

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**Муниципальное бюджетное общеобразовательное учреждение
средняя общеобразовательная школа № 25 имени трижды Героя
Советского Союза**

Александра Ивановича Покрышкина станицы Должанской

Муниципальное образование Ейский район

СОШ №25

РАССМОТРЕНО

**Руководитель МО
учителей начальных
классов**

Юрьева И.В.
Протокол №1 от «29»
августа 2023 г.

СОГЛАСОВАНО

Зам. директора

Виноградова Е.Е.
Протокол №1 от «30»
августа 2023 г.

УТВЕРЖДЕНО

**Директор МБОУ
СОШ№25**

Барабаш О.Н.
Протокол №1 от «30»
августа 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

(ID 1603894)

учебного предмета «Физическая культура»

для обучающихся 5 – 9 классов

ст-ца Должанская 2023

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

Программа по физической культуре представляет собой методически оформленную конкретизацию требований ФГОС ООО и раскрывает их реализацию через конкретное предметное содержание.

При создании программы по физической культуре учитывались потребности современного российского общества в физически крепком и дееспособном подрастающем поколении, способном активно включаться в разнообразные формы здорового образа жизни, умеющем использовать ценности физической культуры для самоопределения, саморазвития и самоактуализации.

В своей социально-ценностной ориентации программа по физической культуре рассматривается как средство подготовки обучающихся к предстоящей жизнедеятельности, укрепления их здоровья, повышения функциональных и адаптивных возможностей систем организма, развития жизненно важных физических качеств. Программа по физической культуре обеспечивает преемственность с федеральными рабочими программами начального общего и среднего общего образования.

Основной целью программы по физической культуре является формирование разносторонне физически развитой личности, способной активно использовать ценности физической культуры для укрепления и длительного сохранения собственного здоровья, оптимизации трудовой деятельности и организации активного отдыха. В программе по физической культуре данная цель конкретизируется и связывается с формированием устойчивых мотивов и потребностей обучающихся в бережном отношении к своему здоровью, целостном развитии физических, психических и нравственных качеств, творческом использовании ценностей физической культуры в организации здорового образа жизни, регулярных занятиях двигательной деятельностью и спортом.

Развивающая направленность программы по физической культуре определяется вектором развития физических качеств и функциональных возможностей организма, являющихся основой укрепления их здоровья, повышения надёжности и активности адаптивных процессов. Существенным

достижением данной ориентации является приобретение обучающимися знаний и умений в организации самостоятельных форм занятий оздоровительной, спортивной и прикладно-ориентированной физической культурой, возможности познания своих физических способностей и их целенаправленного развития.

Воспитывающее значение программы по физической культуре заключается в содействии активной социализации обучающихся на основе осмысления и понимания роли и значения мирового и российского олимпийского движения, приобщения к их культурным ценностям, истории и современному развитию.

В число практических результатов данного направления входит формирование положительных навыков и умений в общении и взаимодействии со сверстниками и учителями физической культуры, организации совместной учебной и консультативной деятельности.

Центральной идеей конструирования учебного содержания и планируемых результатов образования по физической культуре на уровне основного общего образования является воспитание целостной личности обучающихся, обеспечение единства в развитии их физической, психической и социальной природы. Реализация этой идеи становится возможной на основе содержания учебного предмета, которое представляется двигательной деятельностью с её базовыми компонентами: информационным (знания о физической культуре), операциональным (способы самостоятельной деятельности) и мотивационно-процессуальным (физическое совершенствование).

В целях усиления мотивационной составляющей учебного предмета «Физическая культура», придания ей личностно значимого смысла, содержание программы по физической культуре представляется системой модулей, которые входят структурными компонентами в раздел «Физическое совершенствование».

Инвариантные модули включают в себя содержание базовых видов спорта: гимнастика, лёгкая атлетика, зимние виды спорта (на примере лыжной подготовки), спортивные игры, плавание. Инвариантные модули в своём предметном содержании ориентируются на всестороннюю физическую

подготовленность обучающихся, освоение ими технических действий и физических упражнений, содействующих обогащению двигательного опыта.

Вариативные модули объединены модулем «Спорт», содержание которого разрабатывается образовательной организацией на основе модульных программ по физической культуре для общеобразовательных организаций. Основной содержательной направленностью вариативных модулей является подготовка обучающихся к выполнению нормативных требований Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса ГТО, активное вовлечение их в соревновательную деятельность.

Модуль «Спорт» может разрабатываться учителями физической культуры на основе содержания базовой физической подготовки, национальных видов спорта, современных оздоровительных систем. В рамках данного модуля представлено примерное содержание «Базовой физической подготовки».

Содержание программы по физической культуре представлено по годам обучения, для каждого класса предусмотрен раздел «Универсальные учебные действия», в котором раскрывается вклад предмета в формирование познавательных, коммуникативных и регулятивных действий, соответствующих возможностям и особенностям обучающихся данного возраста. Личностные достижения непосредственно связаны с конкретным содержанием учебного предмета и представлены по мере его раскрытия.

Общее число часов, рекомендованных для изучения физической культуры на уровне основного общего образования, – 204 часа: в 7 классе – 68 часов (2 часа в неделю), в 8 классе – 68 часов (2 часа в неделю), в 9 классе – 68 часов (2 часа в неделю).

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО ПРЕДМЕТА

7 КЛАСС

Знания о физической культуре.

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

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

Способы самостоятельной деятельности.

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

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

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

Физическое совершенствование.

Физкультурно-оздоровительная деятельность.

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

Спортивно-оздоровительная деятельность.

Модуль «Гимнастика».

Акробатические комбинации из ранее разученных упражнений с добавлением упражнений ритмической гимнастики (девочки). Простейшие

акробатические пирамиды в парах и тройках (девочки). Стойка на голове с опорой на руки, акробатическая комбинация из разученных упражнений в равновесии, стойках, кувырках (мальчики).

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

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

Модуль «Лёгкая атлетика».

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

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

Модуль «Спортивные игры».

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

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

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

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

Модуль «Спорт».

Физическая подготовка к выполнению нормативов комплекса ГТО с использованием средств базовой физической подготовки, видов спорта и оздоровительных систем физической культуры, национальных видов спорта, культурно-этнических игр.

8 КЛАСС

Знания о физической культуре.

Физическая культура в современном обществе: характеристика основных направлений и форм организации. Всестороннее и гармоничное физическое развитие. Адаптивная физическая культура, её история и социальная значимость.

Способы самостоятельной деятельности.

Коррекция осанки и разработка индивидуальных планов занятий корригирующей гимнастикой. Коррекция избыточной массы тела и разработка индивидуальных планов занятий корригирующей гимнастикой.

Составление планов-конспектов для самостоятельных занятий спортивной подготовкой. Способы учёта индивидуальных особенностей при составлении планов самостоятельных тренировочных занятий.

Физическое совершенствование.

Физкультурно-оздоровительная деятельность.

Профилактика перенапряжения систем организма средствами оздоровительной физической культуры: упражнения мышечной релаксации и регулирования вегетативной нервной системы, профилактики общего утомления и остроты зрения.

Спортивно-оздоровительная деятельность.

Модуль «Гимнастика».

Акробатическая комбинация из ранее освоенных упражнений силовой направленности, с увеличивающимся числом технических элементов в стойках, упорах, кувырках, прыжках (юноши).

Гимнастическая комбинация на гимнастическом бревне из ранее освоенных упражнений с увеличивающимся числом технических элементов в прыжках, поворотах и передвижениях (девушки). Гимнастическая комбинация на перекладине с включением ранее освоенных упражнений в упорах и висах (юноши). Гимнастическая комбинация на параллельных брусьях с включением упражнений в упоре на руках, кувырка вперёд и соскока (юноши). Вольные упражнения на базе ранее разученных акробатических упражнений и упражнений ритмической гимнастики (девушки).

Модуль «Лёгкая атлетика».

Кроссовый бег, прыжок в длину с разбега способом «прогнувшись».

Правила проведения соревнований по сдаче норм комплекса ГТО. Самостоятельная подготовка к выполнению нормативных требований комплекса ГТО в беговых (бег на короткие и средние дистанции) и

технических (прыжки и метание спортивного снаряда) дисциплинах лёгкой атлетики.

Модуль «Спортивные игры».

Баскетбол. Повороты туловища в правую и левую стороны с удержанием мяча двумя руками, передача мяча одной рукой от плеча и снизу, бросок мяча двумя и одной рукой в прыжке. Игровая деятельность по правилам с использованием ранее разученных технических приёмов.

Волейбол. Прямой нападающий удар, индивидуальное блокирование мяча в прыжке с места, тактические действия в защите и нападении. Игровая деятельность по правилам с использованием ранее разученных технических приёмов.

Футбол. Удар по мячу с разбега внутренней частью подъёма стопы, остановка мяча внутренней стороной стопы. Правила игры в мини-футбол, технические и тактические действия. Игровая деятельность по правилам мини-футбола с использованием ранее разученных технических приёмов (девушки). Игровая деятельность по правилам классического футбола с использованием ранее разученных технических приёмов (юноши).

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

Модуль «Спорт».

Физическая подготовка к выполнению нормативов Комплекса ГТО с использованием средств базовой физической подготовки, видов спорта и оздоровительных систем физической культуры, национальных видов спорта, культурно-этнических игр.

9 КЛАСС

Знания о физической культуре.

Здоровье и здоровый образ жизни, вредные привычки и их пагубное влияние на здоровье человека. Туристские походы как форма организации здорового образа жизни. Профессионально-прикладная физическая культура.

Способы самостоятельной деятельности.

Восстановительный массаж как средство оптимизации работоспособности, его правила и приёмы во время самостоятельных занятий физической подготовкой. Банные процедуры как средство укрепления здоровья. Измерение функциональных резервов организма. Оказание первой помощи на самостоятельных занятиях физическими упражнениями и во время активного отдыха.

Физическое совершенствование.

Физкультурно-оздоровительная деятельность.

Занятия физической культурой и режим питания. Упражнения для снижения избыточной массы тела. Оздоровительные, коррекционные и профилактические мероприятия в режиме двигательной активности обучающихся.

Спортивно-оздоровительная деятельность.

Модуль «Гимнастика».

Акробатическая комбинация с включением длинного кувырка с разбега и кувырка назад в упор, стоя ноги врозь (юноши). Гимнастическая комбинация на высокой перекладине, с включением элементов размахивания и соскока вперёд прогнувшись (юноши). Гимнастическая комбинация на параллельных брусьях, с включением двух кувырков вперёд с опорой на руки (юноши). Гимнастическая комбинация на гимнастическом бревне, с включением полушпагата, стойки на колене с опорой на руки и отведением ноги назад (девушки). Черлидинг: композиция упражнений с построением пирамид, элементами степ-аэробики, акробатики и ритмической гимнастики (девушки).

Модуль «Лёгкая атлетика».

Техническая подготовка в беговых и прыжковых упражнениях: бег на короткие и длинные дистанции, прыжки в длину способами «прогнувшись» и «согнув ноги», прыжки в высоту способом «перешагивание». Техническая подготовка в метании спортивного снаряда с разбега на дальность.

Модуль «Спортивные игры».

Баскетбол. Техническая подготовка в игровых действиях: ведение, передачи, приёмы и броски мяча на месте, в прыжке, после ведения.

Волейбол. Техническая подготовка в игровых действиях: подачи мяча в разные зоны площадки соперника, приёмы и передачи на месте и в движении, удары и блокировка.

Футбол. Техническая подготовка в игровых действиях: ведение, приёмы и передачи, остановки и удары по мячу с места и в движении.

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

Модуль «Спорт».

Физическая подготовка к выполнению нормативов Комплекса ГТО с использованием средств базовой физической подготовки, видов спорта и оздоровительных систем физической культуры, национальных видов спорта, культурно-этнических игр.

ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ ПО ФИЗИЧЕСКОЙ КУЛЬТУРЕ НА УРОВНЕ НАЧАЛЬНОГО ОБЩЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

ЛИЧНОСТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

В результате изучения физической культуры на уровне основного общего образования у обучающегося будут сформированы следующие **личностные результаты**:

готовность проявлять интерес к истории и развитию физической культуры и спорта в Российской Федерации, гордиться победами выдающихся отечественных спортсменов-олимпийцев;

готовность отстаивать символы Российской Федерации во время спортивных соревнований, уважать традиции и принципы современных Олимпийских игр и олимпийского движения;

готовность ориентироваться на моральные ценности и нормы межличностного взаимодействия при организации, планировании и проведении совместных занятий физической культурой и спортом, оздоровительных мероприятий в условиях активного отдыха и досуга;

готовность оценивать своё поведение и поступки во время проведения совместных занятий физической культурой, участия в спортивных мероприятиях и соревнованиях;

готовность оказывать первую медицинскую помощь при травмах и ушибах, соблюдать правила техники безопасности во время совместных занятий физической культурой и спортом;

стремление к физическому совершенствованию, формированию культуры движения и телосложения, самовыражению в избранном виде спорта;

готовность организовывать и проводить занятия физической культурой и спортом на основе научных представлений о закономерностях физического развития и физической подготовленности с учётом самостоятельных наблюдений за изменением их показателей;

осознание здоровья как базовой ценности человека, признание объективной необходимости в его укреплении и длительном сохранении посредством занятий физической культурой и спортом;

осознание необходимости ведения здорового образа жизни как средства профилактики пагубного влияния вредных привычек на физическое, психическое и социальное здоровье человека;

способность адаптироваться к стрессовым ситуациям, осуществлять профилактические мероприятия по регулированию эмоциональных

напряжений, активному восстановлению организма после значительных умственных и физических нагрузок;

готовность соблюдать правила безопасности во время занятий физической культурой и спортом, проводить гигиенические и профилактические мероприятия по организации мест занятий, выбору спортивного инвентаря и оборудования, спортивной одежды;

готовность соблюдать правила и требования к организации бивуака во время туристских походов, противостоять действиям и поступкам, приносящим вред окружающей среде;

освоение опыта взаимодействия со сверстниками, форм общения и поведения при выполнении учебных заданий на уроках физической культуры, игровой и соревновательной деятельности;

повышение компетентности в организации самостоятельных занятий физической культурой, планировании их содержания и направленности в зависимости от индивидуальных интересов и потребностей;

формирование представлений об основных понятиях и терминах физического воспитания и спортивной тренировки, умений руководствоваться ими в познавательной и практической деятельности, общении со сверстниками, публичных выступлениях и дискуссиях.

МЕТАПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

В результате изучения физической культуры на уровне основного общего образования у обучающегося будут сформированы универсальные познавательные учебные действия, универсальные коммуникативные учебные действия, универсальные регулятивные учебные действия.

У обучающегося будут сформированы следующие **универсальные познавательные учебные действия**:

проводить сравнение соревновательных упражнений Олимпийских игр древности и современных Олимпийских игр, выявлять их общность и различия;

осмысливать Олимпийскую хартию как основополагающий документ современного олимпийского движения, приводить примеры её гуманистической направленности;

анализировать влияние занятий физической культурой и спортом на воспитание положительных качеств личности, устанавливать возможность профилактики вредных привычек;

характеризовать туристские походы как форму активного отдыха, выявлять их целевое предназначение в сохранении и укреплении здоровья,

руководствоваться требованиями техники безопасности во время передвижения по маршруту и организации бивуака;

устанавливать причинно-следственную связь между планированием режима дня и изменениями показателей работоспособности;

устанавливать связь негативного влияния нарушения осанки на состояние здоровья и выявлять причины нарушений, измерять индивидуальную форму и составлять комплексы упражнений по профилактике и коррекции выявляемых нарушений;

устанавливать причинно-следственную связь между уровнем развития физических качеств, состоянием здоровья и функциональными возможностями основных систем организма;

устанавливать причинно-следственную связь между качеством владения техникой физического упражнения и возможностью возникновения травм и ушибов во время самостоятельных занятий физической культурой и спортом;

устанавливать причинно-следственную связь между подготовкой мест занятий на открытых площадках и правилами предупреждения травматизма.

У обучающегося будут сформированы следующие **универсальные коммуникативные учебные действия**:

выбирать, анализировать и систематизировать информацию из разных источников об образцах техники выполнения разучиваемых упражнений, правилах планирования самостоятельных занятий физической и технической подготовкой;

вести наблюдения за развитием физических качеств, сравнивать их показатели с данными возрастно-половых стандартов, составлять планы занятий на основе определённых правил и регулировать нагрузку по частоте пульса и внешним признакам утомления;

описывать и анализировать технику разучиваемого упражнения, выделять фазы и элементы движений, подбирать подготовительные упражнения;

и планировать последовательность решения задач обучения, оценивать эффективность обучения посредством сравнения с эталонным образцом;

наблюдать, анализировать и контролировать технику выполнения физических упражнений другими обучающимися, сравнивать её с эталонным образцом, выявлять ошибки и предлагать способы их устранения;

изучать и коллективно обсуждать технику «иллюстративного образца» разучиваемого упражнения, рассматривать и моделировать появление ошибок, анализировать возможные причины их появления, выяснять способы их устранения.

У обучающегося будут сформированы следующие **универсальные регулятивные учебные действия**:

составлять и выполнять индивидуальные комплексы физических упражнений с разной функциональной направленностью, выявлять особенности их воздействия на состояние организма, развитие его резервных возможностей с помощью процедур контроля и функциональных проб;

составлять и выполнять акробатические и гимнастические комплексы упражнений, самостоятельно разучивать сложно-координированные упражнения на спортивных снарядах;

активно взаимодействовать в условиях учебной и игровой деятельности, ориентироваться на указания учителя и правила игры при возникновении конфликтных и нестандартных ситуаций, признавать своё право и право других на ошибку, право на её совместное исправление;

разучивать и выполнять технические действия в игровых видах спорта, активно взаимодействуют при совместных тактических действиях в защите и нападении, терпимо относится к ошибкам игроков своей команды и команды соперников;

организовывать оказание первой помощи при травмах и ушибах во время самостоятельных занятий физической культурой и спортом, применять способы и приёмы помощи в зависимости от характера и признаков полученной травмы.

ПРЕДМЕТНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ

К концу обучения **в 7 классе** обучающийся научится:

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

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

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

составлять планы самостоятельных занятий физической и технической подготовкой, распределять их в недельном и месячном циклах учебного года,

оценивать их оздоровительный эффект с помощью «индекса Кетле» и «ортостатической пробы» (по образцу);

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

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

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

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

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

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

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

демонстрировать и использовать технические действия спортивных игр:

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

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

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

К концу обучения **в 8 классе** обучающийся научится:

проводить анализ основных направлений развития физической культуры в Российской Федерации, характеризовать содержание основных форм их организации;

анализировать понятие «всестороннее и гармоничное физическое развитие», раскрывать критерии и приводить примеры, устанавливать связь с наследственными факторами и занятиями физической культурой и спортом;

проводить занятия оздоровительной гимнастикой по коррекции индивидуальной формы осанки и избыточной массы тела;

составлять планы занятия спортивной тренировкой, определять их целевое содержание в соответствии с индивидуальными показателями развития основных физических качеств;

выполнять гимнастическую комбинацию на гимнастическом бревне из ранее освоенных упражнений с добавлением элементов акробатики и ритмической гимнастики (девушки);

выполнять комбинацию на параллельных брусьях с включением упражнений в упоре на руках, кувырка вперёд и соскока, наблюдать их выполнение другими обучающимися и сравнивать с заданным образцом, анализировать ошибки и причины их появления, находить способы устранения (юноши);

выполнять прыжок в длину с разбега способом «прогнувшись», наблюдать и анализировать технические особенности в выполнении другими обучающимися, выявлять ошибки и предлагать способы устранения;

выполнять тестовые задания комплекса ГТО в беговых и технических легкоатлетических дисциплинах в соответствии с установленными требованиями к их технике;

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

демонстрировать и использовать технические действия спортивных игр:

баскетбол (передача мяча одной рукой снизу и от плеча, бросок в корзину двумя и одной рукой в прыжке, тактические действия в защите и нападении, использование разученных технических и тактических действий в условиях игровой деятельности);

волейбол (прямой нападающий удар и индивидуальное блокирование мяча в прыжке с места, тактические действия в защите и нападении, использование разученных технических и тактических действий в условиях игровой деятельности);

футбол (удары по неподвижному, катящемуся и летящему мячу с разбега внутренней и внешней частью подъёма стопы, тактические действия игроков в нападении и защите, использование разученных технических и тактических действий в условиях игровой деятельности).

К концу обучения **в 9 классе** обучающийся научится:

отстаивать принципы здорового образа жизни, раскрывать эффективность его форм в профилактике вредных привычек, обосновывать пагубное влияние вредных привычек на здоровье человека, его социальную и производственную деятельность;

понимать пользу туристских подходов как формы организации здорового образа жизни, выполнять правила подготовки к пешим походам, требования безопасности при передвижении и организации бивуака;

объяснять понятие «профессионально-прикладная физическая культура»;

её целевое предназначение, связь с характером и особенностями профессиональной деятельности, понимать необходимость занятий профессионально-прикладной физической подготовкой обучающихся общеобразовательной организации;

использовать приёмы массажа и применять их в процессе самостоятельных занятий физической культурой и спортом, выполнять гигиенические требования к процедурам массажа;

измерять индивидуальные функциональные резервы организма с помощью проб Штанге, Генча, «задержки дыхания», использовать их для планирования индивидуальных занятий спортивной и профессионально-прикладной физической подготовкой;

определять характер травм и ушибов, встречающихся на самостоятельных занятиях физическими упражнениями и во время активного отдыха, применять способы оказания первой помощи;

составлять и выполнять комплексы упражнений из разученных акробатических упражнений с повышенными требованиями к технике их выполнения (юноши);

составлять и выполнять гимнастическую комбинацию на высокой перекладине из разученных упражнений, с включением элементов размахивания соскока вперёд способом «прогнувшись» (юноши);

составлять и выполнять композицию упражнений черлидинга с построением пирамид, элементами степ-аэробики и акробатики (девушки);

составлять и выполнять комплекс ритмической гимнастики с включением элементов художественной гимнастики, упражнений на гибкость и равновесие (девушки);

совершенствовать технику беговых и прыжковых упражнений в процессе самостоятельных занятий технической подготовкой к выполнению нормативных требований комплекса ГТО;

выполнять повороты кувырком, мятником;

выполнять технические элементы брассом в согласовании с дыханием;

совершенствовать технические действия в спортивных играх: баскетбол, волейбол, футбол, взаимодействовать с игроками своих команд в условиях игровой деятельности, при организации тактических действий в нападении и защите;

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

ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

7 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы	
		Всего		
Раздел 1. Знания о физической культуре				
1.1	Физическая культура(основные понятия. История физической культуры	1		
1.2	История физической культуры	1		
Итого по разделу		2		
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности				
2.1	Организация и и проведение самостоятельных занятий физической культурой.	2		
Итого по разделу		2		
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ				
Раздел 1. Физкультурно-оздоровительная деятельность				

1.1	Оценка эффективности занятий физической культурой.	1		
1.2	Физическая культура человека.	1		
Итого по разделу		2		
Раздел 2. Спортивно-оздоровительная деятельность				
2.1	Гимнастика	10		
2.2	Лёгкая атлетика	15		
2.3	Прикладно- ориентировочная деятельность.	10		
2.4	Спортивные игры.	22		
2.5	Физическая подготовка.	5		

Итого по разделу	62	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ	68	

8 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы	
		Всего		
Раздел 1. Знания о физической культуре				
1.1	История физической культуре	1		
Итого по разделу		1		
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности				
2.1	Организация и проведение самостоятельных занятий физической культурой.	2		
Итого по разделу		2		
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ				
Раздел 1. Спортивно-оздоровительная деятельность				
1.1	Гимнастика с элементами акробатики.	18		
1.2	Лёгкая атлетика	20		

1.3	Спортивные игры	27		
Итого по разделу		65		
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68		

9 КЛАСС

№ п/п	Наименование разделов и тем программы	Количество часов	Электронные (цифровые) образовательные ресурсы
		Всего	
Раздел 1. Знания о физической культуре			
1.1	Физическая культура(основные понятия. История физической культуры	1	
1.2	История физической культуры	1	
Итого по разделу		2	
Раздел 2. Способы самостоятельной деятельности			
2.1	Организация и и проведение самостоятельных занятий физической культурой.	2	
Итого по разделу		2	
ФИЗИЧЕСКОЕ СОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ			

Раздел 1. Физкультурно-оздоровительная деятельность				
1.1	Оценка эффективности занятий физической культурой.	1		
1.2	Физическая культура человека.	1		
Итого по разделу		2		
Раздел 2. Спортивно-оздоровительная деятельность				
2.1	Гимнастика с элементами акробатики.	10		
2.2	Лёгкая атлетика	20		
2.3	Спортивные игры	21		
2.4	Прикладно-ориентировочная деятельность.	6		
2.5	Физическая подготовка.	5		

Итого по разделу	62	
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ	68	

ПОУРОЧНОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ
7 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов
		Всего
1	Основы знаний. Теоретические сведения по легкой атлетике.	1
2	Правила безопасности на занятиях по легкой атлетике.	1
3	Бег на короткие дистанции.	1
4	Прыжки в длину с разбега.	1
5	Бег с преодолением препятствий.	1
6	Бег по пересечённой местности до 2 км.	1
7	Метание мяча на дальность с места.	1
8	Контрольный урок. Метание мяча на дальность с разбега.	1
9	Бег по пересечённой местности до 20 мин в чередовании с ходьбой.	1
10	Здоровье и здоровый образ жизни.	1
11	Тестирование по нормативам ГТО. Подтягивания.	1
12	Проведение самостоятельных занятий прикладной физической подготовкой.	1
13	Варианты челночного бега, прыжки через препятствия.	1
14	Спрыгивание с ограниченной площадки и запрыгивание на неё.	1
15	Физическая культура в современном обществе.	1
16	Тестирование по нормативам ГТО. Контрольный урок. Прыжок в длину с места.	1
17	Основные правила игры в баскетбол. Правила техники безопасности.	1
18	Стойки игрока. Перемещения в стойке приставными шагами боком.	1

19	Ловля и передача мяча двумя руками от груди.	1
20	Ловля и передача мяча одной рукой от плеча на месте.	1
21	Контрольный урок. Броски одной и двумя руками с места и в движении.	1
22	Остановка двумя шагами и прыжком. Повороты без мяча и с мячом.	1
23	Перемещения в стойке лицом и спиной вперёд.	1
24	Ловля и передача мяча одной рукой от плеча на месте и в движении.	1
25	Сочетание приёмов: ведение, передача, ловля, бросок.	1
26	Контрольный урок. Ведение без сопротивления защитника ведущей и не ведущей рукой.	1
27	Броски одной и двумя руками после ведения, после ловли.	1
28	Основные правила игры в волейбол. Правила техники безопасности.	1
29	Стойки игрока. Перемещения в стойке приставными шагами боком, лицом и спиной вперёд.	1
30	Комбинации из освоенных элементов техники передвижений.	1
31	Передача мяча сверху двумя руками на месте, над собой.	1
32	Оценка техники движений, способы выявления и устранения ошибок в технике выполнения (технических ошибок).	1
33	Инструктаж по ТБ на уроках гимнастики. Освоение строевых упражнений.	1
34	Упражнения на перекладине из упора, опираясь на руку, перемахом ног вперёд.	1
35	Лазанье по канату, по гимнастической стенке.	1
36	Освоение строевых упражнений. Упражнения на перекладине.	1
37	Освоение опорных прыжков. Прыжок ноги врозь.	1
38	Упражнения на гимнастической скамейке, бревне, стенке.	1
39	Освоение акробатических упражнений. Два кувырка вперёд слитно.	1
40	Размыкание и смыкание на месте. «Мост» из положения стоя с помощью.	1

41	Упражнения и комбинации на перекладине.	1
42	Лазанье по канату в два и три приёма.	1
43	Упражнения на перекладине из упора махом назад переход в вис на согнутых руках.	1
44	Контрольный урок. Освоение опорных прыжков. Прыжок ноги врозь.	1
45	Лазанье по гимнастической стенке вверх, вниз, горизонтально.	1
46	Тестирование по нормативам ГТО. Наклон вперёд из положения стоя с прямыми ногами на полу.	1
47	Нижняя прямая подача через сетку.	1
48	Передача мяча над собой и через сетку.	1
49	Прямой нападающий удар после подбрасывания мяча партнёром.	1
50	Контрольный урок. Передача мяча в парах через сетку.	1
51	Комбинации из освоенных элементов: приём, передача, удар.	1
52	Закаливание организма.	1
53	Организация досуга средствами физической культуры.	1
54	Остановка мяча грудью. Игра по правилам.	1
55	Техника прыжка в длину способом «согнув ноги» с 10 шагов разбега.	1
56	Прыжки в длину способом «согнув ноги» на результат.	1
57	Контрольный урок. Бег на 1500 м	1
58	Бег в равномерном темпе от 10 до 15 мин.	1
59	Метание мяча в горизонтальную и вертикальную цель (1 х 1 м) с расстояния 15 м.	1
60	Контрольный урок. Метание мяча с 7 бросковых шагов на заданное расстояние.	1
61	Скоростной бег до 60 м.	1
62	Остановка опускающегося мяча внутренней стороной стопы. Игра по правилам.	1

63	Контрольный урок. Бег на результат 100 м.	1
64	Передвижение ходьбой, бегом по пересечённой местности.	1
65	Подъёмы и спуски шагом и бегом с грузом на плечах.	1
66	Преодоление полосы препятствий.	1
67	Тестирование по нормативам ГТО. Метание мяча на дальность с разбега.	1
68	Тестирование по нормативам ГТО. Бег 1000м.	1
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68

8 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов
		Всего
1	Техника безопасности на уроках легкой атлетики. Подвижная игра «Бег с флажками» Тестирование.	1
2	Старты из различных исходных положений. Бег с ускорением, специальные беговые упражнения. Круговая тренировка	1
3	Утренняя гимнастика. Высокий старт и стартовое ускорение от 30 до 40 м. Встречная эстафета	1
4	Скоростной бег до 40м. Передача эстафетной палочки. Эстафетный бег	1
5	Бег 60м. Специальные беговые упражнения	1
6	Контрольный урок: бег на результат 60м.	1
7	Обучение отталкивания прыжка в длину. Прыжки в длину с места.	1
8	Обучение подбора разбега. Прыжки в длину с разбега. Развитие скоростно-силовых качеств.	1
9	Прыжок в длину с 7-9 шагов разбега. Приземление. Прыжки через скакалку	1
10	История и создание комплекса ГТО.	1
11	Правила техники безопасности. Эстафета на отрезках до 80м	1
12	Режим дня и его основное содержание	1
13	Техника безопасности на занятиях спортивными играми. История баскетбола	1
14	Стойки игрока. Перемещения в стойке приставными шагами боком	1
15	Остановка двумя шагами и прыжком. Повороты без мяча и с мячом. Учебная игра. Стойка и перемещения игрока.	1
16	Ловля и передача мяча двумя руками от груди на месте в парах с шагом. Учебная игра	1
17	Передача мяча в парах одной рукой от плеча на месте. Правила баскетбола. Учебная игра	1

18	Ловля и передача мяча в движении без сопротивления защитника. Передача мяча в «тройках»	1
19	Контрольный урок: ловля и передача мяча при встречном движении. Учебная игра.	1
20	Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке на месте. Учебная игра.	1
21	Ведение мяча с изменением направления и скорости. Перехват мяча.	1
22	Основные приемы игры. Ведение мяча в движении по прямой.	1
23	Контрольный урок: ведение мяча без сопротивления защитника ведущей и неведущей рукой.	1
24	Бросок мяча двумя руками от головы с места.	1
25	Броски одной и двумя руками с места. Учебная игра.	1
26	Броски одной и двумя руками в движении. Нападение быстрым прорывом.	1
27	Вырывание и выбивание мяча. Бросок одной рукой от плеча в движении. Учебная игра	1
28	Контрольный урок: бросок одной, двумя руками с места. Учебная игра	1
29	Волейбол: История волейбола. Основные правила игры в волейбол. Стойка игрока. Передвижения в стойке. Техника безопасности при игре в волейбол.	1
30	Стойки игрока. Перемещения в стойке приставными шагами боком.	1
31	Передвижения в стойке. Встречные эстафеты. Подвижная игра «Пасовка волейболиста».	1
32	Встречные и линейные эстафеты. Подвижная игра с элементами волейбола «Летучий мяч».	1
33	История гимнастики. Основная гимнастика. Техника безопасности на уроках гимнастики	1
34	Значение гимнастических упражнений для сохранения правильной осанки	1
35	Кувырок вперед и назад. Стойка на лопатках. Повороты на месте.	1
36	Повороты в движении. Кувырки вперед и назад. Стойка на лопатках	1

37	Контрольный урок: кувырок вперед и назад. Эстафеты с обручем.	1
38	Общеразвивающие упражнения в парах. Контрольный урок: стойка на лопатках	1
39	Вскок в упор присев; соскок прогнувшись	1
40	Прыжки через скакалку за 1 минуту. Прыжок ноги врозь.	1
41	Перестроение из колонны по два и по четыре в колонну по одному. Прыжок ноги врозь	1
42	Прыжок ноги врозь. ОРУ с мячами.	1
43	Контрольный урок: опорный прыжок ноги врозь. Развитие силовых качеств	1
44	Подтягивание в висе. (М). Подтягивание из виса лежа. (Д). Поднимание прямых ног в висе. Эстафеты.	1
45	Упражнения с партнером, акробатические, на гимнастической стенке	1
46	Наклон вперед, из положения стоя с прямыми ногами на полу	1
47	Контрольный урок: подтягивание. Развитие мышц верхнего плечевого пояса.	1
48	Прыжки с пружинного гимнастического мостика в глубину. Прыжки со скакалкой за 1 минуту - контрольный урок.	1
49	Эстафеты и игры с использованием гимнастических упражнений и инвентаря.	1
50	Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на скамейке.	1
51	Подтягивание, отжимание.	1
52	Контрольный урок: техники выполнения стойки и перемещений. Подвижная игра «Пасовка волейболиста».	1
53	Передача мяча двумя руками сверху на месте и после передачи вперед. Встречные и линейные эстафеты с передачами мяча.	1
54	Передача мяча двумя руками сверху в парах и над собой. Прием снизу. Учебная игра.	1
55	Контрольный урок: передача мяча двумя руками сверху в парах. Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку.	1
56	Передача мяча сверху двумя руками, стоя спиной к цели. Прием мяча снизу над собой. Учебная игра.	1

57	Футбол: Вбрасывание мяча из-за боковой линии. Игра по правилам.	1
58	Совершенствование техники владения мячом. Игра по правилам.	1
59	Переменный бег на отрезках 2-3х(200+100); 1-2х(400+100)	1
60	Бег по слабопересеченной местности с преодолением препятствий	1
61	Бег на 1000м. Круговая тренировка	1
62	Темповый бег до 1500м	1
63	Кросс 2000м. Подвижная игра	1
64	Бег по разному грунту.	1
65	Контрольный урок: кросс1000м. Эстафеты	1
66	Бег с препятствиями на местности	1
67	Бег 60м. Эстафетный бег. Метание теннисного мяча с места.	1
68	Контрольный урок: бег 60м. Метание мяча на заданное расстояние	1
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68

9 КЛАСС

№ п/п	Тема урока	Количество часов
		Всего
1	Техника безопасности на уроках легкой атлетики. Подвижная игра «Бег с флажками» Тестирование.	1
2	Старты из различных исходных положений. Бег с ускорением, специальные беговые упражнения	1
3	Бег 60м. Специальные беговые упражнения.	1
4	Контрольный урок: бег на результат 60м.	1
5	Обучение отталкивания прыжка в длину. Прыжки в длину с места.	1
6	Прыжок в длину с 11-13 шагов разбега. Приземление. Прыжки через скакалку.	1
7	Совершенствование техники прыжка в высоту.	1
8	Представления о темпе, скорости и объёме легкоатлетических упражнений. Прыжок в высоту с 7-9 шагов разбега.	1
9	Бег по пересечённой местности до 25 мин в чередовании с ходьбой.	1
10	Профессионально-прикладная физическая подготовка.	1
11	Тестирование по нормативам ГТО. Прыжок в длину с места.	1
12	Режим прикладной физической подготовки и его основное содержание.	1
13	Варианты челночного бега, прыжки через препятствия.	1
14	Организация и проведение пеших туристических походов	1
15	Тестирование по нормативам ГТО. Бег 60м.	1
16	Техника безопасности на занятиях спортивными играми. История баскетбола.	1
17	Остановка двумя шагами и прыжком. Повороты без мяча и с мячом. Учебная игра. Стойка и перемещения игрока.	1
18	Ловля и передача мяча двумя руками от груди на месте в парах с шагом. Учебная игра.	1

19	Контрольный урок: ловля и передача мяча при встречном движении. Учебная игра.	1
20	Ведение мяча в низкой, средней и высокой стойке на месте. Учебная игра.	1
21	Броски одной и двумя руками с места. Учебная игра.	1
22	Вырывание и выбивание мяча. Бросок одной рукой от плеча в движении. Учебная игра.	1
23	Контрольный урок: бросок одной, двумя руками с места. Учебная игра.	1
24	История волейбола. Основные правила игры в волейбол. Стойка игрока. Передвижения в стойке. Техника безопасности при игре в волейбол.	1
25	Стойки игрока. Перемещения в стойке приставными шагами боком.	1
26	Передвижения в стойке. Встречные эстафеты. Подвижная игра «Пасовка волейболиста».	1
27	Встречные и линейные эстафеты. Подвижная игра с элементами волейбола «Летучий мяч».	1
28	Контрольный урок: техники выполнения стойки и перемещений. Подвижная игра «Пасовка волейболиста».	1
29	Передача мяча двумя руками сверху в парах и над собой. Прием снизу. Учебная игра.	1
30	Контрольный урок: передача мяча двумя руками сверху в парах. Прием мяча снизу двумя руками над собой и на сетку.	1
31	Измерение резервов организма.	1
32	Значение гимнастических упражнений для развития координационных способностей; страховка и помощь во время занятий. Техника безопасности на уроках гимнастики.	1
33	Перестроение из колонны по одному в колонны по два, по четыре в движении. Кувырки вперед. Эстафеты.	1
34	Лазанье по канату, в два три приёма.	1
35	Повороты в движении. (М) из упора присев стойка на голове и руках, длинный кувырок с трёх шагов разбега, (Д) равновесие на одной, выпад, кувырок вперёд.	1
36	Контрольный урок: (М) длинный кувырок с трёх шагов разбега, (Д) равновесие на одной, выпад Стойка на лопатках. Эстафеты с обручем;.	1

37	Общеразвивающие упражнения в парах. Контрольный урок: стойка на лопатках.	1
38	(М.) Прыжок согнув ноги, (Д.) прыжок боком.	1
39	Прыжки через скакалку за 1 минуту. М. Прыжок согнув ноги, д. прыжок боком.	1
40	Перестроение из колонны по два и по четыре в колонну по одному. (М.) Прыжок согнув ноги, (Д) прыжок боком.	1
41	Контрольный урок: М. Прыжок согнув ноги, д. прыжок боком. Развитие силовых качеств;	1
42	Лазанье по гимнастической стенке вверх, вниз, горизонтально.	1
43	Подтягивание в висе. (М). Подтягивание из виса лежа. (Д). Поднимание прямых ног в висе. Эстафеты.	1
44	Тестирование по нормативам ГТО. Наклон вперед из положения стоя с прямыми ногами на полу.	1
45	Передача мяча сверху двумя руками, стоя спиной к цели. Прием мяча снизу над собой. Учебная игра.	1
46	Контрольный урок: прием мяча снизу двумя руками. Учебная игра.	1
47	Футбол: Удар по летящему мячу внутренней стороной стопы и средней частью подъема.	1
48	Первая помощь во время занятий физической культурой и спортом.	1
49	Организация досуга средствами физической культуры.	1
50	Удары по воротам. Игра по правилам.	1
51	Закрепление техники ударов по мячу и остановок мяча. Игра по правилам.	1
52	Совершенствование тактики игры. Игра по правилам.	1
53	Бег по слабопересеченной местности с преодолением препятствий.	1
54	Бег на 1000м. Круговая тренировка.	1
55	Темповый бег до 1500м.	1
56	Кросс 2000м. Подвижная игра.	1
57	Контрольный урок: кросс 1000м. Эстафеты.	1

58	Бег 60м. Эстафетный бег. Метание теннисного мяча с места.	1
59	Контрольный урок: бег 60м. Метание мяча на заданное расстояние.	1
60	Обучение технике спринтерского бега. Совершенствование двигательных способностей.	1
61	Метание теннисного мяча с места на дальность, с 4-5 шагов разбега.	1
62	Метание теннисного мяча в горизонтальную и вертикальную цель(1х1м) с расстояния 14-18 м.	1
63	Контрольный урок: Метание теннисного мяча на дальность, с 4-5 шагов разбега.	1
64	Бросок набивного мяча (3-2 кг)двумя руками с места и с 2-4 шагов разбега вперёд вверх.	1
65	Передвижение ходьбой, бегом по пересечённой местности.	1
66	Преодоление полосы препятствий.	1
67	Тестирование по нормативам ГТО. Метание мяча на дальность с разбега.	1
68	Тестирование по нормативам ГТО. Бег 2000м.	1
ОБЩЕЕ КОЛИЧЕСТВО ЧАСОВ ПО ПРОГРАММЕ		68

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

- Физическая культура, 8-9 классы/ Матвеев А.П., Акционерное общество

«Издательство «Просвещение»

- Физическая культура, 6-7 классы/ Матвеев А.П., Акционерное общество

«Издательство «Просвещение»

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ УЧИТЕЛЯ

Физическая культура, 8-9 классы/ Матвеев А.П., Акционерное общество

«Издательство «Просвещение»

- Физическая культура, 6-7 классы/ Матвеев А.П., Акционерное общество

«Издательство «Просвещение»

**ЦИФРОВЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ И РЕСУРСЫ СЕТИ
ИНТЕРНЕТ**

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 487335726471474211034024297916462361476713766805

Владелец Барабаш Ольга Николаевна

Действителен с 21.08.2023 по 20.08.2024