	18
		Гимнастика	6
	Итого		24
III четверть	Январь-февраль-март	Гимнастика	15
		Волейбол	15
	Итого		30
IV четверть	Апрель-май	Легкая атлетика	12
		Кроссовая подготовка	9
		Спортивные игры (волейбол)	6
	Итого		27
Всего за год			105

**Раздел 5. Календарно-тематическое планирование.
10 класс**

№ п/п	Дата	Тема урока	Тип урока	Элементы основного содержания	Планируемые результаты	Вид контроля	Информационно-методическое обеспечение	Домашнее задание
				Легкая атлетика				
1.		Спринтерский бег (5 ч)	Изучение нового материала	Низкий старт (<i>до 40 м</i>). Стартовый разгон. Бег по дистанции (<i>70-80 м</i>). Эстафетный бег. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростно-силовых качеств. Инструктаж по ТБ	Обучающийся научится: бегать с максимальной скоростью с низкого старта (<i>100 м</i>)	Текущий	Учебник: Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура для 10-11 классов», Москва, «Просвещение», 2009г.	Комплекс 1
2.		Спринтерский бег	Совершенствования	Низкий старт (<i>до 40 м</i>). Стартовый разгон. Бег по дистанции (<i>70-80 м</i>). Финиширование. Эстафетный бег. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростно-силовых качеств. Биохимические основы бега	Обучающийся научится: бегать с максимальной скоростью с низкого старта (<i>100 м</i>)	Текущий	Учебник: Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура для 10-11 классов», Москва, «Просвещение», 2009г.	Комплекс 1
3.		Спринтерский бег	Совершенствования	Низкий старт (<i>до 40 м</i>). Стартовый разгон. Бег по дистанции (<i>70-80 м</i>). Финиширование. Эстафетный бег. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростно-силовых качеств	Обучающийся научится: бегать с максимальной скоростью с низкого старта (<i>100 м</i>)	Текущий	Учебник: Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура для 10-11 классов», Москва, «Просвещение», 2009г.	Комплекс 1

№ п/п	Дата	Тема урока	Тип урока	Элементы основного содержания	Планируемые результаты	Вид контроля	Информационно-методическое обеспечение	Домашнее задание
4.		Спринтерский бег	Совершенствования	Низкий старт (<i>до 40 м</i>). Стартовый разгон. Бег по дистанции (<i>70-80 м</i>). Финиширование. Эстафетный бег. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростно-силовых качеств	Обучающийся научится: бегать с максимальной скоростью с низкого старта (<i>100 м</i>)	Текущий	Учебник: Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура для 10-11 классов», Москва, «Просвещение», 2009г.	
5.		Спринтерский бег	Учетный	Бег на результат (<i>100м</i>). Эстафетный бег. Развитие скоростных способностей	Обучающийся научится: бегать с максимальной скоростью с низкого старта (<i>100 м</i>)	«5»- 13,5 с; «4»- 14,0 с; «3» - 14,3 с.	Учебник: Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура для 10-11 классов», Москва, «Просвещение», 2009г.	Комплекс 1
6.		Прыжок в длину (3 ч)	Изучение нового материала	Прыжок в длину способом «прогнувшись» с 13-15 беговых шагов. Отталкивание. Челночный бег. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростно-силовых качеств. Биохимические основы прыжков	Обучающийся научится: совершать прыжок в длину после быстрого разбега с 13-15 беговых шагов	Текущий	Учебник: Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура для 10-11 классов», Москва, «Просвещение», 2009г.	Комплекс 1

№ п/п	Дата	Тема урока	Тип урока	Элементы основного содержания	Планируемые результаты	Вид контроля	Информационно-методическое обеспечение	Домашнее задание
7.		Прыжок в длину	Комплексный	Прыжок в длину способом «прогнувшись» с 13-15 беговых шагов. Отталкивание. Челночный бег. Специальные беговые упражнения. Развитие скоростно-силовых качеств. Биохимические основы прыжков	Обучающийся научится: совершать прыжок в длину после быстрого разбега с 13-15 беговых шагов	Текущий	Учебник: Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура для 10-11 классов», Москва, «Просвещение», 2009г.	
8.		Прыжок в длину	Учетный	Прыжок в длину на результат. Развитие скоростно-силовых качеств	Обучающийся научится: совершать прыжок в длину после быстрого разбега с 13-15 беговых шагов	«5» - 450 см; «4» - 420 см; «3» — 410 см	Учебник: Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура для 10-11 классов», Москва, «Просвещение», 2009г.	Комплекс 1
9.		Метание мяча и гранаты (4ч)	Комплексный	Метание мяча на дальность с 5-6 беговых шагов. ОРУ. Челночный бег. Развитие скоростно-силовых качеств. Биохимическая основа метания мяча	Обучающийся научится: метать мяч на дальность с разбега	Текущий	Учебник: Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура для 10-11 классов», Москва, «Просвещение», 2009г.	Комплекс 1

№ п/п	Дата	Тема урока	Тип урока	Элементы основного содержания	Планируемые результаты	Вид контроля	Информационно-методическое обеспечение	Домашнее задание
10.		Метание мяча и гранаты	Комплексный	Метание гранаты из различных положений. ОРУ. Челночный бег. Развитие скоростно-силовых качеств. Соревнования по легкой атлетике, рекорды	<i>Обучающийся научится:</i> метать гранату из различных положений на дальность и в цель	Текущий	Учебник: Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура для 10-11 классов», Москва, «Просвещение», 2009г.	Комплекс 1
11.		Метание мяча и гранаты	Комплексный	Метание гранаты из различных положений. ОРУ. Челночный бег. Развитие скоростно-силовых качеств. Соревнования по легкой атлетике, рекорды	<i>Обучающийся научится:</i> метать гранату из различных положений на дальность и в цель	Текущий	Учебник: Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура для 10-11 классов», Москва, «Просвещение», 2009г.	Комплекс 1
12.		Метание мяча и гранаты	Комплексный	Метание гранаты из различных положений. ОРУ. Челночный бег. Развитие скоростно-силовых качеств. Соревнования по легкой атлетике, рекорды	<i>Обучающийся научится:</i> метать гранату из различных положений на дальность и в цель	Текущий	Учебник: Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура для 10-11 классов», Москва, «Просвещение», 2009г.	Комплекс 1

№ п/п	Дата	Тема урока	Тип урока	Элементы основного содержания	Планируемые результаты	Вид контроля	Информационно-методическое обеспечение	Домашнее задание
Кроссовая подготовка								
13.		Бег по пересеченной местности	Комплексный	Бег (20 мин). Преодоление горизонтальных препятствий. Специальные беговые упражнения. Бег под гору. Спортивные игры (футбол). Развитие выносливости	Обучающийся научится: бегать в равномерном темпе (до 25 мин); преодолевать препятствия	Текущий	Учебник: Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура для 10-11 классов», Москва, «Просвещение», 2009г.	Комплекс 1
14.		Бег по пересеченной местности	Комплексный	Бег (20 мин). Преодоление горизонтальных препятствий. Специальные беговые упражнения. Бег под гору. Спортивные игры (футбол). Развитие выносливости	Обучающийся научится: бегать в равномерном темпе (до 25 мин); преодолевать препятствия	Текущий	Учебник: Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура для 10-11 классов», Москва, «Просвещение», 2009г.	Комплекс 1
15.		Бег по пересеченной местности	Совершенствования	Бег (22 мин). Преодоление горизонтальных препятствий. Специальные беговые упражнения. Бег под гору. Спортивные игры (футбол). Развитие выносливости	Обучающийся научится: бегать в равномерном темпе (до 25 мин); преодолевать препятствия	Текущий	Учебник: Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура для 10-11 классов», Москва, «Просвещение», 2009г.	Комплекс 1

№ п/п	Дата	Тема урока	Тип урока	Элементы основного содержания	Планируемые результаты	Вид контроля	Информационно-методическое обеспечение	Домашнее задание
16.		Бег по пересеченной местности	Совершенствования	Бег (22 мин). Преодоление горизонтальных препятствий. Специальные беговые упражнения. Бег под гору. Спортивные игры (футбол). Развитие выносливости	Обучающийся научится: бегать в равномерном темпе (до 25 мин); преодолевать препятствия	Текущий	Учебник: Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура для 10-11 классов», Москва, «Просвещение», 2009г.	Комплекс 1
17.		Бег по пересеченной местности	Совершенствования	Бег (23 мин). Преодоление горизонтальных препятствий. Специальные беговые упражнения. Бег под гору. Спортивные игры (футбол). Развитие выносливости	Обучающийся научится: бегать в равномерном темпе (до 25 мин); преодолевать препятствия	Текущий	Учебник: Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура для 10-11 классов», Москва, «Просвещение», 2009г.	Комплекс 1
18.		Бег по пересеченной местности	Совершенствования	Бег (23 мин). Преодоление вертикальных препятствий прыжком. Специальные беговые упражнения. Бег в гору. Спортивные игры (футбол). Развитие выносливости	Обучающийся научится: бегать в равномерном темпе (до 25 мин); преодолевать препятствия	Текущий	Учебник: Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура для 10-11 классов», Москва, «Просвещение», 2009г.	Комплекс 1

№ п/п	Дата	Тема урока	Тип урока	Элементы основного содержания	Планируемые результаты	Вид контроля	Информационно-методическое обеспечение	Домашнее задание
19.		Бег по пересеченной местности	Совершенствования	Бег (23 мин). Преодоление вертикальных препятствий прыжком. Специальные беговые упражнения. Бег в гору. Спортивные игры (футбол). Развитие выносливости	Обучающийся научится: бегать в равномерном темпе (до 25 мин); преодолевать препятствия	Текущий	Учебник: Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура для 10-11 классов», Москва, «Просвещение», 2009г.	Комплекс 1
20.		Бег по пересеченной местности	Совершенствования	Бег (23 мин). Преодоление вертикальных препятствий прыжком. Специальные беговые упражнения. Бег в гору. Спортивные игры (футбол). Развитие выносливости	Обучающийся научится: бегать в равномерном темпе (до 25 мин); преодолевать препятствия	Текущий	Учебник: Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура для 10-11 классов», Москва, «Просвещение», 2009г.	Комплекс 1
21.		Бег по пересеченной местности	Учетный	Бег (3000 м) на результат. Развитие выносливости	Обучающийся научится: бегать в равномерном темпе (до 25 мин); преодолевать препятствия	<<5>>- 13,50 мин; <<4>> - 14,50 мин; <<3>>- 15,50 мин	Учебник: Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура для 10-11 классов», Москва, «Просвещение», 2009г.	Комплекс 1

Баскетбол

№ п/п	Дата	Тема урока	Тип урока	Элементы основного содержания	Планируемые результаты	Вид контроля	Информационно-методическое обеспечение	Домашнее задание
22.		Баскетбол	Комбинированный	Совершенствование передвижений и остановок игрока. Передача мяча различными способами на месте. Бросок мяча в движении одной рукой от плеча. Быстрый прорыв (2x1). Развитие скоростных качеств. Инструктаж по ТБ	Обучающийся научится: выполнять в игре или игровой ситуации тактико-технические действия	Текущий	Учебник: Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура для 10-11 классов», Москва, «Просвещение», 2009г.	Комплекс 3
23.		Баскетбол	Совершенствования	Совершенствование передвижений и остановок игрока. Передача мяча различными способами на месте. Бросок мяча в движении одной рукой от плеча. Быстрый прорыв (2 x1). Развитие скоростных качеств	Обучающийся научится: выполнять в игре или игровой ситуации тактико-технические действия		Учебник: Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура для 10-11 классов», Москва, «Просвещение», 2009г.	Комплекс 3
24.		Баскетбол	Совершенствования	Совершенствование передвижений и остановок игрока. Передача мяча различными способами на месте. Бросок мяча в движении одной рукой от плеча. Быстрый прорыв (3 x2). Развитие скоростных качеств	Обучающийся научится: выполнять в игре или игровой ситуации тактико-технические действия	Текущий	Учебник: Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура для 10-11 классов», Москва, «Просвещение», 2009г.	Комплекс3
25.		Баскетбол	Совершенствования	Совершенствование передвижений и остановок игрока. Передача мяча различными способами на месте. Бросок мяча в движении одной рукой от плеча. Быстрый прорыв (3 x2). Развитие скоростных качеств	Обучающийся научится: выполнять в игре или игровой ситуации тактико-технические действия	Текущий	Учебник: Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура для 10-11 классов», Москва, «Просвещение», 2009г.	Комплекс3

№ п/п	Дата	Тема урока	Тип урока	Элементы основного содержания	Планируемые результаты	Вид контроля	Информационно-методическое обеспечение	Домашнее задание
26.		Баскетбол	Совершенствования	Совершенствование передвижений и остановок игрока. Передача мяча различными способами в движении. Бросок мяча в прыжке со средней дистанции. Зонная защита (2 *3). Развитие скоростных качеств	<i>Обучающийся научится:</i> выполнять в игре или игровой ситуации тактико-технические действия	Текущий	Учебник: Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура для 10-11 классов», Москва, «Просвещение», 2009г.	Комплекс3
27.		Баскетбол	Совершенствования	Совершенствование передвижений и остановок игрока. Передача мяча различными способами в движении. Бросок мяча в прыжке со средней дистанции. Зонная защита (2 *3). Развитие скоростных качеств	<i>Обучающийся научится:</i> выполнять в игре или игровой ситуации тактико-технические действия	Текущий	Учебник: Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура для 10-11 классов», Москва, «Просвещение», 2009г.	Комплекс3
28.		Баскетбол	Совершенствования	Совершенствование передвижений и остановок игрока. Передача мяча различными способами в движении. Бросок мяча в прыжке со средней дистанции. Зонная защита (2 * 3). Развитие скоростных качеств	<i>Обучающийся научится:</i> выполнять в игре или игровой ситуации так- тико-технические действия	Текущий	Учебник: Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура для 10-11 классов», Москва, «Просвещение», 2009г.	Комплекс3

№ п/п	Дата	Тема урока	Тип урока	Элементы основного содержания	Планируемые результаты	Вид контроля	Информационно-методическое обеспечение	Домашнее задание
29.		Баскетбол	Совершенствования	Совершенствование передвижений и остановок игрока. Передача мяча различными способами в движении. Бросок мяча в прыжке со средней дистанции. Зонная защита (2 * 3). Развитие скоростных качеств	<i>Обучающийся научится:</i> выполнять в игре или игровой ситуации так- тико-технические действия	Текущий	Учебник: Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура для 10-11 классов», Москва, «Просвещение», 2009г.	Комплекс3
30.		Баскетбол	Комплексный	Совершенствование передвижений и остановок игрока. Передача мяча различными способами в движении. Бросок мяча в прыжке со средней дистанции. Зонная защита (3 x 2). Развитие скоростных качеств	<i>Обучающийся научится:</i> выполнять в игре или игровой ситуации так тико-технические действия	Текущий	Учебник: Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура для 10-11 классов», Москва, «Просвещение», 2009г.	Комплекс 3-
31.		Баскетбол	Комплексный	Совершенствование передвижений и остановок игрока. Передача мяча различными способами в движении. Бросок мяча в прыжке со средней дистанции. Зонная защита (3 x 2). Развитие скоростных качеств	<i>Обучающийся научится:</i> выполнять в игре или игровой ситуации так тико-технические действия	Текущий	Учебник: Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура для 10-11 классов», Москва, «Просвещение», 2009г.	Комплекс 3-

№ п/п	Дата	Тема урока	Тип урока	Элементы основного содержания	Планируемые результаты	Вид контроля	Информационно-методическое обеспечение	Домашнее задание
32.		Баскетбол	Совершенствования	Совершенствование передвижений и остановок игрока. Передача мяча различными способами в движении. Бросок мяча в прыжке со средней дистанции. Зонная защита (2 ^x 1 * 2). Развитие скоростных качеств	Обучающийся научится: выполнять в игре или игровой ситуации тактико-технические действия	Текущий	Учебник: Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура для 10-11 классов», Москва, «Просвещение», 2009г.	Комплекс 3-
33.		Баскетбол	Комбинированный	Совершенствование передвижений и остановок игрока. Передачи мяча различными способами в движении. Бросок мяча в прыжке со средней дистанции. Зонная защита (2 x 1 x 2). Развитие скоростных качеств	Обучающийся научится: выполнять в игре или игровой ситуации тактико-технические действия	Оценка техники ведения мяча	Учебник: Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура для 10-11 классов», Москва, «Просвещение», 2009г.	Комплекс 3-
34.		Баскетбол	Совершенствования	Совершенствование передвижений и остановок игрока. Передача мяча различными способами в движении с сопротивлением. Ведение мяча с сопротивлением. Бросок мяча в прыжке со средней дистанции с сопротивлением. Зонная защита (2 ^x 1 ^x 2). Развитие скоростных качеств	Обучающийся научится: выполнять в игре или игровой ситуации тактико-технические действия	Оценка техники передачи мяча	Учебник: Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура для 10-11 классов», Москва, «Просвещение», 2009г.	Комплекс 3

№ п/п	Дата	Тема урока	Тип урока	Элементы основного содержания	Планируемые результаты	Вид контроля	Информационно-методическое обеспечение	Домашнее задание
35.		Баскетбол	Совершенствования	Совершенствование передвижений и остановок игрока. Передача мяча различными способами в движении с сопротивлением. Ведение мяча с сопротивлением. Бросок мяча в прыжке со средней дистанции с сопротивлением. Зонная защита (2 ^x 1 ^x 2). Развитие скоростных качеств	Обучающийся научится: выполнять в игре или игровой ситуации тактико-технические действия	Оценка техники передачи мяча	Учебник: Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура для 10-11 классов», Москва, «Просвещение», 2009г.	Комплекс 3
36.		Баскетбол	Совершенствования	Совершенствование передвижений и остановок игрока. Передача мяча различными способами в движении с сопротивлением. Ведение мяча с сопротивлением. Бросок мяча в прыжке со средней дистанции с сопротивлением. Индивидуальные действия в защите (<i>вырывание, выбивание, накрытие броска</i>). Развитие скоростных качеств	Обучающийся научится: выполнять в игре или игровой ситуации тактико-технические действия		Учебник: Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура для 10-11 классов», Москва, «Просвещение», 2009г.	Комплекс 3

№ п/п	Дата	Тема урока	Тип урока	Элементы основного содержания	Планируемые результаты	Вид контроля	Информационно-методическое обеспечение	Домашнее задание
37.		Баскетбол	Совершенствования	Совершенствование передвижений и остановок игрока. Передача мяча различными способами в движении с сопротивлением. Ведение мяча с сопротивлением. Бросок мяча в прыжке со средней дистанции с сопротивлением. Сочетание приемов ведения и броска. Индивидуальные действия в защите (<i>вырывание, выбивание, накрытие броска</i>). Нападение через заслон. Развитие скоростных качеств	Обучающийся научится: выполнять в игре или игровой ситуации тактико-технические действия	Оценка техники броска в прыжке	Учебник: Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура для 10-11 классов», Москва, «Просвещение», 2009г.	Комплекс 3
38.		Баскетбол	Совершенствования	Совершенствование передвижений и остановок игрока. Передача мяча различными способами в движении с сопротивлением. Ведение мяча с сопротивлением. Бросок мяча в прыжке со средней дистанции с сопротивлением. Сочетание приемов ведения и броска. Индивидуальные действия в защите (<i>вырывание, выбивание, накрытие броска</i>). Нападение через заслон. Развитие скоростных качеств	Обучающийся научится: выполнять в игре или игровой ситуации тактико-технические действия	Оценка техники броска в прыжке	Учебник: Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура для 10-11 классов», Москва, «Просвещение», 2009г.	Комплекс 3

№ п/п	Дата	Тема урока	Тип урока	Элементы основного содержания	Планируемые результаты	Вид контроля	Информационно-методическое обеспечение	Домашнее задание
39.		Баскетбол	Совершенствования	Совершенствование передвижений и остановок игрока. Передача мяча различными способами в движении с сопротивлением. Ведение мяча с сопротивлением. Бросок мяча в прыжке со средней дистанции с сопротивлением. Сочетание приемов ведения и броска. Индивидуальные действия в защите (<i>вырывание, выбивание, накрытие броска</i>). Нападение через заслон. Развитие скоростных качеств	<i>Обучающийся научится:</i> выполнять в игре или игровой ситуации тактико-технические действия		Учебник: Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура для 10-11 классов», Москва, «Просвещение», 2009г.	Комплекс 3
40.		Баскетбол	Совершенствования	Совершенствование передвижений и остановок игрока. Передача мяча различными способами в движении с сопротивлением. Ведение мяча с сопротивлением. Бросок мяча в прыжке со средней дистанции с сопротивлением. Сочетание приемов ведения и броска. Индивидуальные действия в защите (<i>вырывание, выбивание, накрытие броска</i>). Нападение через заслон. Развитие скоростных качеств	<i>Обучающийся научится:</i> выполнять в игре или игровой ситуации тактико-технические действия		Учебник: Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура для 10-11 классов», Москва, «Просвещение», 2009г.	Комплекс 3-

№ п/п	Дата	Тема урока	Тип урока	Элементы основного содержания	Планируемые результаты	Вид контроля	Информационно-методическое обеспечение	Домашнее задание
41.		Баскетбол	Совершенствования	Совершенствование передвижений и остановок игрока. Передача мяча различными способами в движении с сопротивлением. Ведение мяча с сопротивлением. Бросок мяча в прыжке со средней дистанции с сопротивлением. Сочетание приемов ведения, передачи, броска мяча. Нападение против зонной защиты. Нападение через заслон. Развитие координационных качеств	<i>Обучающийся научится:</i> выполнять в игре или игровой ситуации тактико-технические действия		Учебник: Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура для 10-11 классов», Москва, «Просвещение», 2009г.	Комплекс 3-
42.		Баскетбол	Совершенствования	Совершенствование передвижений и остановок игрока. Передачи мяча различными способами в движении с сопротивлением. Ведение мяча с сопротивлением. Бросок мяча в прыжке со средней дистанции с сопротивлением. Сочетание приемов ведения, передачи, броска мяча. Нападение против зонной защиты. Нападение через заслон. Развитие координационных качеств	<i>Обучающийся научится:</i> выполнять в игре или игровой ситуации тактико-технические действия	Оценка техники штрафного броска	Учебник: Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура для 10-11 классов», Москва, «Просвещение», 2009г.	Комплекс 3

№ п/п	Дата	Тема урока	Тип урока	Элементы основного содержания	Планируемые результаты	Вид контроля	Информационно-методическое обеспечение	Домашнее задание
Гимнастика								
43.		Акробатические упражнения. Опорный прыжок (10 ч)	Совершенствования	Длинный кувырок через препятствие в 90 см. Стойка на руках <i>(с помощью)</i> . Кувырок назад из стойки на руках. ОРУ с гантелями. Развитие координационных способностей	<i>Обучающийся научится:</i> выполнять акробатические элементы программы в комбинации (5 элементов)	Текущий	Учебник: Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура для 10-11 классов», Москва, «Просвещение», 2009г.	Комплекс 2
44.		Акробатические упражнения. Опорный прыжок	Совершенствования	Длинный кувырок через препятствие в 90 см. Стойка на руках <i>(с помощью)</i> . Кувырок назад из стойки на руках. ОРУ с гантелями. Развитие координационных способностей	<i>Обучающийся научится:</i> выполнять акробатические элементы программы в комбинации (5 элементов)	Текущий	Учебник: Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура для 10-11 классов», Москва, «Просвещение», 2009г.	Комплекс 2
45.		Акробатические упражнения. Опорный прыжок	Совершенствования	Длинный кувырок через препятствие в 90 см. Стойка на руках <i>(с помощью)</i> . Кувырок назад из стойки на руках. ОРУ с гантелями. Развитие координационных способностей	<i>Обучающийся научится:</i> выполнять акробатические элементы программы в комбинации (5 элементов)	Текущий	Учебник: Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура для 10-11 классов», Москва, «Просвещение», 2009г.	Комплекс 2

№ п/п	Дата	Тема урока	Тип урока	Элементы основного содержания	Планируемые результаты	Вид контроля	Информационно-методическое обеспечение	Домашнее задание
46.		Акробатические упражнения. Опорный прыжок	Совершенствования	Длинный кувырок через препятствие в 90 см. Стойка на руках <i>(с помощью)</i> . Кувырок назад из стойки на руках. ОРУ с гантелями. Развитие координационных способностей	<i>Обучающийся научится:</i> выполнять акробатические элементы программы в комбинации (5 элементов)	Текущий	Учебник: Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура для 10-11 классов», Москва, «Просвещение», 2009г.	Комплекс 2
47.		Акробатические упражнения. Опорный прыжок	Совершенствования	Комбинация из разученных элементов <i>(длинный кувырок, стойка на руках и голове, кувырок вперед)</i> . Прыжки в глубину. ОРУ с предметами. Опорный прыжок через коня. Развитие скоростно-силовых качеств	<i>Обучающийся научится:</i> выполнять акробатические элементы программы в комбинации (5 элементов)	Текущий	Учебник: Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура для 10-11 классов», Москва, «Просвещение», 2009г.	Комплекс 2
48.		Акробатические упражнения. Опорный прыжок	Совершенствования	Комбинация из разученных элементов <i>(длинный кувырок, стойка на руках и голове, кувырок вперед)</i> . Прыжки в глубину. ОРУ с предметами. Опорный прыжок через коня. Развитие скоростно-силовых качеств	<i>Обучающийся научится:</i> выполнять акробатические элементы программы в комбинации (5 элементов)	Текущий	Учебник: Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура для 10-11 классов», Москва, «Просвещение», 2009г.	Комплекс 2
49.		Акробатические упражнения. Опорный прыжок	Совершенствования	Комбинация из разученных элементов <i>(длинный кувырок, стойка на руках и голове, кувырок вперед)</i> . Прыжки в глубину. ОРУ с предметами. Опорный прыжок через коня. Развитие скоростно-силовых качеств	<i>Обучающийся научится:</i> выполнять акробатические элементы программы в комбинации (5 элементов)	Текущий	Учебник: Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура для 10-11 классов», Москва, «Просвещение», 2009г.	Комплекс 2

№ п/п	Дата	Тема урока	Тип урока	Элементы основного содержания	Планируемые результаты	Вид контроля	Информационно-методическое обеспечение	Домашнее задание
50.		Акробатические упражнения. Опорный прыжок	Совершенствования	Комбинация из разученных элементов (<i>длинный кувырок, стойка на руках и голове, кувырок вперед</i>). Прыжки в глубину. ОРУ с предметами. Опорный прыжок через коня. Развитие скоростно-силовых качеств	<i>Обучающийся научится:</i> выполнять акробатические элементы программы в комбинации (5 элементов)	Текущий	Учебник: Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура для 10-11 классов», Москва, «Просвещение», 2009г.	Комплекс 2
51.		Акробатические упражнения. Опорный прыжок	Совершенствования	Комбинация из разученных элементов (<i>длинный кувырок, стойка на руках и голове, кувырок вперед</i>). Прыжки в глубину. ОРУ с предметами. Опорный прыжок через коня. Развитие скоростно-силовых качеств	<i>Обучающийся научится:</i> выполнять акробатические элементы программы в комбинации (5 элементов)	Текущий	Учебник: Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура для 10-11 классов», Москва, «Просвещение», 2009г.	Комплекс 2
52.		Акробатические упражнения. Опорный прыжок	Учетный	Комбинация из разученных элементов. Опорный прыжок через коня	<i>Обучающийся научится:</i> выполнять акробатические элементы программы в комбинации (5 элементов)	Оценка техники выполнения комбинации из 5 элементов	Учебник: Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура для 10-11 классов», Москва, «Просвещение», 2009г.	Комплекс 2

№ п/п	Дата	Тема урока	Тип урока	Элементы основного содержания	Планируемые результаты	Вид контроля	Информационно-методическое обеспечение	Домашнее задание
53.		Висы и упоры	Комбинированный	Повороты в движении. ОРУ на месте. Вис согнувшись, вис прогнувшись. Угол в упоре. Развитие силы. Инструктаж по ТБ	Обучающийся научится: выполнять строевые приемы; выполнять элементы на перекладине	Текущий	Учебник: Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура для 10-11 классов», Москва, «Просвещение», 2009г.	Комплекс 2
54.		Висы и упоры	Совершенствования	Повороты в движении. ОРУ на месте. Вис согнувшись, вис прогнувшись. Угол в упоре. Развитие силы	Обучающийся научится: выполнять строевые приемы; выполнять элементы на перекладине	Текущий	Учебник: Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура для 10-11 классов», Москва, «Просвещение», 2009г.	Комплекс 2
55.		Висы и упоры	Совершенствования	Повороты в движении. Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре. ОРУ с гантелями. Подтягивания на перекладине. Подъем переворотом. Развитие силы	Обучающийся научится: выполнять строевые приемы; выполнять элементы на перекладине	Текущий	Учебник: Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура для 10-11 классов», Москва, «Просвещение», 2009г.	Комплекс 2

№ п/п	Дата	Тема урока	Тип урока	Элементы основного содержания	Планируемые результаты	Вид контроля	Информационно-методическое обеспечение	Домашнее задание
56.		Висы и упоры	Совершенствования	Повороты в движении. Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре. ОРУ с гантелями. Подтягивания на перекладине. Подъем переворотом. Развитие силы	Обучающийся научится: выполнять строевые приемы; выполнять элементы на перекладине	Текущий	Учебник: Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура для 10-11 классов», Москва, «Просвещение», 2009г.	Комплекс 2
57.		Висы и упоры	Совершенствования	Повороты в движении. Перестроение из колонны по одному в колонну по восемь в движении. ОРУ с гантелями. Подтягивания на перекладине. Подъем переворотом. Развитие силы	Обучающийся научится: выполнять строевые приемы; выполнять элементы на перекладине	Текущий	Учебник: Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура для 10-11 классов», Москва, «Просвещение», 2009г.	Комплекс 2
58.		Висы и упоры	Совершенствования	Повороты в движении. Перестроение из колонны по одному в колонну по восемь в движении. ОРУ с гантелями. Подтягивания на перекладине. Подъем переворотом. Развитие силы	Обучающийся научится: выполнять строевые приемы; выполнять элементы на перекладине	Текущий	Учебник: Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура для 10-11 классов», Москва, «Просвещение», 2009г.	Комплекс 2

№ п/п	Дата	Тема урока	Тип урока	Элементы основного содержания	Планируемые результаты	Вид контроля	Информационно-методическое обеспечение	Домашнее задание
59.		Висы и упоры	Совершенствования	Повороты в движении. Перестроение из колонны по одному в колонну по восемь в движении. ОРУ с гантелями. Подтягивания на перекладине. Подъем переворотом. Развитие силы	<i>Обучающийся научится:</i> выполнять строевые приемы; выполнять элементы на перекладине	Текущий	Учебник: Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура для 10-11 классов», Москва, «Просвещение», 2009г.	Комплекс 2
60.		Висы и упоры	Совершенствования	Повороты в движении. Перестроение из колонны по одному в колонну по восемь в движении. ОРУ с гантелями. Подтягивания на перекладине. Подъем переворотом. Развитие силы	<i>Обучающийся научится:</i> выполнять строевые приемы; выполнять элементы на перекладине	Текущий	Учебник: Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура для 10-11 классов», Москва, «Просвещение», 2009г.	Комплекс 2

№ п/п	Дата	Тема урока	Тип урока	Элементы основного содержания	Планируемые результаты	Вид контроля	Информационно-методическое обеспечение	Домашнее задание
61.		Висы и упоры	Совершенствования	Повороты в движении. Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре, по восемь в движении. ОРУ в движении. Подъем переворотом. Лазание по канату в два приема без помощи рук. Развитие силы	<i>Обучающийся научится:</i> выполнять строевые приемы; выполнять элементы на перекладине	Текущий	Учебник: Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура для 10-11 классов», Москва, «Просвещение», 2009г.	Комплекс 2
62.		Висы и упоры	Совершенствования	Повороты в движении. Перестроение из колонны по одному в колонну по четыре, по восемь в движении. ОРУ в движении. Подъем переворотом. Лазание по канату в два приема без помощи рук. Развитие силы	<i>Обучающийся научится:</i> выполнять строевые приемы; выполнять элементы на перекладине	Текущий	Учебник: Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура для 10-11 классов», Москва, «Просвещение», 2009г.	Комплекс 2
63.		Висы и упоры	Учетный	Подтягивания на перекладине. Лазание по канату на скорость. ОРУ на месте	<i>Обучающийся научится:</i> выполнять строевые приемы; выполнять элементы на перекладине; лазать по канату	«5» - 11 р.; «4» - 9 р.; «3» - 7 р. Лазание (6 м): «5» - 11с; «4»-13 с; «3»- 15 с.	Учебник: Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура для 10-11 классов», Москва, «Просвещение», 2009г.	Комплекс 2

№ п/п	Дата	Тема урока	Тип урока	Элементы основного содержания	Планируемые результаты	Вид контроля	Информационно-методическое обеспечение	Домашнее задание
Волейбол								
64.		Волейбол	Комплексный	Комбинации из передвижений и остановок игрока. Верхняя передача мяча в парах с шагом. Прием мяча двумя руками снизу. Прямой нападающий удар. Позиционное нападение. Учебная игра. Развитие координационных способностей. Инструктаж по ТБ	<i>Обучающийся научится:</i> выполнять в игре или игровой ситуации тактико-технические действия	Текущий	Учебник: Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура для 10-11 классов», Москва, «Просвещение», 2009г.	Комплекс 3
65.		Волейбол	Совершенствования	Комбинации из передвижений и остановок игрока. Верхняя передача мяча в парах с шагом. Прием мяча двумя руками снизу. Прямой нападающий удар. Позиционное нападение. Учебная игра. Развитие координационных способностей	<i>Обучающийся научится:</i> выполнять в игре или игровой ситуации тактико-технические действия	Текущий	Учебник: Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура для 10-11 классов», Москва, «Просвещение», 2009г.	Комплекс 3
66.		Волейбол	Совершенствования	Комбинации из передвижений и остановок игрока. Верхняя передача мяча в парах с шагом. Прием мяча двумя руками снизу. Прямой нападающий удар. Позиционное нападение. Учебная игра. Развитие координационных способностей	<i>Обучающийся научится:</i> выполнять в игре или игровой ситуации тактико-технические действия	Текущий	Учебник: Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура для 10-11 классов», Москва, «Просвещение», 2009г.	Комплекс 3

№ п/п	Дата	Тема урока	Тип урока	Элементы основного содержания	Планируемые результаты	Вид контроля	Информационно-методическое обеспечение	Домашнее задание
67.		Волейбол	Совершенствования	Комбинации из передвижений и остановок игрока. Верхняя передача мяча в парах с шагом. Прием мяча двумя руками снизу. Прямой нападающий удар. Позиционное нападение. Учебная игра. Развитие координационных способностей	<i>Обучающийся научится:</i> выполнять в игре или игровой ситуации тактико-технические действия	Текущий	Учебник: Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура для 10-11 классов», Москва, «Просвещение», 2009г.	Комплекс 3
68.		Волейбол	Совершенствования	Комбинации из передвижений и остановок игрока. Верхняя передача мяча в парах с шагом. Прием мяча двумя руками снизу. Прямой нападающий удар. Позиционное нападение. Учебная игра. Развитие координационных способностей.	<i>Обучающийся научится:</i> выполнять в игре или игровой ситуации тактико-технические действия	Текущий	Учебник: Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура для 10-11 классов», Москва, «Просвещение», 2009г.	Комплекс 3
69.		Волейбол	Совершенствования	Комбинации из передвижений и остановок игрока. Верхняя передача мяча в шеренгах со сменой места. Прием мяча двумя руками снизу. Прямой нападающий удар через сетку. Нападение через 3-ю зону. Учебная игра. Развитие координационных способностей	<i>Обучающийся научится:</i> выполнять в игре или игровой ситуации тактико-технические действия	Текущий	Учебник: Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура для 10-11 классов», Москва, «Просвещение», 2009г.	Комплекс 3-

№ п/п	Дата	Тема урока	Тип урока	Элементы основного содержания	Планируемые результаты	Вид контроля	Информационно-методическое обеспечение	Домашнее задание
70.		Волейбол	Совершенствования	Комбинации из передвижений и остановок игрока. Верхняя передача мяча в шеренгах со сменой места. Прием мяча двумя руками снизу. Прямой нападающий удар через сетку. Нападение через 3-ю зону. Учебная игра. Развитие координационных способностей	<i>Обучающийся научится:</i> выполнять в игре или игровой ситуации тактико-технические действия	Оценка техники передачи мяча	Учебник: Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура для 10-11 классов», Москва, «Просвещение», 2009г.	Комплекс3-
71.		Волейбол	Совершенствования	Комбинации из передвижений и остановок игрока. Верхняя передача мяча в шеренгах со сменой места. Прием мяча двумя руками снизу. Прямой нападающий удар через сетку. Нападение через 3-ю зону. Учебная игра. Развитие координационных способностей	<i>Обучающийся научится:</i> выполнять в игре или игровой ситуации тактико-технические действия	Текущий	Учебник: Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура для 10-11 классов», Москва, «Просвещение», 2009г.	Комплекс3-
72.		Волейбол	Совершенствования	Комбинации из передвижений и остановок игрока. Верхняя передача мяча в шеренгах со сменой места. Прием мяча двумя руками снизу. Прямой нападающий удар через сетку. Нападение через 3-ю зону. Учебная игра. Развитие координационных способностей	<i>Обучающийся научится:</i> выполнять в игре или игровой ситуации тактико-технические действия	Текущий	Учебник: Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура для 10-11 классов», Москва, «Просвещение», 2009г.	Комплекс3-

№ п/п	Дата	Тема урока	Тип урока	Элементы основного содержания	Планируемые результаты	Вид контроля	Информационно-методическое обеспечение	Домашнее задание
73.		Волейбол	Совершенствования	Комбинации из передвижений и остановок игрока. Верхняя передача мяча в шеренгах со сменой места. Прием мяча двумя руками снизу. Прямой нападающий удар через сетку. Нападение через 3-ю зону. Учебная игра. Развитие координационных способностей.	<i>Обучающийся научится:</i> выполнять в игре или игровой ситуации тактико-технические действия	Текущий	Учебник: Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура для 10-11 классов», Москва, «Просвещение», 2009г.	Комплекс3-
74.		Волейбол	Комплексный	Комбинации из передвижений и остановок игрока. Верхняя передача мяча в прыжке. Прием мяча двумя руками снизу. Прямой нападающий удар через сетку. Нападение через 4-ю зону. Одиночное блокирование. Нижняя прямая подача, прием мяча от сетки. Учебная игра. Развитие координационных способностей	<i>Обучающийся научится:</i> выполнять в игре или игровой ситуации тактико-технические действия	Оценка техники подачи мяча	Учебник: Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура для 10-11 классов», Москва, «Просвещение», 2009г.	Комплекс 3

№ п/п	Дата	Тема урока	Тип урока	Элементы основного содержания	Планируемые результаты	Вид контроля	Информационно-методическое обеспечение	Домашнее задание
75.		Волейбол	Совершенствования	Комбинации из передвижений и остановок игрока. Верхняя передача мяча в прыжке. Прием мяча двумя руками снизу. Прямой нападающий удар через сетку. Нападение через 4-ю зону. Одиночное блокирование. Нижняя прямая подача, прием мяча от сетки. Учебная игра. Развитие координационных способностей	Обучающийся научится: выполнять в игре или игровой ситуации тактико-технические действия	Оценка техники подачи мяча	Учебник: Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура для 10-11 классов», Москва, «Просвещение», 2009г.	Комплекс 3
76.		Волейбол	Совершенствования	Комбинации из передвижений и остановок игрока. Верхняя передача мяча в прыжке. Прием мяча двумя руками снизу. Прямой нападающий удар через сетку. Нападение через 4-ю зону. Одиночное блокирование. Нижняя прямая подача, прием мяча от сетки. Учебная игра. Развитие координационных способностей	Обучающийся научится: выполнять в игре или игровой ситуации тактико-технические действия	Текущий	Учебник: Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура для 10-11 классов», Москва, «Просвещение», 2009г.	Комплекс 3

№ п/п	Дата	Тема урока	Тип урока	Элементы основного содержания	Планируемые результаты	Вид контроля	Информационно-методическое обеспечение	Домашнее задание
77.		Волейбол	Совершенствования	Комбинации из передвижений и остановок игрока. Верхняя передача мяча в прыжке. Прием мяча двумя руками снизу. Прямой нападающий удар через сетку. Нападение через 4-ю зону. Одиночное блокирование. Нижняя прямая подача, прием мяча от сетки. Учебная игра. Развитие координационных способностей	Обучающийся научится: выполнять в игре или игровой ситуации тактико-технические действия	Текущий	Учебник: Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура для 10-11 классов», Москва, «Просвещение», 2009г.	Комплекс 3
78.		Волейбол	Совершенствования	Комбинации из передвижений и остановок игрока. Верхняя передача мяча в прыжке. Прием мяча двумя руками снизу. Прямой нападающий удар через сетку. Нападение через 4-ю зону. Одиночное блокирование. Нижняя прямая подача, прием мяча от сетки. Учебная игра. Развитие координационных способностей	Обучающийся научится: выполнять в игре или игровой ситуации тактико-технические действия	Текущий	Учебник: Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура для 10-11 классов», Москва, «Просвещение», 2009г.	Комплекс 3

№ п/п	Дата	Тема урока	Тип урока	Элементы основного содержания	Планируемые результаты	Вид контроля	Информационно-методическое обеспечение	Домашнее задание
Легкая атлетика								
79.		Прыжок в высоту	Комплексный	Прыжок в высоту с 11-13 шагов разбега. Подбор разбега и отталкивание. Челночный бег. Развитие скоростно-силовых качеств	<i>Обучающийся научится:</i> прыгать в высоту с 11-13 беговых шагов	Текущий	Учебник: Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура для 10-11 классов», Москва, «Просвещение», 2009г.	Комплекс 4
80.		Прыжок в высоту	Комплексный	Прыжок в высоту с 11-13 шагов разбега. Подбор разбега и отталкивание. Челночный бег. Развитие скоростно-силовых качеств	<i>Обучающийся научится:</i> прыгать в высоту с 11-13 беговых шагов	Текущий	Учебник: Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура для 10-11 классов», Москва, «Просвещение», 2009г.	Комплекс 4
81.		Прыжок в высоту	Комплексный	Прыжок в высоту с 11-13 шагов разбега. Переход через планку. Челночный бег. Развитие скоростно-силовых качеств	<i>Обучающийся научится:</i> прыгать в высоту с 11-13 беговых шагов	Текущий	Учебник: Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура для 10-11 классов», Москва, «Просвещение», 2009г.	Комплекс 4

№ п/п	Дата	Тема урока	Тип урока	Элементы основного содержания	Планируемые результаты	Вид контроля	Информационно-методическое обеспечение	Домашнее задание
82.		Прыжок в высоту	Комплексный	Прыжок в высоту с 11-13 шагов разбега. Переход через планку. Челночный бег. Развитие скоростно-силовых качеств	Обучающийся научится: прыгать в высоту с 11-13 беговых шагов	Текущий	Учебник: Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура для 10-11 классов», Москва, «Просвещение»,	Комплекс 4
83.		Прыжок в высоту	Комплексный	Прыжок в высоту с 11-13 шагов разбега. Приземление. Челночный бег. Развитие скоростно-силовых качеств	Обучающийся научится: прыгать в высоту с 11-13 беговых шагов	«5»- 13,5 с; «4» - 14,0 с; «3» - 14,3 с.	Учебник: Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура для 10-11 классов», Москва, «Просвещение», 2009г.	Комплекс 4
Волейбол								
84.		Волейбол	Совершенствования	Комбинации из передвижений и остановок игрока. Верхняя передача мяча в прыжке. Прием мяча двумя руками снизу. Прямой нападающий удар через сетку. Нападение через 4-ю зону. Одиночное блокирование. Нижняя прямая подача, прием мяча от сетки. Учебная игра. Развитие координационных способностей	Обучающийся научится: выполнять в игре или игровой ситуации тактико-технические действия	Текущий	Учебник: Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура для 10-11 классов», Москва, «Просвещение», 2009г.	Комплекс 3

№ п/п	Дата	Тема урока	Тип урока	Элементы основного содержания	Планируемые результаты	Вид контроля	Информационно-методическое обеспечение	Домашнее задание
85.		Волейбол	Совершенствования	Комбинации из передвижений и остановок игрока. Верхняя передача мяча в тройках. Прием мяча двумя руками снизу. Прямой нападающий удар через сетку. Нападение через 2-ю зону. Групповое блокирование. Верхняя прямая подача, прием подачи. Учебная игра. Развитие координационных способностей	Обучающийся научится: выполнять в игре или игровой ситуации тактико-технические действия	Текущий	Учебник: Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура для 10-11 классов», Москва, «Просвещение», 2009г.	Комплекс 3
86.		Волейбол	Совершенствования	Комбинации из передвижений и остановок игрока. Верхняя передача мяча в тройках. Прием мяча двумя руками снизу. Прямой нападающий удар через сетку. Нападение через 2-ю зону. Групповое блокирование. Верхняя прямая подача, прием подачи. Учебная игра. Развитие координационных способностей	Обучающийся научится: выполнять в игре или игровой ситуации тактико-технические действия	Оценка техники нападающего удара	Учебник: Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура для 10-11 классов», Москва, «Просвещение», 2009г.	Комплекс 3
87.		Волейбол	Совершенствования	Комбинации из передвижений и остановок игрока. Верхняя передача мяча в тройках. Прием мяча двумя руками снизу. Прямой нападающий удар через сетку. Нападение через 2-ю зону. Групповое блокирование. Верхняя прямая подача, прием подачи. Учебная игра. Развитие координационных способностей	Обучающийся научится: выполнять в игре или игровой ситуации тактико-технические действия	Текущий	Учебник: Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура для 10-11 классов», Москва, «Просвещение», 2009г.	Комплекс 3

№ п/п	Дата	Тема урока	Тип урока	Элементы основного содержания	Планируемые результаты	Вид контроля	Информационно-методическое обеспечение	Домашнее задание
88.		Волейбол	Совершенствования	Комбинации из передвижений и остановок игрока. Верхняя передача мяча в тройках. Прием мяча двумя руками снизу. Прямой нападающий удар через сетку. Нападение через 2-ю зону. Групповое блокирование. Верхняя прямая подача, прием подачи. Учебная игра. Развитие координационных способностей	Обучающийся научится: выполнять в игре или игровой ситуации тактико-технические действия	Текущий	Учебник: Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура для 10-11 классов», Москва, «Просвещение», 2009г.	Комплекс 3
89.		Волейбол	Совершенствования	Комбинации из передвижений и остановок игрока. Верхняя передача мяча в тройках. Прием мяча двумя руками снизу. Прямой нападающий удар через сетку. Нападение через 2-ю зону. Групповое блокирование. Верхняя прямая подача, прием подачи. Учебная игра. Развитие координационных способностей	Обучающийся научится: выполнять в игре или игровой ситуации тактико-технические действия	Текущий	Учебник: Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура для 10-11 классов», Москва, «Просвещение», 2009г.	Комплекс 3
Легкая атлетика								
90.		Спринтерский бег. Прыжок в высоту	Комплексный	Низкий старт (30 м). Стартовый разгон. Бег по дистанции (70-90 м). Специальные беговые упражнения. Челночный бег. Развитие скоростно-силовых качеств	Обучающийся научится: бегать с максимальной скоростью с низкого старта (100 м)	Текущий	Учебник: Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура для 10-11 классов», Москва, «Просвещение», 2009г.	Комплекс 4

№ п/п	Дата	Тема урока	Тип урока	Элементы основного содержания	Планируемые результаты	Вид контроля	Информационно-методическое обеспечение	Домашнее задание
91.		Спринтерский бег. Прыжок в высоту	Комплексный	Низкий старт (30 м). Бег по дистанции (70-90 м). Финиширование. Челночный бег. Развитие скоростно-силовых качеств. Дозирование нагрузки при занятиях бегом	Обучающийся научится: бегать с максимальной скоростью с низкого старта (100 м)	Текущий	Учебник: Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура для 10-11 классов», Москва, «Просвещение», 2009г.	Комплекс 4
92.		Спринтерский бег. Прыжок в высоту	Комплексный	Низкий старт (30 м). Бег по дистанции (70-90 м). Финиширование. Челночный бег. Развитие скоростно-силовых качеств. Дозирование нагрузки при занятиях бегом	Обучающийся научится: бегать с максимальной скоростью с низкого старта (100 м)	Текущий	Учебник: Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура для 10-11 классов», Москва, «Просвещение», 2009г.	Комплекс 4
93.		Спринтерский бег. Прыжок в высоту	Учетный	Низкий старт (30 м). Бег по дистанции (70-90 м). Финиширование. Челночный бег. Развитие скоростно-силовых качеств. Прикладное значение легкоатлетических упражнений	Обучающийся научится: бегать с максимальной скоростью с низкого старта (100 м)	«5»- 13,5 с; «4» - 14,0 с; «3»- 14,3 с.	Учебник: Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура для 10-11 классов», Москва, «Просвещение», 2009г.	Комплекс 4

№ п/п	Дата	Тема урока	Тип урока	Элементы основного содержания	Планируемые результаты	Вид контроля	Информационно-методическое обеспечение	Домашнее задание
94.		Метание мяча и гранаты	Комплексный	Метание мяча на дальность с 5-6 беговых шагов. ОРУ. Челночный бег. Развитие скоростно-силовых качеств. Биохимическая основа метания	Обучающийся научится: метать мяч на дальность с разбега	Текущий	Учебник: Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура для 10-11 классов», Москва, «Просвещение», 2009г.	Комплекс 4
95.		Метание мяча и гранаты	Комплексный	Метание гранаты из различных положений. ОРУ. Челночный бег. Развитие скоростно-силовых качеств. Соревнования по легкой атлетике, рекорды	Обучающийся научится: метать гранату из различных положений на дальность и в цель	Текущий	Учебник: Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура для 10-11 классов», Москва, «Просвещение», 2009г.	Комплекс 4

№ п/п	Дата	Тема урока	Тип урока	Элементы основного содержания	Планируемые результаты	Вид контроля	Информационно-методическое обеспечение	Домашнее задание
96.		Метание мяча и гранаты	Комплексный	Метание гранаты на дальность. ОРУ. Развитие скоростно-силовых качеств	<i>Обучающийся научится:</i> метать гранату на дальность	«5» - 32 м; «4» - 28 м; «3» - 26 м	Учебник: Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура для 10-11 классов», Москва, «Просвещение», 2009г.	Комплекс 4
Кроссовая подготовка								
97.		Бег по пересеченной местности (8 ч)	Совершенствования	Бег (22 мин). Преодоление горизонтальных препятствий. Специальные беговые упражнения. Бег под гору. Спортивные игры (футбол). Развитие выносливости	<i>Обучающийся научится:</i> бегать в равномерном темпе (до 25 мин); преодолевать препятствия	Текущий	Учебник: Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура для 10-11 классов», Москва, «Просвещение», 2009г.	Комплекс 1
98.		Бег по пересеченной местности	Совершенствования	Бег (22 мин). Преодоление горизонтальных препятствий. Специальные беговые упражнения. Бег под гору. Спортивные игры (футбол). Развитие выносливости	<i>Обучающийся научится:</i> бегать в равномерном темпе (до 25 мин); преодолевать препятствия	Текущий	Учебник: Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура для 10-11 классов», Москва, «Просвещение», 2009г.	Комплекс 1

№ п/п	Дата	Тема урока	Тип урока	Элементы основного содержания	Планируемые результаты	Вид контроля	Информационно-методическое обеспечение	Домашнее задание
99.		Бег по пересеченной местности	Совершенствования	Бег (23 мин). Преодоление горизонтальных препятствий. Специальные беговые упражнения. Бег под гору. Спортивные игры (футбол). Развитие выносливости	Обучающийся научится: бегать в равномерном темпе (до 25 мин); преодолевать препятствия	Текущий	Учебник: Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура для 10-11 классов», Москва, «Просвещение», 2009г.	Комплекс 1
100.		Бег по пересеченной местности	Совершенствования	Бег (23 мин). Преодоление вертикальных препятствий прыжком. Специальные беговые упражнения. Бег в гору. Спортивные игры (футбол). Развитие выносливости	Обучающийся научится: бегать в равномерном темпе (до 25 мин); преодолевать препятствия	Текущий	Учебник: Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура для 10-11 классов», Москва, «Просвещение», 2009г.	Комплекс 1
101.		Бег по пересеченной местности	Совершенствования	Бег (23 мин). Преодоление вертикальных препятствий прыжком. Специальные беговые упражнения. Бег в гору. Спортивные игры (футбол). Развитие выносливости	Обучающийся научится: бегать в равномерном темпе (до 25 мин); преодолевать препятствия	Текущий	Учебник: Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура для 10-11 классов», Москва, «Просвещение», 2009г.	Комплекс 1

№ п/п	Дата	Тема урока	Тип урока	Элементы основного содержания	Планируемые результаты	Вид контроля	Информационно-методическое обеспечение	Домашнее задание
102.		Бег по пересеченной местности	Совершенствования	Бег (23 мин). Преодоление вертикальных препятствий прыжком. Специальные беговые упражнения. Бег в гору. Спортивные игры (футбол). Развитие выносливости	Обучающийся научится: бегать в равномерном темпе (до 25 мин); преодолевать препятствия	Текущий	Учебник: Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура для 10-11 классов», Москва, «Просвещение», 2009г.	Комплекс 1
103.		Бег по пересеченной местности	Совершенствования	Бег (23 мин). Преодоление вертикальных препятствий прыжком. Специальные беговые упражнения. Бег в гору. Спортивные игры (футбол). Развитие выносливости	Обучающийся научится: бегать в равномерном темпе (до 25 мин); преодолевать препятствия	Текущий	Учебник: Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура для 10-11 классов», Москва, «Просвещение», 2009г.	Комплекс 1
104.		Бег по пересеченной местности	Учетный	Бег (3000 м) на результат. Развитие выносливости	Обучающийся научится: бегать в равномерном темпе (до 25 мин); преодолевать препятствия	«5»- 13,50 мин; «4» - 14,50 мин; «3»- 15,50 мин	Учебник: Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура для 10-11 классов», Москва, «Просвещение», 2009г.	Комплекс 1
105.		Бег по пересеченной местности	Учетный	Бег (3000 м) на результат. Развитие выносливости	Обучающийся научится: бегать в равномерном темпе (до 25 мин); преодолевать препятствия	«5»- 13,50 мин; «4» - 14,50 мин; «3»- 15,50 мин	Учебник: Лях В.И., Зданевич А.А. «Физическая культура для 10-11 классов», Москва, «Просвещение», 2009г.	Комплекс 1

Раздел 6. Учебно-методическое и материально-техническое обеспечение образовательного процесса.

Учебники:

Лях, В. И. Физическая культура. 10 кл. : учеб. для общеобразоват. учреждений, В.И. Лях, А. А. Зданевич ; под общ. ред. В. И. Ляха. - М.: Просвещение, 2017.

Демонстрационные учебные пособия.

Портреты выдающихся спортсменов, деятелей физической культуры, спорта и олимпийского движения.

Учебно – практическое оборудование.

Стенка гимнастическая.

Перекладина гимнастическая.

Скамейка гимнастическая.

Навесная перекладина.

Скамья атлетическая наклонная.

Гантели (наборные).

Коврик гимнастический.

Маты гимнастические.

Мяч набивной (1 кг, 2 кг).

Мяч малый (теннисный).

Скакалка гимнастическая.

Палка гимнастическая.

Обруч гимнастический.

Секундомер.

Планка для прыжков в высоту.

Стойка для прыжков в высоту.

Флажки разметочные на опоре.

Рулетка измерительная.

Номера нагрудные.

Гранаты (500 гр., 700 гр.).

Комплект щитов баскетбольных с кольцами и сеткой.

Мячи баскетбольные.

Стойки волейбольные.

Сетка волейбольная.

Мячи волейбольные.

Ворота для мини футбола.

Мячи футбольные.

Компрессор для накачивания мячей.

Палатка (трёхместная).

Аптечка медицинская.

Спортивный зал игровой.

Кабинет учителя.

Подсобное помещение для хранения инвентаря.

Игровое поле для футбола (мини – футбола).

Площадка игровая универсальная (баскетбольная, волейбольная).

Перекладина разновысокая.

Рукоход.

Скамья для пресса.

Раздел 7. Результаты и система их оценки.

Контроль освоения учебного материала по разделам программы проходит в соответствии с разработанным календарно – тематическим планированием. Оценка успеваемости по физической культуре включает в себя качественные и количественные показатели: уровень соответствующих знаний, степень владения двигательными умениями и навыками, умение осуществлять физкультурно-оздоровительную и спортивную деятельность, выполнение учебных нормативов.