

Муниципального общеобразовательного учреждения
«Студенецкая основная школа»

«Рассмотрено»

на заседании
педагогического совета
Протокол № 1
от «28» 08 2020



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

учебного предмета

физическая культура
5 - 9 класс

2020 - 2021

5-9

« . 5-9 »
 . 5-9 .
 , 2019; « , 5-9 .. , .. »
 . .. , 2019
 70 5, 6, 7, 8 9 , 2
 1. , 5-7 ::
 , ;
 . - :: , 2019
 2. , 8-9 :: / .
 . , ; - :: , 2019
 , - , . - , 2001 -186 .

/		()				
		V	VI	VII	VIII	XI
1.	.					
2.	.	12	12	12	12	12
3.	.	12	12	12	12	12
4.	.	16	16	16	16	16
5.	.	12	12	12	12	12
6	.	18	18	18	18	18
		70	70	70	70	70

« » —
 ,
 ,
 :
 ,
 « »
 :
 ,
 ;

• ,

• , ;

• , ;

• - -

• ; , -

• , .

1.

1.1.

5 - 6

7 - 9

1.2.

5 - 6

7 - 9

1.3.

5 - 6

7 - 9

1.4.

5 - 6

7 - 9

1.5.

5 - 9

•

•

•

•

1.6.
5 - 7

8-9

1.7.
5 - 9

1.8.
5 - 9

1.9.
5 - 9

2.

	60 .	9,2	10,2
		180	165
	6 .. .	12	-
		-	18
	2000 .,	8,50	10,20
		10,0	14,0
		12,0	10,0

5-9

:

—

, ;

, ,

—

, ;

, ;

—

;

—

; ,

—

; ;

—

;

—

;

—

:

• , ;
 • , ;
 • - ; -
 • - -
 • ;
 • , .

5-9

1	15	, :
2	15	, ()-
3	15	, ()
4	15	, () -
5	15	, ()

« »

:

• , ;
 • , ;
 • ;
 • , ;
 •) ; (, , , ;
 • , • ;
 • ; (,) ;
 • () ;
 • ; , ,
 • ;
 • ;
 • ;
 • , ;
 • ;
 • ;
 • ;



() .
 , .
 () .
 , .

()

, - () .

(,) .

()

() .

() .

() .

:

() ;

() .

- 5 (70 .)

1	(10-15), (30 - 40). 13, 36, 37, 38.
2	(10-15), (40 - 50),
3	(10-15),
4	(10-15), (50 - 60),
5	(60).
6	« », 7-9 (1×1) 5-6 .
7	7-9 (1×1) 5-6 « ».
8	7-9 (1×1) 5-6 .
9	1000 .
10	1000 .
11	(10 .).
12	(12 .). « ».
13	« ».
14	(15 .). « ».
15	(17 .). ».
16	(2 .). « ».
17	1 4 (), « ».
18	1 4. (). « ».
19	1 4 (), ()..

	« . ».
20	2 1 8
21	2 1. « ».
22	
23	« ».
24	«
25	« ».
26	
27	« , ».
28	«
29	« ».
30	« ».
31	« ».
32	1 2
33	« 10 ».
34	2
35	« ».
36	« ».
37	1
38	« ?».
39	2 « ».
40	

41	
42	()
43	
44	
45	13.
46	(5 : 0)
47	
48	
49	
50	
51	(- -)
52	
53	
54	
55	
56	(10)
57	(12)
58	(13)
59	(15)
60	(16)
61	(17)
62	(1000)

63	(1000).
64	(10-15), (30-40).
65	(10-15), (40-50),
66	(10-15), (50-60), ().
67	5 – 7 « » ().
68	5 – 7 « » (,).
69	
70	

- 6 (70 .)

1	(40 - 50). (15-30), 13, 36, 37, 38.
2	(15-30). (40 - 50).
3	(15-30).
4	(15-30). (3 50).
5	(60)
6	7-9 (1x1) 8-10
7	7-9
8	7-9
9	7-9
10	(12). « ».
11	(14). « ».
12	(15). « ».
13	(16). « ».
14	(17). « ».
15	(17). « ».
16	(18). « ».
17	(). ().
18	(). ().
19	().

	().
20	, (). ().
21	, (). ().
22	(). ().
23	(, 100 – 110) .
24	(, 100 – 110) . -
25	(, 100 – 110) .
26	(, 100 – 110) . -
27	, , – .
28	().
29	. « » ().
30	. « » ().
31	. 5 . « , ».
32	. « ».
33	. « ».
34	« », « ».
35	. « ».
36	2 3 . « ? ».
37	, 2 3 . « ».
38	" 10 , » .

39	« ».
40	« », « ».
41	« ».
42	
43	
44	
45	
46	
47	
48	(1 1, 2 2, 3 3).
49	(1 1, 2 2, 3 3).
50	() (5 : 0).
51	() (5 : 0).
52	() (5 :
53	()
54	
55	(15). « ».
56	(16). « ».
57	(17). « ».
58	(18).

	« ».
59	(18).
60	(19).
61	(19).
62	2000 – : 10,30 , : 14.00 .
63	(15-30). (40-50).
64	(15-30), (40-50).
65	(15-30).
66	7 – 9 « ». 3 – 5 .
67	7 – 9 « ». 3 – 5 .
68	7 – 9 « ». 3 – 5 ..
69	3 – 5 .
70	3 – 5 .

-7 .(70 .)

1	(20-40). (3 10). 13, 36, 37, 38.
2	(20-40). (50 – 60). (3 10).
3	(20-40). (50 – 60). (3 10).
4	9-11
5	5 9-11 (150) 3 –
6	9-11 (150) 3 – 5
7	(1500). « ».
8	(15). « ».
9	(16). « ».
10	(17). « ».
11	(18). « ».
12	(18). « ».
13	(18). « ».
14	(18). « ».
15	(19). « ».
16	(2000). « ».
17	(). 13, 36, 37, 38.
18	« - !», « - !».
19	« - !», « - !». ().
20	: « », « !»

	().
21	« » (). « »
22	(). « » (). « »
23	(). « » (). « »
24	« » ().
25	« » ().
26	
27	(). « »
28	(). « »
29	
30	« »).
31	« ».
32	« ».
33	« ».
34	« ».
35	« ».
36	(,). « 10 ».
37	3 .
38	3 . « ».
39	4 . « ».

40	« () ».
41	5
42	
43	
44	
45	
46	
47	
48	(2 1).
49	(2 1).
50	(2 1).
51	
52	,
53	
54	(2 1, 3 1).
55	
56	(15). « ».
57	(17). « ».
58	(18).

	« ».
59	(18). « ».
60	(19).
61	(20-40). (50-60). (3 10). : 13, 36, 37, 38.
62	(20-40). (50-60). (3 10).
63	(20-40). (50-60). (3 10).
64	(20-40). (50-60). (3 10).
65	(20-40). (50-60). (3 10).
66	(20-40). (50-60). (3 10).
67	(60). : 60 .
68	9 – 11 « ». (150 .).
69	9 – 11 « ». (150 .) 3 – 5
70	9 – 11 « ». (150 .) 3 – 5

-8 .(70 .)

1	(70-80). 36, 37, 38. (30-40). 13,
2	(30-40). (70-80). ,
3	(30-40). (70-80). ().
4	(60).
5	11-13 5-6
6	11-13 (150) 5 - 6 ..
7	11-13 (150) 5 - 6
8	(1500 - , 2000 -). « ».
9	(15). « ».
10	(15). « ».
11	(16). « ».
12	(17). « ».
13	(18). « ».
14	(18). « ».
15	« !» , ().
16	« !» , ().
17	« !» ,
18	
19	« !» , 90°.

20	« !» , 90°.
21	« !» , « » ().
22	« !» , « » (). 90°.
23	().
24	().
25	().
26	« ».
27	1 - 2 (), 1,5 - 3 ().
28	1 - 2 (), 1,5 - 3 (). « ».
29	1,5 3 (). « ». 1 2 (),
30	« ».
31	« ?».
32	(), 1,5 - 3 (). 1 - 2
33	1,5 - 3 (). « ». 1 - 2 (),
34	1 - 2 (), 1,5 - 3 (). « ».
35	« ».
36	3 () 5 (). « », « ».
37	3 () 5 ().
38	«

	».
39	3 () 5 ().
40	« » ().
41	13, 36, 37, 38.
42	13, 36, 37, 38.
43	
44	
45	
46	
47	
48	
49	
50	
51	
52	
53	
54	(2 1, 3 2).
55	(3 1, 3 2, 4 2).
56	
57	(15).
58	(17).

	« ».
59	(18). « ».
60	(19). « ».
61	(20). « ».
62	(30-40). (70-80). ().
63	(30-40). (70-80). ().
64	(30-40). (70-80). ().
65	(30-40). (70-80).
66	11 – 13 5 – 6
67	11 – 13 5 – 6
68	11 – 13 (150 .) 5 – 6
69	11 – 13 (150 .) 5 – 6
70	11 – 13 (150) 5 – 6

-9 .(70 .)

1	(70-80). (30). 13, 36, 37, 38.
2	(30). (70-80).
3	(30). (70-80).
4	(30).
5	(60). - 60 .
6	« » 11 – 13
7	-
8	(2000 - , 1500 -).
9	(12 .)
10	(12 .) « ».
11	(15 .) « ».
12	(15 .) « ».
13	(15 .) « ».
14	(15 .) « ».
15	(15 .) « ».
16	(). (). : 13, 36, 37, 38.
17	
18	(). ().
19	().

	().
20	(). 1 2, 4 . -
21	(). 1 2 . .
22	(). (). .
23	(). (). .
24	(). (). .
25	(). (). .
26	(). (). .
27	« . ».
28	, , , , .
29	, .
30	, , « ».
31	, , , , « ».
32	, .
33	, 4 - 5 (), 5 - 6 ().
34	, , 4 - 5 (), 5 - 6 ().
35	« ».
36	2 , 3 . « ».
37	, , .
38	.
39	3 () 5 ().
40	

	4-5 () 5-6 ().
41	13, 36, 37, 38.
42	
43	(3 3).
44	
45	
46	
47	(2 2).
48	
49	
50	
51	« ».
52	
53	« ».
54	
55	
56	« ».
57	
58	(15), « ».
59	(16), « ».

60	(16).
	« ».
61	(17).
	« ».
62	(18).
	« ».
63	(2000 - , 1500 -).
	« ».
64	(2000 - , 1500 -).
65	(30). (70-80).
	().
66	(30). (70-80).
67	(30). (70-80).
68	(60).
69	« » 11 - 13 10
70	« » 11 - 13 10